

**LIGUE Hauts-de-France Athlétisme // ARENA STADE COUVERT Liévin**  
**Calendrier 2022/2023 - Créneaux d'entraînements (Novembre / Décembre 2022)**

**Référents :**

Ligue Hauts-de-France : Lucas Pruvost - 06 46 66 15 70

**Règles d'accès au stade :**

- Le stationnement se fait sur les parkings P3 P4
- L'accès au stade se fait par le côté administration (sous sol côté droit)
- Pour accéder au stade, les athlètes, entraîneurs doivent être munis de leur licence 2022-2023
- 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 Haut Niveau de la Région HDF

- 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 débris 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 au haies Femmes
- Les couloirs 7 et 8 au haies hommes
- 1 sautoir en hauteur (un 2ème sautoir sera installé à compter du 1er décembre)
- 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 d'entraînements LHDFA :**

<b>Lundi :</b>	<b>17h15 - 20h45 - Cadets à Masters</b>
<b>Mardi :</b>	<b>17h15 - 20h45 - Cadets à Masters</b>
<b>Mercredi :</b>	<b>15h30 - Benjamins Minimes &amp; 17h15 - 20h45 Cadets à Masters</b>
<b>Jeudi :</b>	<b>17h15 - 20h45 - Cadets à Masters</b>
<b>Vendredi :</b>	<b>17h15 - 20h45 - Cadets à Masters</b>

DATE	ARENE	SOUS SOL	REMARQUES
07/11/2022			
08/11/2022			
09/11/2022			
10/11/2022			
11/11/2022	COLLOQUE AEFA + STAGE JEUNES CD 62		
12/11/2022	COLLOQUE AEFA		
13/11/2022	COLLOQUE AEFA		
14/11/2022			
15/11/2022			
16/11/2022			
17/11/2022			
18/11/2022			
19/11/2022			
20/11/2022			
21/11/2022	Fermé		
22/11/2022	Fermé		
23/11/2022	Fermé		
24/11/2022	Fermé	Fermé	
25/11/2022	Fermé		
26/11/2022	Fermé		
27/11/2022	Fermé	Fermé	
28/11/2022	Fermé		
29/11/2022	Fermé		
30/11/2022			
01/12/2022			
02/12/2022			
03/12/2022			
04/12/2022	COMPETITION		
05/12/2022			
06/12/2022			
07/12/2022	COMPETITION UNSS		
08/12/2022	COMPETITION FFSU + Open LHDFA		
09/12/2022			
10/12/2022	COMPETITION		
11/12/2022	COMPETITION		
12/12/2022			
13/12/2022			
14/12/2022			
15/12/2022			
16/12/2022			
17/12/2022	COMPETITION		
18/12/2022	COMPETITION		
19/12/2022			
20/12/2022			Stages LHDFA - Minimes
21/12/2022			Stages LHDFA - Minimes
22/12/2022			Stages LHDFA - Cadets - Juniors - Seniors
23/12/2022			Stages LHDFA - Cadets - Juniors - Seniors
24/12/2022			Stages LHDFA - Cadets - Juniors - Seniors
25/12/2022			
26/12/2022			
27/12/2022			
28/12/2022			
29/12/2022			
30/12/2022			
31/12/2022			
01/01/2023			