



SAISON 2025 SPORTIVE 2026

Pourquoi nous rejoindre ?

- ✓ Encadrement par des coaches diplômés
- ✓ Séances adaptées à tous les niveaux et plans d'entraînements
- ✓ Ambiance conviviale et événements toute l'année
- ✓ Accès compétitions officielles

Une association, 3 formules, tous les profils !

ATHLÉTISME

Éveil (2017-2019) Mercredi de 14h à 15h	200 €
Découverte, poussins (2015-2016) Mercredi de 15h à 16h30	200 €
Benjamins (2013-2014) Mercredi de 16h30 à 18h30 + Vendredi de 18h à 19h30	220 €
Minimes (2011-2012) Lundi de 18h à 20h + Mercredi de 16h30 à 18h30 + Vendredi de 17h à 20h + Samedi de 10h à 12h par spécialité	220 €
Cadets, juniors, espoirs et + (2004 et avant) Lundi de 18h à 20h + Mercredi de 18h à 20h + Vendredi de 18h à 20h + Samedi de 10h à 12h par spécialité	220 €

PISTE, COURSE, TRAIL

Mardi + jeudi de 18h45 à 20h15	
Running compétition (Compétitions officielles FFA / Interclubs / Cross Régionaux / Championnats de France)	220 €
Running	200 €

ATHLÉ-SANTÉ

240 €

LUNDI

10h15 - 11h45

Réveil musculaire

avec Yoan

• GYMNASE BESSON, TAIN

12h15 - 13h15

Renfo

avec Yoan

• GYMNASE BESSON, TAIN

18h - 19h15

Marche nordique

avec Constant

• PISTE KEVIN MAYER, TOURNON
PUIS COMMUNIQUÉ PAR LE COACH

19h15 - 20h30

Athlé-fit

avec Constant

• PISTE KEVIN MAYER, TOURNON

MARDI

9h - 10h

Hatha Yoga

avec Ester

• GYMNASE BESSON, TAIN

18h30 - 20h

Trail running

• PISTE KEVIN MAYER, TOURNON

18h45 - 20h

Renfo

avec Sabrina

• GYMNASE BESSON, TAIN

20h - 21h15

Pilates

avec Sabrina

• GYMNASE BESSON, TAIN

MERCREDI

20h15 - 21h15

Yoga vinyasa

avec Julie

• GYMNASE LONGO, TOURNON

JEUDI

9h - 11h

Marche nordique

avec Yoan

• 6 AV DU SOUVENIR FRANÇAIS, TAIN
PUIS COMMUNIQUÉ PAR LE COACH

18h30 - 20h

Marche nordique
active

• PARC DU CHAYLA, TAIN

PUIS COMMUNIQUÉ PAR LE COACH

18h45 - 20h

Trail running

• PISTE KEVIN MAYER, TOURNON

18h45 - 20h

Pilates

avec Sabrina

• GYMNASE BESSON, TAIN

Début des séances :
le 8 septembre 2025

Période de vacances scolaires :
maintien des séances la 1^{re} semaine,
pas de cours la 2^e semaine

10 KM TOURNON

DIMANCHE 30 NOVEMBRE 2025

10 KM 10H30

ENFANTS 9H15

800 M : ÉVELIS 2017-2018-2019

1500 M : POUSSINS 2015-2016

3000 M : BENJAMINS 2013-2014

5000 M : MINIMES 2011-2012

GYMNASE JEANNIE LONGO

- Stade Kevin Mayer, boulevard de Montgolfier
07300 Tournon-sur-Rhône
- www.eataintournon.fr
- contact@eatain.tournon.fr

