

# CALENDAR **R**UNNING **2019**



■ Route ■ Trail ■ Evénements

## 01 Janvier

L	M	M	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

## 02 Février

L	M	M	J	V	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28			

## 03 Mars

L	M	M	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

## 04 Avril

L	M	M	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

## 05 Mai

L	M	M	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

## 06 Juin

L	M	M	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

## 07 Juillet

L	M	M	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

## 08 Août

L	M	M	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

## 09 Septembre

L	M	M	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

## 10 Octobre

L	M	M	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

## 11 Novembre

L	M	M	J	V	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

## 12 Décembre

L	M	M	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

# CALENDAR RUNNING 2019

**AA**  
LYON

■ Route
 ■ Trail
 ■ Événements



26 janvier	<b>Sortie raquettes Bugey (01)</b>		
9 février	Sainté City Run St Etienne (42)	12km	
24 mars	Semi-Marathon de Feurs (42)	Semi-Marathon	
7 avril	Grenoble-Vizille (38)	Duo 10 km + 12 km	
26 avril	Heure sur piste Stade du Rhône (69)	Heure sur piste	
19 mai	Trail Germinois Saint-Germain au Mont d'Or (69)	7km 13km 20km	
8-9 juin	Grand Trail du St-Jacques Haute-Loire (43)	20 km 38 km 49 km 77 km 111 km	400 D+ 1350 D+ 2050 D+ 3050 D+ 3700 D+
23 juin	<b>Cross des Générations</b>		
7-8 septembre	<b>70 ans du Club</b>		
15 septembre	Le Sentier des Lônes Balan (01)	8 km 14 km	
6 octobre	<b>Run In Lyon</b>		
20 octobre	Marathon International Toulouse Métropole (31)	10 km Semi-Marathon Marathon	
9 novembre	La course des Irréductibles Mezrieu (69)	5 km 13 km 22 km	
6 décembre	Montée du Mont Thou Saint-Romain au Mont d'Or (69)	Kilomètre Vertical	1000 D+

Retrouvez toutes les grandes dates ainsi que les programmes d'entraînement sur [www.aalyon.fr/agenda](http://www.aalyon.fr/agenda)