



COURIR à BEAUCAIRE

www.cabeaucaire.fr_facebook

email : cab@cabeaucaire.fr



COURIR à BEAUCAIRE appelé familièrement le CAB et ses adhérents les Cabistes, fut créée en 1997.



Le club est affilié à la FFA



Courir à Beaucaire est aussi jumelé avec les Pacoulix, club de Limoux.

Notre but.. vous accompagner dans votre progression afin d'atteindre, voir dépasser vos objectifs. Tout ceci dans un esprit de convivialité et de simplicité, sans contrainte d'aucune sorte.

Pratique des disciplines suivantes: course à pied sur route et chemin, trail, ultra-trail, semi et marathon, 100 km, cross, marche nordique.

FONCTIONNEMENT DU CLUB



la piste d'athlétisme du complexe sportif Frenand Lamouroux est à disposition pour les entrainements personnel de 18h00 à 20h00 du lundi au vendredi. Des vestiaires et douches sont à disposition.

2 séances d'entraînements / semaine dispensées par notre entraîneur



Un encadrement par semaine



Le bureau édite un calendrier des courses du challenge de l'année.



Un challenge interne avec un calcul de points récompenses les trois 1er féminine et masculin, ainsi que les 1er de chaque catégorie lors de la soirée de la remise des trophées.



Participation du club en alternance une année en France et l'autre à l'étranger.

ORGANISATION



Journée mondiale de l'environnement.

Course du club



Gambade de St Roman 12.8 km
La petite Gambade 5.8 km
Course enfant
Marche nordique chronométrée et rando 10 Km



Le Téléthon

ADHESION

rendez vous sur le site...



CERTIFICAT MEDICAL

Contact Alain : 06 19 71 25 80



Mairie de BEAUCAIRE
Provence - Camargue