

| SEPTEMBRE | | | OCTOBRE | | | NOVEMBRE | | | DECEMBRE | | | JANVIER | | | FEVRIER | | |
|-----------|----|-----------------------|---------|----|---------------------|----------|----|----------------------|----------|----|----------------------|---------|----|-------------------------|---------|----|-------------------------|
| L | 1 | | M | 1 | Torigni Stade | S | 1 | Condé Base | L | 1 | ★Renfo Torigni★ | J | 1 | | D | 1 | Agneaux Mairie |
| M | 2 | | J | 2 | | D | 2 | Ste-Suzanne-sur-Vire | M | 2 | | V | 2 | | L | 2 | ★Renfo Torigni★ |
| M | 3 | Condé Base | V | 3 | | L | 3 | ★Renfo Torigni★ | M | 3 | Torigni Stade | S | 3 | | M | 3 | |
| J | 4 | | S | 4 | | M | 4 | | J | 4 | | D | 4 | St-Amand | M | 4 | Torigni Place Orangerie |
| V | 5 | | D | 5 | Campeaux | M | 5 | Torigni Stade | V | 5 | | L | 5 | ★Renfo Torigni★ | J | 5 | |
| S | 6 | | L | 6 | ★Renfo Torigni★ | J | 6 | | S | 6 | | M | 6 | | V | 6 | |
| D | 7 | Condé Base Rentrée | M | 7 | | V | 7 | | D | 7 | Troisgots(TELETHON) | M | 7 | Torigni Place Orangerie | S | 7 | |
| L | 8 | ★Renfo Torigni★ | M | 8 | Condé Base | S | 8 | | L | 8 | ★Renfo Torigni★ | J | 8 | | D | 8 | St-Jean-des-Baisants |
| M | 9 | | J | 9 | | D | 9 | Guilberville | M | 9 | | V | 9 | | L | 9 | ★Renfo Torigni★ |
| M | 10 | Torigni Stade | V | 10 | | L | 10 | ★Renfo Torigni★ | M | 10 | Condé Stade | S | 10 | | M | 10 | |
| J | 11 | | S | 11 | | M | 11 | Condé Base | J | 11 | | D | 11 | Giéville | M | 11 | Condé Stade |
| V | 12 | | D | 12 | Rando roches de Ham | M | 12 | Condé Stade | V | 12 | | L | 12 | ★Renfo Torigni★ | J | 12 | |
| S | 13 | | L | 13 | ★Renfo Torigni★ | J | 13 | | S | 13 | | M | 13 | | V | 13 | |
| D | 14 | Chapelle-sur-Vire | M | 14 | | V | 14 | | D | 14 | St-Pierre-de-Semilly | M | 14 | Condé Stade | S | 14 | |
| L | 15 | ★Renfo Torigni★ | M | 15 | Condé Base | S | 15 | | L | 15 | ★Renfo Torigni★ | J | 15 | | D | 15 | Torigni Stade |
| M | 16 | | J | 16 | | D | 16 | St-Jean-des-Baisants | M | 16 | | V | 16 | | L | 16 | |
| M | 17 | Courir pour Alzheimer | V | 17 | | L | 17 | ★Renfo Torigni★ | M | 17 | Condé Stade Noël | S | 17 | | M | 17 | |
| J | 18 | | S | 18 | | M | 18 | | J | 18 | | D | 18 | Guilberville galette | M | 18 | Condé Stade |
| V | 19 | | D | 19 | Maison département | M | 19 | Condé Stade | V | 19 | | L | 19 | ★Renfo Torigni★ | J | 19 | |
| S | 20 | | L | 20 | | J | 20 | | S | 20 | | M | 20 | | V | 20 | |
| D | 21 | Ste-Suzanne-sur-Vire | M | 21 | | V | 21 | | D | 21 | Roches de Ham | M | 21 | Condé Stade | S | 21 | |
| L | 22 | ★Renfo Torigni★ | M | 22 | Condé Base | S | 22 | AG Condé sur Vire | L | 22 | | J | 22 | | D | 22 | Ste-Suzanne-sur-Vire |
| M | 23 | | J | 23 | | D | 23 | Baudre | M | 23 | | V | 23 | | L | 23 | |
| M | 24 | Condé Base | V | 24 | | L | 24 | ★Renfo Torigni★ | M | 24 | | S | 24 | | M | 24 | |
| J | 25 | | S | 25 | Trail Roches de Ham | M | 25 | | J | 25 | | D | 25 | Baudre | M | 25 | Condé Stade |
| V | 26 | | D | 26 | Roches de Ham | M | 26 | Condé Stade | V | 26 | | L | 26 | ★Renfo Torigni★ | J | 26 | |
| S | 27 | | L | 27 | | J | 27 | | S | 27 | | M | 27 | | V | 27 | |
| D | 28 | VMA Condé stade | M | 28 | | V | 28 | | D | 28 | Domjean | M | 28 | Condé Stade | S | 28 | |
| L | 29 | ★Renfo Torigni★ | M | 29 | Condé Stade | S | 29 | | L | 29 | | J | 29 | | | | |
| M | 30 | | J | 30 | | D | 30 | Foulées St-Loises | M | 30 | | V | 30 | | | | |
| | | | V | 31 | | | | | M | 31 | | S | 31 | | | | |

