

Equipements du Bâtiment
fabrication - pose - vente détail

Aluminier agréé.

Ets SOMIREY

Atelier et magasin :
6, rue A.-Lafitau - BP 19
33341 Lesparre-Médoc Cédex
☎ 05 56 41 04 14 - Fax 05 56 41 27 87
somirey@wanadoo.fr
www.somirey.com **sikkens**

Hair Style
by *Stephanie*

BAQUIERE
Neuf & Rénovation **Damien**
ARTISAN CARRELEUR
06 33 54 11 03
33340 BÉGANAN

Restaurant
Capriccio

Specialités Italiennes

6 Place du Mail Roch 33340 Lesparre-Médoc • 05 57 75 54 96

CARROSSERIE
Moukha Rémi Designs

Tolerie - Peinture - Pare-brise
Réparation toutes marques &
VL - Camping cars - Toutes assurances

Vous avez choisi votre assurance, choisissant votre carrosserie !

ZAC des Belliges
33300 Lesparre-Médoc
05 56 09 41 72
carrosserie.remimoukha5@orange.fr

OPTIC DRAYTON
OPTICIEN CONSEIL

La Brochetterie
Restaurant

64, rue Jean Jacques Rousseau - 33340 Lesparre-Médoc
Tél. : 05 56 09 77 95 ou Mail : labrochetterie33@orange.fr

ENT. DE CARRELAGE
Arbide Mickaël

05.56.41.63.57
06 71 40 04 87
ST GERMAIN D'ESTEUIL

biocoop
Lesparre Médoc

CHÂTEAU
LIVRAN

METAL CONCEPT

métallerie chaudronnerie ferronnerie

TOUS TRAVAUX ACIER INOX ALU

Tél. 05 56 41 82 23 - Fax : 05 56 41 12 87 - Port. : 06 16 58 13 36 / 06 01 87 91 09

MEDOC SERVICE OUTILS
GAILLAN MÉDOC

Husqvarna 05 56 41 06 97

VOTRE SPÉCIALISTE MOTOCULTURE ET ROBOT DE TONTE

Nouvelle activité en 2023

Renforcement musculaire

Encadré par Mégane
Le mercredi à 18h30

Et toujours depuis 2019

Baby Athlé

Encadré par Sybille
Le mercredi à 14h00



Marche Nordique

Encadrée par Béatrice

Autres liens utiles :
SAM Lesparre: <http://www.samomnisports-lesparre.fr>
Comité Gironde: <http://www.athle33.fr>
Ligue Aquitaine: <http://www.ligueaquitaine.athle.org>
Nouvelle ligue : <http://inter-sud-ouest.athle.com>
FFA: <http://www.athle.fr>



Athlé Lesparre-Médoc

<http://www.athle-lesparre-medoc.fr>

ATHLE
LESPARRE
MEDOC
SAM





CLUB ATHLE LESPARRE MEDOC SAM



Le club d'athlétisme, Athlé Lesparre Médoc SAM, section du SAM OMNISPORTS DE LESPARRE, vous propose la pratique de l'athlétisme dans les catégories : Baby, Eveils, Poussins, Benjamins, Minimes, Cadets, Juniors, Espoirs. Egalement, la pratique du running en loisir ou en compétition à partir de la catégorie cadet ainsi que la marche nordique.

LE BUREAU

Le Président : Lionel BEZIER
La Secrétaire générale : Marie BAQUIERE
La Secrétaire adjointe : Chantal PRUCE
Le Trésorier : Gilles PRUCE



Lionel : 06 70 54 04 74

Marie : 06 77 54 23 26

Gilles : 06 48 08 33 75

sam.athle33@gmail.com

<http://www.athle-lesparre-medoc.fr>



ENTRAINEMENTS ENFANTS

Baby Athlé : Mercredi de 14h00 - 15h00
Rendez-vous au Coscec 2



Eveil / Poussins / Benjamin / Minime / Cadet / Junior :
Mercredi 15h30 - 17h00
Vendredi 17h30 - 19h00
Rendez-vous au stade d'honneur (tribunes)

ENTRAINEMENTS RUNNING/COMPETITION ENTRAINEMENTS LOISIR/DEBUTANT

Mardi : 18h00 - 20h00
Jeudi : 18h00 - 20h00
Rendez-vous au stade d'honneur (tribunes)
Dimanche : 08h00 ou 09h00 (suivant la saison)
Rendez-vous précisé par texto

ENTRAINEMENTS MARCHÉ NORDIQUE

Lundi : 09h15 - 11h15
Jeudi : 18h00 - 20h00
Rendez-vous au stade d'honneur (tribunes)
Samedi : 09h15 - 11h15
Rendez-vous précisé par texto



RENFORCEMENT MUSCULAIRE

Mercredi : 18h30 - 19h30
Rendez-vous au Coscec 2

ADHESIONS (licences*/assurances comprises)

Enfants Baby Athlé :
115 € pour un enfant

Enfants Eveils et Poussins :
95 € pour un enfant + 40 € pour le maillot du club**

Enfants Benjamins/Minimes/Cadets/Juniors :
120 € pour un enfant + 40 € pour le maillot du club**

Adultes Running/Loisir/Débutant/Marche Nordique :
85 € pour un adulte

Adultes Compétition :
120 € pour un adulte



Remise de 10€ à partir de la seconde adhésion du même foyer

Règlement à la souscription avec possibilité de payer en trois chèques encaissables : le 1er à l'inscription (le 2ème en décembre et le 3ème en mars par exemple)

* Joindre obligatoirement un certificat médical d'aptitude à l'athlétisme y compris en compétition de moins de 2 mois.

** Un maillot de compétition du club vous sera remis contre un chèque de caution de **40 € NON DATE**, rendu à la fin de la saison en échange du retour de celui-ci en bon état.

LES CATEGORIES

BA = Baby Athlé : 2018 - 2019
EA = Eveil Athlétique : 2015 à 2017
PO = Poussin : 2013 et 2014
BE = Benjamin : 2011 et 2012
MI = Minime : 2009 et 2010
CA = Cadet : 2007 et 2008
JU = Junior : 2005 et 2006
ES = Espoir : 2002 à 2004
SE = Sénior : 1990 à 2001
MA = Master : 1989 et avant



LES ENTRAÎNEURS

ENFANTS:

Baby Athlé / Eveils / Poussins

Sybille GARCIA
Diplômée par la FFA entraîneur 1° -12 ans

Benjamins / Minimes / Cadets / Juniors

Lionel BEZIER
Diplômé par la FFA entraîneur 1° -16 ans

ADULTES:

Renforcement Musculaire

Mégane FRET
Licence APA : Activités Physiques Adaptées

Marche Nordique

Béatrice BRIDOUX
En formation à la FFA entraîneur 1° MN

Loisir/Débutant

Paul MARTIN
Diplômé par la FFA entraîneur adjoint

Running/Compétition

Lionel BEZIER
Diplômé par la FFA entraîneur 2° Hors Stade

