



SAINT GELY ATHLETISME – SGA & Ecole d'athlétisme du Grand Pic Saint Loup

Pôle sportif ZAE Saint Sauveur
34980 ST CLÉMENT DE RIVIÈRE
Saison 2021 – 2022



Contacts

Présidente : Mimi Atallah-Girard Tel. 0611116713 Mail mimigi.sga@gmail.com

Vice-président et trésorier : Jean Luc Veyrune : Mail jl.veyrune@gmail.com

Secrétaire : Marie Codou Mail mariecodou@hotmail.fr

Adultes

Entraînements :

Les séances s'adressent à toutes les catégories adultes, quel que soit le type de licence choisie

Séances encadrées	Lieu de rendez-vous
Lundi 19h : Débutant, Récupération, Sortie nature ...	Fontaine de la Devoiselle à Saint Gély
Mardi 19h : Séance Piste	Piste d'Athlétisme
Jeudi 19h en alternance en fonction de l'encadrant : →1 Sortie technique ; Découverte trail OU →2 Fartlek (fractionné nature) OU → 3 Escalier/côtes (cardio –fancier) OU →4 Entraînement en fonction des compétitions prévues.	Fontaine de la Devoiselle à Saint Gély
Samedi 10h30 → Débutant → Sortie nature et ou PPG	Piste d'Athlétisme
Dimanche 9h → Endurance (Trail & Route), foncier mental	Fontaine de la Devoiselle à Saint Gély
Samedi (uniquement sur demande) 8h30 → Séance Piste	Piste d'Athlétisme

Type de Licence proposée

Types de Licence	Tarifs
Athlé Running : Toutes compétitions sauf FFA	85€
Athlé Compétition : Toutes compétitions y compris FFA (ex. : Cross FFA)	130€

Tarifs sous réserve de modifications (selon les modifications sur les prix des licences opérés par la FFA)

Les Catégories d'âge

Catégorie	Code	Années de naissance	Catégorie	Code	Années de naissance
Junior	JU	2003 et 2004	Master 4	M4	1963 à 1967
Espoir	ES	2000 à 2002	Master 5	M5	1958 à 1962
Senior	SE	1988 à 1999	Master 6	M6	1953 à 1957
Master 0	M0	1983 à 1987	Master 7	M7	1948 à 1952
Master 1	M1	1978 à 1982	Master 8	M8	1943 à 1947
Master 2	M2	1973 à 1977	Master 9	M9	1938 à 1942
Master 3	M3	1968 à 1972	Master 10	M10	1933 à 1937

Attention : Le changement de catégorie d'âge intervient le 1^{er} novembre 2021.

Deux périodes à considérer :

- Une période administrative du 1^{er} septembre 2021 au 31 août 2022 (validité de la licence)
- Une période sportive du 1^{er} novembre 2021 au 31 octobre 2022