■ Evenements du club - Participation en tant qu'athlète / bénévole souhaitable
 ■ 1er dimanche du mois Départ 9H30 pour 1H30
 ■ Férié et/ou Départ 9H30

Calendrier donné à titre indicatif et modifiable à tout moment. Mises à jour sur www.cact50.com. Rejoignez le WhatsApp de votre groupe (voir encadrants).
 6 groupes de niveaux pour des séances d'environ 1h10. Départ 18h00 le mercredi et 10h00 le dimanche (hors exceptions) - Lieux de départs en annexes.
 Entraînements compétition à 18h15 le mardi (Torigni Stade) et le jeudi (Condé Stade)

| MARS | | | AVRIL | | | MAI | | | JUIN | | | JUILLET | | | AOÛT | | |
|------|----|-------------------------|-------|----|-------------------------|-----|----|-------------------------|------|----|-------------------------|---------|----|------------------------|------|----|---------------|
| D | 1 | Domjean | M | 1 | Torigni Place Orangerie | V | 1 | Condé Base | L | 1 | ★Renfo Torigni★ | M | 1 | Torigni Stade | S | 1 | |
| L | 2 | ★Renfo Torigni★ | J | 2 | | S | 2 | | M | 2 | | J | 2 | | D | 2 | Torigni Stade |
| M | 3 | | V | 3 | | D | 3 | St-Jean-des-Baisants | M | 3 | Torigni Place Orangerie | V | 3 | | L | 3 | |
| M | 4 | Torigni Place Orangerie | S | 4 | | L | 4 | ★Renfo Torigni★ | J | 4 | | S | 4 | Activité fin de saison | M | 4 | |
| J | 5 | | D | 5 | Course 4 Passerelles | M | 5 | | V | 5 | | D | 5 | Torigni Stade | M | 5 | Condé Base |
| V | 6 | | L | 6 | Condé Base | M | 6 | Torigni Place Orangerie | S | 6 | | L | 6 | | J | 6 | |
| S | 7 | | M | 7 | | J | 7 | | D | 7 | Marathon de la Liberté | M | 7 | | V | 7 | |
| D | 8 | St-Pierre-de-Semilly | M | 8 | Condé Base | V | 8 | Condé Base | L | 8 | ★Renfo Torigni★ | M | 8 | Condé Base | S | 8 | |
| L | 9 | ★Renfo Torigni★ | J | 9 | | S | 9 | | M | 9 | | J | 9 | | D | 9 | Torigni Stade |
| M | 10 | | V | 10 | | D | 10 | Domjean | M | 10 | Condé Base | V | 10 | | L | 10 | |
| M | 11 | Condé Stade | S | 11 | | L | 11 | ★Renfo Torigni★ | J | 11 | | S | 11 | | M | 11 | |
| J | 12 | | D | 12 | Baudre | M | 12 | | V | 12 | | D | 12 | Torigni Stade | M | 12 | Condé Base |
