

PROJET DE CALENDRIER 2018/2019 Créneaux d'entraînements
Ligue Hauts-de-France et autres structures au 19/12/2018

Référents :

Ligue Hauts-de-France : Thibault Menanteau / Victorien Pringère / Gérard Jacquot

Contact : 06-32-60-91-71

Section Sportive Lycée : Mathieu Viseur

Règles d'accès au stade :

- Le stationnement se fait sur les parking P3 P4

- L'accès au stade se fait par le côté administration (sous sol côté droit)

Toute personne qui souhaite accéder aux aires d'entraînement doit être licenciée et en possession de sa licence FFA 2018-2019

Tout autre accompagnateur pourra être uniquement en gradin

L'accès au stade est ouvert gratuitement et uniquement aux athlètes & entraîneurs licenciés dans la Ligue Hauts-de-France ou faisant partie des structures Pôle de la région

Chaque présence (athlètes, entraîneurs,...) devra être consignée dans un registre de présence (Nom-Prénom-N° Licence-Club-Discipline-Niveau)

Les mineurs doivent obligatoirement être accompagnés d'un entraîneur (licenciés)

Règles d'utilisation :

- L'accès à la piste doit se faire par les accès normaux (escaliers et accès venant du sous sol)

- L'accès à la piste ne peut se faire qu'avec une paire de trainings propres

- Les pointes doivent avoir une longueur de 6mm maximum

- Le matériel utilisé doit être rangé à la fin de l'entraînement

- Les gradins et l'ensemble des espaces utilisés doivent rester propres. Les bouteilles d'eau ou autres détritres doivent être ramassés

Règles générales d'utilisation des aires de pratique :

Anneaux :

- Les couloirs 1,2,3 sont réservés à la pratique du 1/2 fond et au sprint long (au delà de 200m)

- Les couloirs 4,5,6 sont réservés au sprint

La ligne droite :

- Les couloirs 1 à 4 sont réservés au sprint

- Les couloirs 5 et 6 aux haies Femmes

- Les couloirs 7 et 8 aux haies hommes

- 2 sautoirs en hauteur (1 homme 1 femme)

- 1 sautoir en longueur & un triple saut

- 1 sautoir à la perche

- 1 aire de lancer de poids

La salle d'échauffement :

La PPG, PPS, le travail technique,... se pratique exclusivement au sous sol

Horaires entraînements LHDFA

Lundi :	17h45 - 20h45 - Cadets à Masters	Tous niveaux
Mardi :	17h45 - 20h45 - Cadets à Masters	Tous niveaux
Mercredi :	15h30 - Benjamins Minimes / 17h45 - 20h45 Cadets à Masters	Tous niveaux
Judi :	17h45 - 20h45 - Cadets à Masters	Tous niveaux
Vendredi :	17h45 - 20h45 - Cadets à Masters	Tous niveaux
	Fermé les veilles de compétitions	

01/01/19	NON-UTILISABLE	NON-UTILISABLE	
02/01/19	X	X	
03/01/19	X	X	Stage ligue Minimes
04/01/19	X	X	Stage ligue Minimes
05/01/19			
06/01/19	Journée Open (CJESM) - (Comité 59-62)		
07/01/19	NON-UTILISABLE	X	
08/01/19	NON-UTILISABLE	X	
09/01/19	NON-UTILISABLE	X	
10/01/19	NON-UTILISABLE	X	
11/01/19	NON-UTILISABLE	NON-UTILISABLE	
12/01/19	Journée Open (CJESM) - (LHDFA)		
13/01/19	Journée Open Minimes - (Comité 62)		
14/01/19	NON-UTILISABLE	X	
15/01/19	NON-UTILISABLE	X	
16/01/19	NON-UTILISABLE	X	
17/01/19	NON-UTILISABLE	X	
18/01/19	NON-UTILISABLE	NON-UTILISABLE	
19/01/19	Epreuves combinées CA et + J1 - (LHDFA)		
20/01/19	Epreuves combinées CA et + J2 - (LHDFA)		
21/01/19	X (2/3 stade)	X	
22/01/19	X (2/3 stade)	X	
23/01/19	NON-UTILISABLE	X	
24/01/19	NON-UTILISABLE	NON-UTILISABLE	
25/01/19	NON-UTILISABLE	NON-UTILISABLE	
26/01/19	Journée Open (CJESM) - (LHDFA)		
27/01/19	Départementaux 62 Minimes - (Comité 62)		
28/01/19	X	NON-UTILISABLE	
29/01/19	NON-UTILISABLE		
30/01/19	Championnats de France UNSS		

31/01/19	Championnats de France UNSS		
01/02/19	NON-UTILISABLE	NON-UTILISABLE	
02/02/19	Départementaux 59 Minimes - (Comité 59)		
03/02/19	Régionaux CJESM - (LHDFA)		
04/02/19	X	NON-UTILISABLE	
05/02/19	X	NON-UTILISABLE	
06/02/19	NON-UTILISABLE	NON-UTILISABLE	
07/02/19	NON-UTILISABLE	NON-UTILISABLE	
08/02/19	NON-UTILISABLE	NON-UTILISABLE	
09/02/19			
10/02/19	Meeting international de LIEVIN		
11/02/19	X	X	
12/02/19	X	X	Stage Ligue
13/02/19	X	X	Stage Ligue
14/02/19	X	X	Stage Ligue
15/02/19	X	X	
16/02/19			
17/02/19			
18/02/19	X	X	
19/02/19	X	X	Stage Ligue
20/02/19	X	X	Stage Ligue
21/02/19	X	X	Stage Ligue
22/02/19	NON-UTILISABLE	NON-UTILISABLE	
23/02/19	Championnats de France CA-JU		
24/02/19	Championnats de France CA-JU		
25/02/19	NON-UTILISABLE	X	
26/02/19	NON-UTILISABLE	X	
27/02/19	NON-UTILISABLE	NON-UTILISABLE	
28/02/19	NON-UTILISABLE	NON-UTILISABLE	
01/03/19	NON-UTILISABLE	NON-UTILISABLE	
02/03/19	NON-UTILISABLE	NON-UTILISABLE	
03/03/19	NON-UTILISABLE	NON-UTILISABLE	
04/03/19	NON-UTILISABLE	X	
05/03/19	X	X	
06/03/19	X	X	
07/03/19	X	X	
08/03/19	NON-UTILISABLE	X	
09/03/19	Régionaux Minimes - (LHDFA)		
10/03/19			
11/03/19	X	X	
12/03/19	X	X	
13/03/19	X	X	
14/03/19	X	X	
15/03/19	NON-UTILISABLE	NON-UTILISABLE	
16/03/19	Championnats de France Masters		
17/03/19	Championnats de France Masters		
18/03/19	NON-UTILISABLE	X	
19/03/19	X	X	
20/03/19	X	X	
21/03/19	X	X	
22/03/19	X	X	
23/03/19			
24/03/19			
25/03/19	X	X	
26/03/19	X	X	
27/03/19	X	X	Usepiades
28/03/19	X	X	
29/03/19	X	X	
30/03/19	50kms Nocturnes de Liévin		
31/03/19	50kms Nocturnes de Liévin		