

Accueil Nouveaux Adhérents

Dernière mise à jour : 22-11-2010

Bonjour et bienvenue sur le site du Running Club Côte de Nacre! Notre association est un regroupement de coureurs et coureuses à pied qui a fêté ses 13 ans en 2010. Nous comptons à l'heure actuelle une soixantaine d'adhérents, tous réunis autour d'une même passion : Se retrouver pour courir ensemble dans une ambiance conviviale !

Nous accueillons toutes les personnes passionnées de course à pied et qui souhaitent nous rejoindre, quelque soit leur niveau avec une ligne de conduite : emmener chacun vers l'objectif qu'il s'est fixé , même si ce dernier n'est que de réussir à courir régulièrement.

Pour ce faire notre méthode d'entraînement est basée sur deux types d'activité :

D'un côté un travail de fond avec des séances variées sur des parcours de campagne ou de bord de mer. D'autre part un travail plus spécifique qui a lieu sur la piste du stade de Cresserons. La meilleure façon de faire une idée est de venir à notre rendez-vous hebdomadaire du Mercredi soir à 19h30 à l'Ecole de voile de Lion sur Mer (Horaires d'été) et même heure derrière l'Hôtel Beau Rivage à Luc sur mer (Horaires d'Hiver). Ce rendez vous est maintenu pendant les vacances scolaires.

L'assemblée générale de l'association a eut lieu tous les ans début Septembre. Il n'est cependant pas trop tard pour nous rejoindre (fournir un certificat médical (obligatoire) et votre cotisation pour l'année, 25 € ;)

A très bientôt!