

javelot



TITRE ET PODIUM POUR HANNAH !



marche

Hannah Guéné est benjamine 1^{ère} année , toute timide , mais elle a envie de progresser, elle est assidue aux entraînements et elle se plie aux consignes données par les entraîneurs. Ce dimanche elle a participé à des épreuves techniques (50haies, hauteur, javelot, marche athlétique) pas facile ce programme pour un débutant. Première médaille en bronze (3^{ème}) gagnée à la performance et non plus à la participation comme en éveils et poussins ce fut en javelot avec un seul entraînement « technique » .Et pour sa dernière épreuve 2km de marche athlétique (là on n'a pas le droit de courir...) et elle les a fait ses 2000m sous les yeux de ses parents et petits frères et sœurs : médaille d'or , championne départementale ! Bravo **Hannah** !
Bravo aussi à **Thomas Vriet** qui a remporté le trail 10km à Anais, à **Catherine Pongin** 2^{ème} à la marche nordique à Anais également, bravo à **Aurélien Fougerat** qui lui a fait le marathon de Paris (mais on n'a pas encore les résultats).....sans oublier « BON RETABLISSEMENT A TONIO »

Mercredi 16 avril à Angoulême (Stade Ma Campagne) :
soirée athlétisme du G2A pour les inscrits.

Horaires sur le site de l'ECA : <http://estcharenteathletique.com>

Il n'y a pas d'inscriptions sur place.

Dimanche 20 avril à Londigny
(5km/10km/mile) :

Inscriptions jusqu'au 18 avril sur klikego
Inscriptions sur place possible

Samedi 3 mai à Cognac

2ème journée départementale benjamins et minimes

Fin du programme d'épreuves

inscriptions auprès des entraîneurs
avant le 1^{er} mai

Il n'y a pas d'inscriptions sur place.

Dimanche 4 mai à Cognac

Meeting du CAC (CJESV)

Il n'y a pas d'inscriptions sur place (voir site).