

2024	MERCREDI COURSE ET MARCHÉ	JEUDI MARCHÉ	VENDREDI COURSE	DIMANCHE COURSE ET MARCHÉ
SEMAINE 14 DU 01/04 AU 07/04	Rapide 6 1 seule série si trail Oleron Sifflet : Sylvie C	Marche sportive 18:00 Parking Corderie royale	18:30 Parking du polygone Sortie libre pour ceux qui ne courent pas à Oleron samedi	Ultra trail d'Oleron SAMEDI 6 AVRIL course du club
SEMAINE 15 DU 08/04 AU 14/04	Rapide 6 1 seule série si trail Oleron Sifflet : Paola	Marche sportive 18:00 Parking Corderie royale	18:30 Parking du polygone vers la Corderie royale Durée 1:20 sans accélération	Référent : Jako rdv 9 h parking du tennis les Chaumes à Echillais Co-voit au parking du polygone à 8:40 durée 1 h 30
SEMAINE 16 DU 15/04 AU 21/04	Rapide 3 Nathalie C	Marche sportive 18:00 Parking Corderie royale	18:30 Parking stade rugby à Tonnay_Chte durée 1h20 1 heure Côtes 2 -2-2-2	Référent : Pascal /Agnes M Rdv 9h rue Constantin Sortie Rochefort et alentours durée 1 h 30 à 1h 45
SEMAINE 17 DU 22/04 AU 28/04	Rapide 5 Sifflet : Didier H	Marche sportive 18:00 Parking Corderie royale	18:30 Parking du polygone vers Décathlon Durée 1:20 dont 2 x 8 min, rec 3 min	Référents : Team Rdv 8h 30 parking du Polygone ou 9h parking Ronce les Bains durée 1 h 30 à 1h 45