

## Horaires d'entraînement

(Reprise des entraînements début septembre)

- **Baby Athlé (2018-2019)**: mercredi 11h00-12h00
- **Eveil Athlétique (2015-2016-2017)** :  
mercredi 14h00-15h30 possibilité le mardi (pour les enfants nés en 2015-2016, à voir avec l'entraîneur)
- **Poussins (2013-2014)** :  
mardi 18h-19h30 ou mercredi 16h00-17h30
- **Benjamins (2011-2012)** :  
mercredi 14h-16h (13h-15h en hiver) et vendredi 18h00-20h00  
Les collégiens licenciés à l'USSE et inscrits à l'AS Athlétisme Barnave peuvent participer aux entraînements le mercredi 13h – 15h au Collège Barnave, voir avec Mr Didier Nobile (professeur d'EPS).
- **Minimes (2009-2010)** : lundi et jeudi 18h00-20h00
- **Piste - Cadets et plus (2008 et avant)** :  
mardi et vendredi 18h30-20h30, mercredi 17h30-19h30 et samedi 10h00-12h00
- **Running & Trail - Cadets et plus (2008 et avant)** :  
mardi et jeudi 18h00 - 20h00, séance trail le samedi (1 à 2 par mois)
- **Marche nordique** :  
lundi 18h00- 19h30 / mercredi 9h30-11h00 / samedi 9h-10h30

→ Chaque athlète devra prévoir une paire de pointes (facultatif pour éveil athlé et poussins) pour la piste et les cross.

## Tarifs Saison 2023 – 2024

- **Baby Athlé/Eveil Athlétique/Poussins** : 170 euros
- **Benjamins** : 180 euros
- **Minimes à Masters (Piste licence compétition)** : 190 euros
- **Running & Trail compétition Cadets et +** : 180 euros
- **Running & Trail loisirs Cadets et +** : 130 euros
- **Marche Nordique** : 120 euros

Pour les familles nombreuses : -15€ pour le 2<sup>ème</sup>, -30€ pour le 3<sup>ème</sup>, -45€ pour le 4<sup>ème</sup> ... Les chèques vacances, la carte Tattoo Isère et le Pass' Région AURA sont acceptés.

→ **Pour donner plus de moyens au club un don est possible** (règlement par chèque ou virement avec en retour un reçu fiscal permettant de bénéficier d'une réduction d'impôt).

## Pour s'inscrire

### I- Préinscription – obligatoire

La démarche d'inscription commence par une **préinscription en ligne** sur le site de l'USSE Athlétisme (<http://usse-athle.fr/>) qui retourne par mail la procédure à suivre et les documents à renseigner.

### II- Inscription définitive

Le **bulletin d'inscription complètement renseigné** est à remettre lors des entraînements (permanences) avec :

- Un virement voire un chèque à l'ordre de l'USSE Athlétisme du montant de **l'adhésion annuelle**.
- Un chèque de **caution d'engagement bénévole** (30,00 € sauf pour la Marche Nordique), prélevé en fin de saison sur décision de l'Assemblée Générale en cas de défaut d'implication minimale dans les déplacements compétitions et/ou l'organisation des événements du club (trail, cross et meetings).
- Un **chèque de caution** si partie de règlement par carte Tattoo Isère (60,00 €) ou Pass' Région AURA (30,00 €) et/ou Pass' Sport (50,00 €).
- Les adhérents mineurs sont dispensés de certificat médical si toutes les réponses au **questionnaire santé** reçu sont négatives.
- Les nouveaux adhérents majeurs ou les adhérents pour lesquels il arrive à échéance (validité : 3 saisons) doivent fournir un **certificat médical**.

**Tout dossier incomplet ou non conforme ne sera pas pris en compte.**

Les envois par courrier devront être adressés à : Yannick Daniélou 16, rue de Champaviotte 38120 SAINT-EGREVE

### Gestion du groupe « jeunes »

Les groupes « Ecole d'athlétisme » et « Compétition piste » ne peuvent fonctionner sans l'aide des parents.

**Nous avons besoin de l'aide de tous** pour participer comme juge lors des compétitions (une formation et une licence seront fournies par le club) ou pour transporter et accompagner les athlètes.

## Saison 2023-2024

Union Sportive  
**Saint-Egrève**  
Athlétisme



Jeunes  
et  
adultes

Sport  
Adapté

Loisir, Santé, Compétition

Piste – Running & Trail – Marche  
nordique

Pour plus d'informations

<http://usse-athle.fr/>  
[usse.athle@gmail.com](mailto:usse.athle@gmail.com)

06.73.91.45.08

Présence à « Associations en Fête » samedi  
9 septembre et permanences au stade ensuite

# Compétition

Nés en 2008 (16 ans) et avant

## Piste - Cross - Running & Trail

Sur piste, de la pratique par spécialités (sauts, lancers ou courses) aux épreuves combinées, les athlètes cadets, juniors, espoirs et seniors sont encadrés par 4 entraîneurs sur 3 séances hebdomadaires.



2 programmes (hivernal/estival) de compétitions sont définis en concertation avec les entraîneurs pour que chacun puisse construire son projet sportif avec le soutien du club.

→ **Mathias Chioda - 06 16 35 56 33 (par SMS)**



Pour le groupe running & trail, les athlètes pratiquant le cross, la course sur route et le trail sont encadrés par 2 entraîneurs diplômés sur 2 séances hebdomadaires plus 1 à 2 séances par mois le samedi orientées trail. Des plans d'entraînement spécifiques sont proposés en fonction des compétitions programmées par les athlètes.

→ **Patrick Argentier - 06 08 31 06 74**

→ **Paul Chometon - 06 09 97 34 76**

# Athlé-Santé

Nés en 2008 (16 ans) et avant

L'objectif de notre activité loisir réside dans le plaisir de partager une passion commune, d'entretenir sa forme et sa santé et de créer du lien social.

## Running & Trail loisir

Activité adaptée au niveau de chacun et détachée des enjeux et contraintes de la compétition. Les amateurs de course à pied ou les personnes souhaitant entretenir leur condition physique trouveront aussi dans le groupe running & trail un cadre convivial et structuré où ils bénéficieront des conseils et de la compétence des 2 encadrants.

→ **Patrick Argentier - 06 08 31 06 74**

→ **Paul Chometon - 06 09 97 34 76**

## Marche Nordique



Simple et facilement adaptable, cette activité est accessible à tous, quel que soit l'âge. Dans le cadre environnemental exceptionnel de Saint-Egrève, un animateur Fédéral vous proposera des séances de marche nordique et de remise en forme adaptées.

→ **Jean-Luc Rongier - 06 85 83 19 25**

# Ecole d'Athlétisme

Nés de 2019 (5 ans) à 2009 (15 ans)

Encadrée par des entraîneurs diplômés, motivés et pédagogues, la section accueille les enfants de 5 à 15 ans (École maternelle, primaire et collège) et propose des activités ludiques et techniques adaptées aux différentes catégories d'âge.



Notre philosophie, à travers les entraînements et les compétitions, consiste à développer la polyvalence chez nos jeunes athlètes en abordant toutes les familles d'épreuves de l'athlétisme (les courses, les sauts et les lancers).

En favorisant une progression du ludique vers les compétitions en benjamin, nous nous efforçons avant tout de permettre aux enfants une progression de leurs performances et de leurs qualités techniques d'athlètes dans un épanouissement de l'activité physique individuelle et en équipe.



→ **Emmanuel Tesseraud - 06 12 65 86 13 (par SMS)**