LIGUE Hauts-de-France Athlétisme // ARENA STADE COUVERT Liévin
Calendrier 2019/2020 - Créneaux d'entraînements (Décembre 2019)

Référents :

Ligue Hauts-de-France : Lucas Pruvost / Victorien Pringère / Gérard Jacquot

Contact : 06 64 78 64 71 - vpringere@lhdfa.fr

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 201-2019
- 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 détritrus 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
- 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 d'entraînements LHDFA

Lundi :	17h45 - 20h45 - Cadets à Masters	Tous niveaux
Mardi :	17h45 - 20h45 - Cadets à Masters	Tous niveaux
Mercredi :	15h30 - Benjamins Minimes	Tous niveaux
	17h45 - 20h45 Cadets à Masters	Tous niveaux
Jeudi :	17h45 - 20h45 - Cadets à Masters	Tous niveaux
Vendredi :	17h45 - 20h45 - Cadets à Masters	Tous niveaux

DATE	ARENE	SOUS SOL	REMARQUES
01/12/19	NON-UTILISABLE		
02/12/19	NON-UTILISABLE		
03/12/19	NON-UTILISABLE		
04/12/19	NON-UTILISABLE		
05/12/19	NON-UTILISABLE		
06/12/19			
07/12/19			
08/12/19	Journée open (Ca à Ma) - LHDFA		
09/12/19			
10/12/19			
11/12/19			
12/12/19	Soirée FFSU/LHDFA	Soirée FFSU/LHDFA	
13/12/19	NON-UTILISABLE		
14/12/19	Journée qualificative minimes - 62		
15/12/19	Journée open (Ca à Ma) - 59/62		
16/12/19			
17/12/19			
18/12/19	NON-UTILISABLE		
19/12/19	NON-UTILISABLE		
20/12/19			
21/12/19	Epreuves combinées minimes - 59		
22/12/19			Stage Ligue minimes
23/12/19			Stage Ligue minimes
24/12/19			
25/12/19			
26/12/19			
27/12/19			
28/12/19			
29/12/19			
30/12/19			
31/12/19			