

ASCC SECTION JOGGING

PRESENTATION :

- La section Jogging s'adresse **à tous** les coureurs et coureuses du Groupe, **de tous les niveaux**. Du débutant (e) au marathonien(ne), tout le monde peut venir tant que **vous gardez le sourire** !
- La section Jogging est orientée vers les courses sur route, mais permet surtout de courir pour le **plaisir**, en apportant **bien-être** et **santé**.
- Des courses collectives et externes sont organisées par l'ASCC Jogging.

Par ex.: Courir Ensemble pour Handicap International, Odyssea, etc..

- La section Jogging fonctionne **toute l'année**.
- Pour commencer ou se motiver, la section Jogging propose des **entraînements collectifs**.

LES ENTRAÎNEMENTS :

Envie de vous lancer dans la course à pied ? Envie de partager de bons moments avec vos collègues ? L'ASCC Jogging propose à ses adhérents des entraînements collectifs, à Nanterre (Parc André Malraux, Mont Valérien, etc.).

- **Possibilité de courir tous les midis.**

RDV vers 11h50 dans les vestiaires du siège, niveau RJ, pour un départ collectif à midi.

POUR S'INSCRIRE :

- Etre adhérent de l'ASCC – Cotisation annuelle de 15 € (De janvier à décembre).
- Avoir et présenter un **certificat médical** de non contre-indication pour la course à pied datant de moins d'un an est obligatoire.

CONTACT :

Pour toute demande d'informations ou pour les inscriptions à la section, veuillez contacter la responsable de la section Jogging:

Voir la rubrique « contacts ASCC » pour avoir le nom et coordonnées (réservé aux adhérents) ou « Bureau Ascc » accessible à tous, mais sans coordonnées.

**COURIR C'EST AVANT TOUT POUR LE PLAISIR
AVEC L'ASCC CE SERA AVEC PLAISIR
ALORS N'HESITEZ PAS A VOUS INSCRIRE !**