

Votre contact : Jean-Michel Allemand		jeanmichelAllemand@free.fr	07 81 48 68 68
<i>Sous le couvert de l'association</i>			
Dates	Lieu horaires	Activité	
Tous les dimanches matins ***	Parking des Guillaux Saint-Chef	Course à pied	
MAI A AOUT 2024	RDV 8 Heures 45	8 A 12 Kms	
5 12 19 et 26 MAI			
2 9 16 23 et 30 JUIN			
7 14 21 et 28 JUILLET			
4 11 18 et 25 AOUT			
Tous les mercredis soir	Terrain de football stabilisé sous la Maison Pour Tous	Course à pied	
MAI A AOUT 2024	RDV 18 Heures 30	7 A 10 Kms sur Saint-Chef	
1 8 15 22 et 29 MAI			
5 12 19 et 26 JUIN			
7 14 21 et 28 JUILLET			
7 14 21 et 28 AOUT			
*** « Co-Voiturage »			
Pour information (Votre choix personnel) :			
Coursés à dossards. Quelques dates : A retenir			
Lieux	Activités	1 : Licence FFA ou certificat médical de moins d'un an	
Tignieu Dimanche 5 Mai 2024	Trail de la Locomotive 11,5 Kms ou 21 Kms	Portant la mention : « Ne présente pas de contre-indication à la pratique de la course en compétition »	
St Jean de Soudain La tour du pin Dimanche 2 juin 2024	Max's trail 10 ou 20 Kms		
Aiguebelette dimanche 2 Juin 2024	Tour du lac 17,300 kms		
Virial Samedi 8 juin 2024	Marathon relais		
Apprieu Dimanche 16 juin 2024	trail des tortues joueuses 3 distances		
Loyette en soirée Samedi 13 Juillet 2024	10 Kms		
Alpe d'Huez 15 Aout 2024 Montée sèche	plusieurs courses sur plusieurs jours		
Le Paladru Dimanche 28 Aout 2024	13.600 Kms le tour du lac		
et bien d'autres manifestations sportives ...			