

# Sprints - Sauts - Epreuves Combinées Né(e)s en 2009 et avant

## Horaires des entraînements

lundi, mercredi jeudi & vendredi 18h30  
mardi, vendredi musculation de 18h30 à 20h30

### AUTRES INFORMATIONS UTILES :

[www.plessis-athle.fr](http://www.plessis-athle.fr)

[prac.athle@gmail.com](mailto:prac.athle@gmail.com)

Site internet : <http://www.plessis-athle.fr>

Vous êtes à la recherche de la performance, vous voulez vous surpasser, rejoignez-nous!

Encadré par un staff technique diplômé de renommée nationale, nos entraîneurs spécialisés dans chaque discipline vous emmèneront à votre meilleur niveau.

Vous voulez participer à des compétitions départementales, régionales, nationales et même internationales ?

Vous voulez bénéficier de conseils d'entraîneurs spécialisés ?

Vous désirez améliorer votre performance en compétition ?

Le PRAC propose à ses adhérents des entraînements adaptés à leurs attentes et à leurs capacités.

Envie d'intégrer un groupe d'athlètes confirmés

Nous vous proposons des séances adaptées à votre niveau et à votre objectif.

