

Dès 6 ans

2020-2021



PARIS UNIVERSITÉ CLUB ATHLÉTISME



www.puc.paris/athletisme



PUC – Paris Université Club



[puc.paris](https://www.instagram.com/puc.paris)





INFORMATIONS GÉNÉRALES

- Vous êtes inscrit à l'**Eveil Athlétique** si vous êtes né(e) **en 2014/2013/2012**. L'école d'athlétisme va développer la motricité chez l'enfant grâce à des activités ludiques et récréatives.
- Vous êtes **Poussin** si vous êtes né(e) **en 2011/2010**. Il s'agit d'éveil athlétique et de compétitions adaptées.
- Vous êtes **Benjamin** si vous êtes né(e) **en 2009/2008**. Vous êtes toujours à l'école d'athlétisme, mais vous participez à des compétitions adaptées.
- Vous êtes **Minime** si vous êtes né(e) **en 2007/2006**. L'objectif est de développer les capacités aérobie de l'enfant, c'est à dire accoutumer son cœur et ses poumons à l'endurance.

- Vous êtes **Cadet** si vous êtes né(e) **en 2005/2004**. Les entraînements s'effectuent au sein des groupes spécialisés (cf. tableau Horaires ¹) et prennent en compte l'intégration progressive dans les équipes seniors du club. Vous découvrirez les premiers meetings.
- Vous êtes **Junior** si vous êtes né(e) **en 2003/2002**. Les entraînements sont spécialisés (cf. tableau Horaires ¹).
- Vous êtes **Espoir** si vous êtes né(e) **en 2001/2000/1999**. Si vos performances le permettent, vous pouvez participer aux meetings de haut niveau.
- Vous êtes **Sénior** si vous êtes né(e) **dans les années 1987 à 1998**.
- Vous êtes **Master** si vous êtes né(e) **en 1986 ou avant**



PLANNING ET LIEUX DES ENTRAÎNEMENTS

HORAIRES D'ENTRAÎNEMENT PAR CATEGORIE – STADE CHARLÉTY ET MIMOUN – DE 6 A 16 ANS

Eveil Athlétique (6-8 ans) et Poussin (9-10 ans)	Stade Charléty	Mercredi Samedi	14h30-16h30 15h00-17h00
Eveil Athlétique (6-8 ans) et Poussin (9-10 ans)	Stade Mimoun	Mercredi Dimanche	14h30-16h30 10h30-12h30
Benjamin (11-12 ans)	Stade Charléty Stade Mimoun	Mercredi Dimanche	16h30-18h30 10h30-12h30
Minime (13-14 ans)	Stade Charléty Stade Mimoun	Mercredi Dimanche	16h30-18h30 10h30-12h30
Cadet (15-16 ans)	Stade Mimoun	Mercredi Dimanche	16h30-18h30 10h30-12h30

HORAIRES D'ENTRAÎNEMENT PAR SPECIALITES – STADE CHARLÉTY – DE CADET A MASTER

Groupe Evolution – Cadets / Juniors	Lundi / Mercredi Samedi	18h00-20h00 15h00-17h00
Sprint / Haies hautes	Lundi / Mercredi / Vendredi Mardi Dimanche	18h00-20h00 18h15-20h45 10h-12h30
Haies basses	Mardi / Jeudi / Vendredi Dimanche (Parc de Sceaux)	18h00-20h00 11h00-13h00
Sauts	Mardi / Mercredi / Jeudi / Vendredi Dimanche	18h00-20h00 10h-12h30
Demi-fond	Mardi / Jeudi Dimanche (Bois de Vincennes)	18h00-20h00 10h-12h30
Demi-fond jeune	Mercredi / Vendredi Dimanche	18h00-20h00 10h-12h30
Marche Athlétique	Jeudi	18h00-20h00
Loisir Adulte	Mardi / Jeudi	18h00-20h00

HORAIRES D'ENTRAÎNEMENT POUR LES HANDISPORTS

RDV SUR LE TERRAIN D'HONNEUR DU STADE CHARLÉTY

Groupe Débutant / Loisir	Mardi / Jeudi	18h00-20h00
Groupe Compétition	Lundi / Mardi / Jeudi / Vendredi	18h00-20h00
Sport adapté	Samedi	15h00-17h00

COURSE HORS STADE

RDV SUR LE TERRAIN D'HONNEUR DU STADE CHARLÉTY PUIS ENTRAÎNEMENT A LA CIUP

Cadet à Master	Lundi / Mercredi / Vendredi	19h00-21h00
----------------	-----------------------------	-------------



INSCRIPTIONS ET COTISATIONS

CATÉGORIES	1 ^{ère} adhésion	Renouvellement	Catégories	1 ^{ère} adhésion	Renouvellement
Éveil Athlétisme	320 €	300 €	Universitaire (-28 ans)	280 €	260 €
Poussin	320 €	300 €	Course hors stade	320 €	300 €
Benjamin minime	290 €	270 €	Loisir	200 €	200 €
Cadet junior	290 €	270 €	Handisport	190 €	190 €
Espoir senior master	290 €	270 €	Sport adapté	210 €	210 €

Inscription sur www.puc.paris/athletisme

Pièces à fournir

- 1 photo d'identité

· Pour les licences **Athlé Compétition / Entreprise / Découverte / Running** :

1 certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique du sport ou de l'athlétisme en compétition datant de moins de 6 mois.

- Pour les licences **Athlé Santé** : 1 certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique du sport ou de l'athlétisme datant de moins de 6 mois.

· Le règlement intégral de votre cotisation (possibilité d'étaler le paiement en plusieurs fois)

· Pour les étrangers : **photocopie de la carte de séjour ou du document officiel de présence sur le territoire national**

Le PUC accepte les Tickets Loisirs (CAF), les Coupons Sports (ANCV) et les Réduc'Sports pour les Parisiens.

CONTACT

PARIS UNIVERSITÉ CLUB

17, avenue Pierre de Coubertin
75013 Paris
01 44 16 62 62
accueil@puc.paris
www.puc.paris

SECTION ATHLÉTISME

Secrétariat : 07 68 83 78 93
Se présenter aux entraînements sur le terrain
d'honneur du stade Charléty
athletisme@puc.paris
www.puc.athle.org

ACCÈS

STADE CHARLÉTY

RER B : Cité Universitaire
Tram 3 : Stade Charléty
BUS 21 et 67 : Porte de Gentilly

STADE MIMOUN

Tram 3 : Montempoivre
Bus 29 : Porte de Montempoivre



essentiel pour moi



ambassadeur
.paris



DEVELOPPONS ENSEMBLE
L'ESPRIT D'ÉQUIPE SOCIÉTÉ GÉNÉRALE

