



L'IBAL vous propose de pratiquer la course à pied au sein de la section course hors stade sous la responsabilité de Pierre, entraîneur diplômé.

Le but de cette section est de dispenser un entraînement suivi et adapté pour tous les niveaux. Que vous souhaitiez prendre part à des courses ou non, vous trouverez un groupe où la convivialité est la règle sans pour autant oublier la rigueur de l'entraînement.

Chacun progresse à son rythme et le groupe est un facteur important de progrès et vous aidera à être assidu. Entraînement sur piste, sur route et en nature, tout le monde trouve son plaisir dans la bonne humeur !

Que ce soit pour mieux courir, progresser, ne pas courir seul, prendre part à des courses sur routes ou en nature, vous aurez votre place au sein de ce groupe.

L'entraînement a lieu tous les mardis et jeudis, de 18h30 à 20h00 au stade Joffre de LINGOLSHEIM	Contact : Pierre CASCAIL 06-18-51-58-45
--	--