| V | 13 | | L | 13 | | M | 13 | Condé Base | S | 13 | | L | 13 | | J | 13 | |
| S | 14 | | M | 14 | | J | 14 | Condé Base | D | 14 | Chapelle-sur-Vire | M | 14 | Condé Base | V | 14 | |
| D | 15 | 10 km des Ecluses | M | 15 | Condé Base | V | 15 | | L | 15 | ★Renfo Torigni★ | M | 15 | Condé Base | S | 15 | Condé Base |
| L | 16 | ★Renfo Torigni★ | J | 16 | | S | 16 | | M | 16 | | J | 16 | | D | 16 | Torigni Stade |
| M | 17 | | V | 17 | | D | 17 | St-Amand | M | 17 | Condé Base | V | 17 | | L | 17 | |
| M | 18 | Condé Stade | S | 18 | | L | 18 | ★Renfo Torigni★ | J | 18 | | S | 18 | | M | 18 | |
| J | 19 | | D | 19 | Troisgots | M | 19 | | V | 19 | | D | 19 | Torigni Stade | M | 19 | Condé Base |
| V | 20 | | L | 20 | | M | 20 | Condé Base | S | 20 | | L | 20 | | J | 20 | |
| S | 21 | | M | 21 | | J | 21 | | D | 21 | Trail Barjo | M | 21 | | V | 21 | |
| D | 22 | St-Amand | M | 22 | Condé Base | V | 22 | | L | 22 | ★Renfo Torigni★ | M | 22 | Condé Base | S | 22 | |
| L | 23 | ★Renfo Torigni★ | J | 23 | | S | 23 | | M | 23 | | J | 23 | | D | 23 | Torigni Stade |
| M | 24 | | V | 24 | | D | 24 | Pôle Agglo St-Lô | M | 24 | Condé Base | V | 24 | | L | 24 | |
| M | 25 | Condé Stade | S | 25 | | L | 25 | ★Renfo Torigni★ | J | 25 | | S | 25 | | M | 25 | |
| J | 26 | | D | 26 | Giéville | M | 26 | | V | 26 | | D | 26 | Torigni Stade | M | 26 | Condé Base |
| V | 27 | | L | 27 | ★Renfo Torigni★ | M | 27 | Condé Base | S | 27 | | L | 27 | | J | 27 | |
| S | 28 | | M | 28 | | J | 28 | | D | 28 | VMA Stade Saint-lois | M | 28 | | V | 28 | |
| D | 29 | Pôle hippique St-Lô | M | 29 | Condé Base | V | 29 | | L | 29 | ★Renfo Torigni★ | M | 29 | Condé Base | S | 29 | |
| L | 30 | ★Renfo Torigni★ | J | 30 | | S | 30 | | M | 30 | | J | 30 | | D | 30 | Torigni Stade |
| M | 31 | | | | | D | 31 | Ste-Suzanne-sur-Vire | | | | V | 31 | | L | 31 | |

Evenements du club - Participation en tant qu'athlète / bénévole souhaitable 1er dimanche du mois Départ 9H30 pour 1H30 Férié et/ou Départ 9H30

