



Lieu d'entraînement

Stade Municipal Georges Lefevre
3, avenue du Président Kennedy
78100 Saint-Germain-en-Laye

[Plan](#)

Vestiaires situés près de l'entrée principale, dans le bâtiment du rugby

Horaires

Les entraînements sont conduits par nos entraîneurs diplômés, conformément à un programme élaboré mensuellement et envoyé par mail à chaque adhérent. Ils se déroulent dans la forêt voisine ou sur le stade, notamment pour les séances du soir pendant la période hivernale.

Entraîneurs	David Godart	Miguel Gamito (1)	Philippe Moinard (1)	Michel Picard (2)
Objectif	Jusqu'au 10km Tous niveaux	10km - Semi Tous niveaux	Trail Tous niveaux	Loisirs
Horaires	Mardi 18h45 Jeudi 19h30 Dimanche 11h00 (au parc de Marly)	Mardi 19h00 Jeudi 19h00 Dimanche 09h00	Mardi 19h00 Jeudi 19h00 Dimanche 09h00	Mardi 19h00 Dimanche 09h00 (1 fois par mois)

(1) - le dimanche, Miguel et Philippe ne sont pas toujours présents. Les séances sont alors encadrées par des coureurs confirmés
(2) - Michel est également notre consultant **marathon** (conseils sur la préparation, la nutrition,...)

Entraîneur	David Godart
Objectif	Séance de préparation physique commune à tous les groupes Tous niveaux
Horaires	Lundi - 18h15 et 19h30



Contact

par mail : contact@foulesdesaintgermainenlaye.com

par courrier : Foulées de Saint-Germain-en-Laye, Maison des Associations, 3, rue de la République, 78100 Saint-Germain-en-Laye

directement au stade en s'y présentant les mardis et jeudis à 18h30 ou les dimanches à 8h45.

Comment adhérer ?

En nous retournant le [bulletin d'adhésion](#) accompagné du montant de la cotisation et d'un certificat médical de non contre indication de la pratique du sport en compétition datant de moins de 6 mois.