

Section : Course à pied**Public : 16 ans et plus****Adapté à tous niveaux****Période / Lieu / Horaires :**

- Le vendredi de 12h15 à 13h30, hors vacances scolaires et jours fériés
- Stade Orleans la Source
7 Rue de Beaumarchais
45100 Orléans

Date de démarrage de la section :

- Du vendredi 15 septembre 2023 au 28 juin 2024

Description des activités proposées :

- Programme adapté à votre niveau et vos attentes
- Développement de la motricité
- Gestion de l'effort et amélioration de la condition physique.
- Conseil sur votre projet sportif.

« A l'issue de cette année, le tartan n'aura plus de secret pour vous !!! »

Tenue et matériel à prévoir :

- Chaussures de running
- Tenue de sport adaptée à la météo
- Bouteille d'eau.
- Vestiaire et douche sur place (accès selon situation sanitaire)

Contacts :**Direction des Sports et des Loisirs : 02 38 79 29 91**✉ : emis-ovc@orleans-metropole.fr**Responsable : Sébastien TRIAU****Educateur: *Curd TSENATSENE***