



## COURIR À JUVIGNAC

Sports, activités de plein air

### DESCRIPTION

**Courir, c'est bien...  
Courir à Juvignac, c'est mieux ! \***

Vous courez seul, vous voulez faire des progrès en course à pied ?

Vous rêvez de porter un t-shirt jaune ou rose fluo ?

L'association Courir à Juvignac est faite pour vous !

**Nous proposons 2 types d'activité :**

- Course à pied
- Cardio training (ou Préparation Physique Générale)

**4 entrainements par semaine :**

- Entraînement course a pied, endurance, fractionné, tous niveaux : mardi (19h), jeudi (19h) et dimanche (9h)
- Cardio training : lundi (20h)

*Super... et quoi d'autres ?*

Nous sommes des passionné(e)s de course à pied qui aiment partager leur sport.

Nous pratiquons ce sport avec un esprit ludique et convivial.

En plus des entrainements, nous participons à de nombreuses courses régionales, hors région et même hors France.

L'association est ouverte à tous les niveaux de coureurs(ses). Vous devez courir 45 à 50mn minimum.

**Nous sommes -très- attachés à nos valeurs :**

- Le partage
- Le dépassement de soi
- La convivialité

**5 bonnes raisons de nous rejoindre**

- On est -généralement- sympa
- On ne se prend pas -trop- la tête
- On aime courir en groupe
- 100% des coureurs(ses) ont constaté des progrès *(bon au moins 25%...)*
- 100% des adhérents sont satisfaits *(bon au moins 25%...)*

\* Désolé, nous n'avons pas de service marketing.

## COORDONNÉES



Bernard SANDEAUX



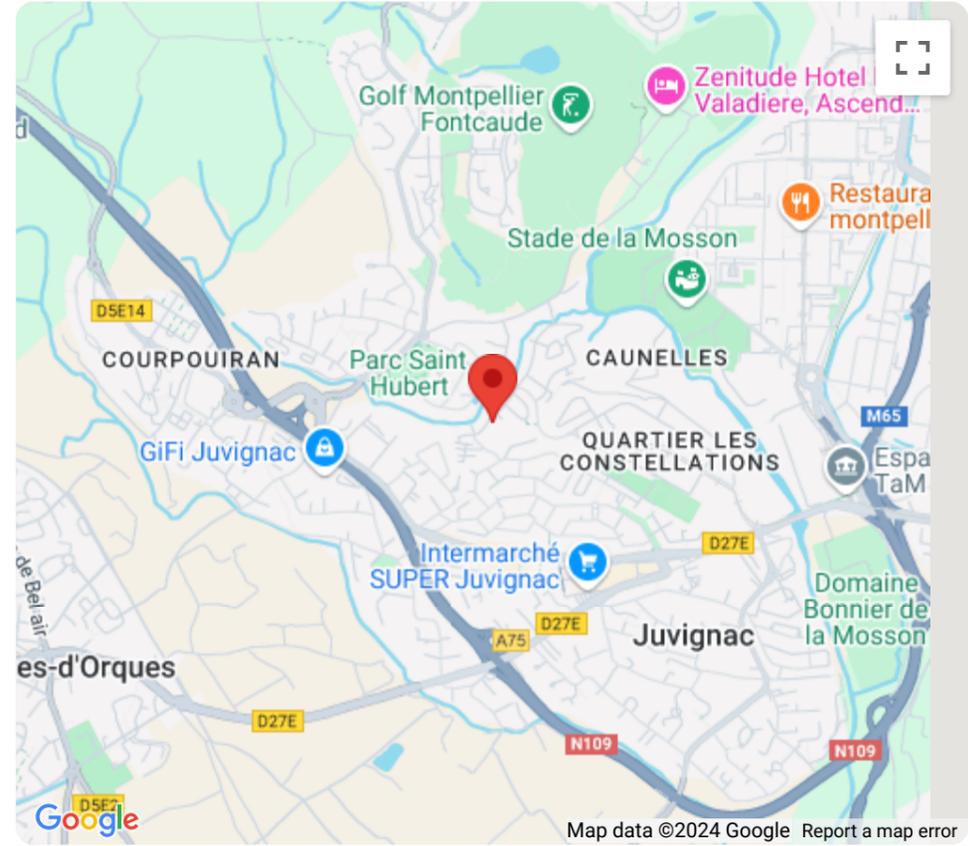
9 Rue des Sonneurs  
34990 Juvignac



06 63 64 09 06



courirajuvignac@gmail.com



## ACCESSIBILITÉ

- Mobilité réduite
- Handicap auditif
- Handicap visuel
- Handicap moteur
- Maladie invalidante
- Handicap intellectuel & psychique

## PUBLIC

- Tout-petits (2 - 5 ans)
- Enfants (6 - 12 ans)
- Ados (12 - 17 ans)
- Adultes
- Séniors