



# GRAND PIC SAINT-LOUP - SAINT GELY ATHLETISME GPSL-SGA

Pôle sportif ZAE Saint Sauveur  
34980 ST CLÉMENT DE RIVIÈRE  
Saison 2024 – 2025



**Site internet : <https://www.saint-gely-athletisme.fr>**

## Contacts

Présidente : Mimouna Atallah Tel. 0611116713 Mail [mimigi.sga@gmail.com](mailto:mimigi.sga@gmail.com)

Vice-président et trésorier : Jean Luc Veyrune : Mail [jl.veyrune@gmail.com](mailto:jl.veyrune@gmail.com)

Secrétaire - Contact et informations : Cyrille Guiter Mail [gpsl.sga@gmail.com](mailto:gpsl.sga@gmail.com)

## Section Adultes

### Entraînements :

Les séances s'adressent à toutes les catégories adultes, quel que soit le type de licence choisie

Séances encadrées	Lieu de rendez-vous
<b>Lundi 19h</b> : Sorties Débutant, Récupération, nature ...	Fontaine de la Devoiselle à Saint Gély (parking de la poste)
<b>Mardi et Jeudi 19h</b> : Séances techniques, Piste, Renforcement musculaire	Piste d'Athlétisme Pôle Saint Sauveur St Clément de Rivière
<b>Mercredi 19h</b> : Séances Nature-Trail	Fontaine de la Devoiselle à Saint Gély (parking de la poste)
<b>Samedi 10h30</b> : Sortie nature «Soft »	Piste d'Athlétisme Pôle Saint Sauveur St Clément de Rivière
<b>Samedi 10h30</b> : Athlé Santé, Marche nordique, renforcement musculaire	
<b>Dimanche</b> : 1 fois par mois Sortie longue Endurance, foncier mental Ou Toute sortie de groupe sur proposition adhérent volontaire	Heure et lieu à fixer en fonction de la sortie prévue

### Type de Licence proposée

Types de Licence	Tarifs
<b>Athlé Running</b> : Toutes compétitions sauf FFA	<b>95€</b>
<b>Athlé Compétition</b> : Toutes compétitions y compris FFA (ex. : Cross FFA)	<b>135€</b>
<b>Athlé Santé</b> : Marche Nordique, Renforcement musculaire	<b>95€</b>

### Les Catégories d'âge

Catégorie	Code	Années de naissance	Catégorie	Code	Années de naissance
Junior	JU	2006 et 2007	Master 4	M4	1966 à 1970
Espoir	ES	2003 à 2005	Master 5	M5	1961 à 1965
Senior	SE	1991 à 2002	Master 6	M6	1956 à 1960
Master 0	M0	1986 à 1990	Master 7	M7	1951 à 1955
Master 1	M1	1981 à 1985	Master 8	M8	1946 à 1950
Master 2	M2	1976 à 1980	Master 9	M9	1941 à 1945
Master 3	M3	1971 à 1975	Master 10	M10	1936 à 1940

Attention : Le changement de catégorie d'âge intervient le 1<sup>er</sup> septembre 2024.