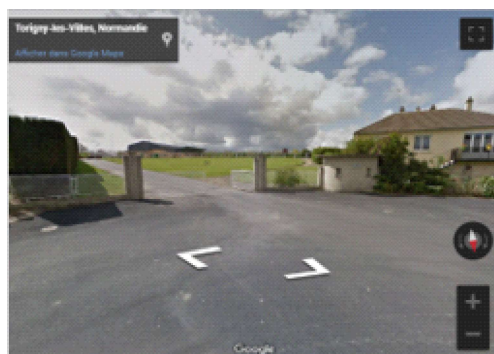
Calendrier donné à titre indicatif et modifiable à tout moment. Mises à jour sur www.cact50.com. Rejoignez le WhatsApp de votre groupe (voir encadrants).
 6 groupes de niveaux pour des séances d'environ 1h10. Départ 18h00 le mercredi et 10h00 le dimanche (hors exceptions) - Lieux de départs en annexes
 Entraînements compétition à 18h15 le mardi (Torigni Stade) et le jeudi (Condé Stade)

Torigni-sur-Vire

Stade de Torigny-les-Villes

GPS : 49.028116, -0.972460

<https://goo.gl/maps/DnDTNVR4tpUoo4rp6>

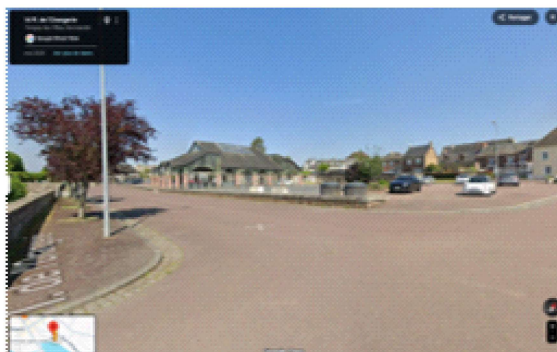


Torigni-sur-Vire

Place de l'orangerie

GPS : 49.034576, -0.976150

<https://maps.app.goo.gl/mf8M9mXydsmzGzDf>



Condé-sur-Vire

Stade de Condé-sur-Vire

GPS : 49.058059, -1.031145

<https://goo.gl/maps/Bn6vpCcykCZV2Cub9>



Condé-sur-Vire

Base de loisirs de Condé-sur-Vire

GPS : 49.041989, -1.043969

<https://goo.gl/maps/5UXXL9WHZUq1kazr7>



Baudre

Parking de l'église de Baudre

GPS : 49.090522, -1.072821

<https://goo.gl/maps/nqQtPV3zif8RLcRu8>

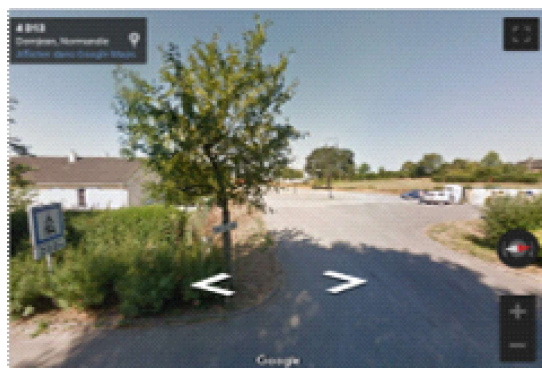


Domjean

Parking salle des fêtes de Domjean

GPS : 48.988990, -1.032576

<https://goo.gl/maps/W6DxV91Hxhvt43xM8>

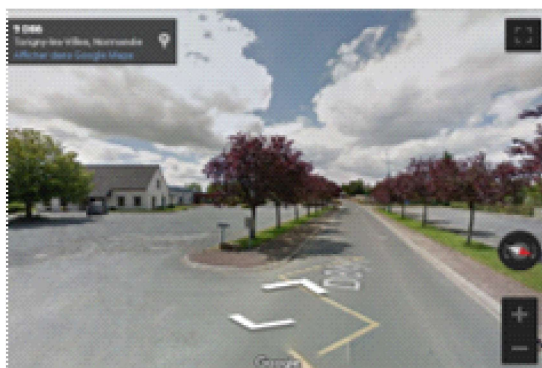


Giéville

Parking salle polyvalente de Giéville

GPS : 49.014715, -0.976937

<https://goo.gl/maps/2kPajJNRYRvPUBFj8>



Guilberville

Parking église de Guilberville

GPS : 48.988252, -0.946211

<https://goo.gl/maps/T1Fv17NJRa4LwaZh9>

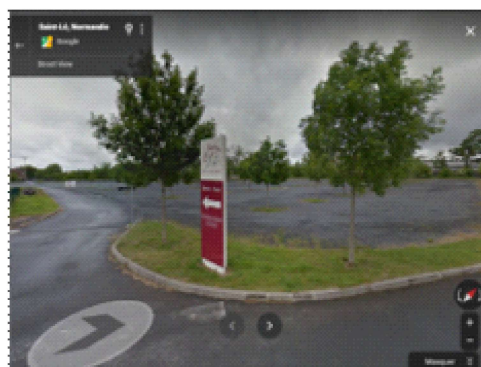


Haras / Pôle Hippique de Saint-Lô

Parking près du centre Equestre

GPS : 49.117581, -1.066681

<https://goo.gl/maps/rrMvuumafyRDXX9DA>



Maison du département / co-voiturage

98 route de Candol, Parking MDD, RD999

GPS : 49.10041, -1.11662

