

ZE NOCTURNES DU TAC

Programme des soirées 2009/2010 :

Mercredi 9 septembre :	test VMA
Mercredi 16 septembre :	test VMA
Mercredi 23 septembre :	test VMA
Mercredi 7 octobre :	1 500 m
Mercredi 21 octobre :	2 000 m
Mercredi 4 novembre	3 000 m
Mercredi 18 novembre :	5 000 m
Mercredi 2 décembre :	1 000 m
Mercredi 16 décembre :	800 m
Vendredi 18 décembre :	100 km du Père Noël
Mercredi 6 janvier :	relais - 4 x 800 m
Mercredi 20 janvier :	2 000 m
Mercredi 3 février :	5 000 m
Mercredi 17 février :	relais US (800/600/400/200)
Mercredi 3 mars :	10 000 m
Mercredi 31 mars :	1 500 m
Mercredi 7 avril :	3 000 m
Mercredi 21 avril :	1 000 m
Mercredi 5 mai :	1 500 m
Mercredi 19 mai :	800 m
Mercredi 2 juin :	relais - 4 x 1 500 m
Mercredi 16 juin :	Mile de fin de saison (1 609 m)

Rendez-vous au stade Bois-Chaudat le jour de l'épreuve à 18 h 00 pour inscriptions.

Départ de la course 18 h 15 ou 18 h 30 suivant la distance.