<https://maps.app.goo.gl/AkiUCQPfa7Gd1iaQA>



Troisgots

Parking église de Troisgots

GPS : 49.011320, -1.073560

<https://goo.gl/maps/kerGj63BawXuhnC69>



Saint-Amand

Parking face au 15 Rue Robert le Bis

GPS : 49.043059, -0.963376

<https://goo.gl/maps/SrddtdzVYuJSW63t6>



Saint-Jean-des-baisants

Parking église de Saint-Jean-des-baisants

GPS : 49.093434, -0.972946

<https://goo.gl/maps/z8esFavxgsi8xWhN8>

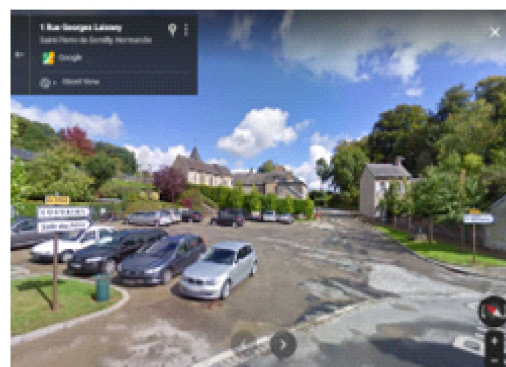


Saint-Pierre-de-Semilly

Parking face au 2 Rue Georges Laisney

GPS : 49.120201, -1.005684

<https://goo.gl/maps/xg4XUFHQhrg83U6j7>

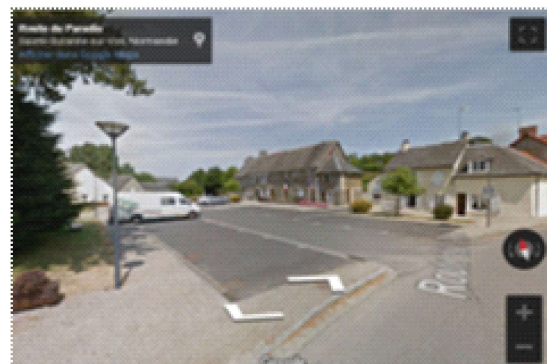


Sainte-Suzanne-sur-Vire

Parking mairie de Saint-Suzanne

GPS : 49.061231, -1.060612

<https://goo.gl/maps/hVs1JeLzrVRxXvpX9>



| SEPTEMBRE | | | OCTOBRE | | | NOVEMBRE | | | DECEMBRE | | | JANVIER | | | FEVRIER | | |
|-----------|----|---------------------|---------|----|---------------------|----------|----|----------------------|----------|----|----------|---------|----|---------------------|---------|----|-----------------|
| L | 1 | | M | 1 | | S | 1 | | L | 1 | | J | 1 | | D | 1 | |
| M | 2 | | J | 2 | | D | 2 | | M | 2 | | V | 2 | | L | 2 | |
| M | 3 | | V | 3 | | L | 3 | | M | 3 | | S | 3 | | M | 3 | |
| J | 4 | | S | 4 | | M | 4 | | J | 4 | | D | 4 | | M | 4 | |
| V | 5 | | D | 5 | | M | 5 | | V | 5 | | L | 5 | | J | 5 | |
| S | 6 | | L | 6 | | J | 6 | | S | 6 | | M | 6 | | V | 6 | |
| D | 7 | | M | 7 | | V | 7 | | D | 7 | Téléthon | M | 7 | | S | 7 | |
| L | 8 | | M | 8 | | S | 8 | | L | 8 | | J | 8 | | D | 8 | Trail des Loups |
| M | 9 | | J | 9 | | D | 9 | Foulées de la Mue | M | 9 | | V | 9 | | L | 9 | |
| M | 10 | | V | 10 | | L | 10 | | M | 10 | | S | 10 | | M | 10 | |
| J | 11 | | S | 11 | | M | 11 | Cross Montilly | J | 11 | | D | 11 | Cross départemental | M | 11 | |
| V | 12 | | D | 12 | ToutRennesCourt | M | 12 | | V | 12 | | L | 12 | | J | 12 | |
| S | 13 | | L | 13 | | J | 13 | | S | 13 | | M | 13 | | V | 13 | |
| D | 14 | | M | 14 | | V | 14 | | D | 14 | | M | 14 | | S | 14 | |
| L | 15 | | M | 15 | | S | 15 | | L | 15 | | J | 15 | | D | 15 | |
| M | 16 | | J | 16 | | D | 16 | Marathon Deauville | M | 16 | | V | 16 | | L | 16 | |
| M | 17 | | V | 17 | | L | 17 | | M | 17 | | S | 17 | | M | 17 | |
| J | 18 | | S | 18 | | M | 18 | | J | 18 | | D | 18 | | M | 18 | |
| V | 19 | | D | 19 | | M | 19 | | V | 19 | | L | 19 | | J | 19 | |
| S | 20 | | L | 20 | | J | 20 | | S | 20 | | M | 20 | | V | 20 | |
| D | 21 | 10 km de Vire | M | 21 | | V | 21 | | D | 21 | | M | 21 | | S | 21 | |
| L | 22 | | M | 22 | | S | 22 | | L | 22 | | J | 22 | | D | 22 | |
| M | 23 | | J | 23 | | D | 23 | | M | 23 | | V | 23 | | L | 23 | |
| M | 24 | | V | 24 | | L | 24 | | M | 24 | | S | 24 | | M | 24 | |
| J | 25 | | S | 25 | Trail Roches de Ham | M | 25 | | J | 25 | | D | 25 | Cross régional | M | 25 | |
| V | 26 | | D | 26 | | M | 26 | | V | 26 | | L | 26 | | J | 26 | |
| S | 27 | Trail du Tue Vaques | L | 27 | | J | 27 | | S | 27 | | M | 27 | | V | 27 | |
| D | 28 | | M | 28 | | V | 28 | | D | 28 | | M | 28 | | S | 28 | |
| L | 29 | | M | 29 | | S | 29 | | L | 29 | | J | 29 | | | | |
| M | 30 | | J | 30 | | D | 30 | Foulées Saint-Loises | M | 30 | | V | 30 | | | | |
| | | | V | 31 | | | | | M | 31 | | S | 31 | | | | |

Evenements du club - Participation en tant qu'athlète / bénévole souhaitable

Calendrier non exhaustif concernant des courses réalisées régulièrement par des athlètes du club.
Les dates sont estimées par rapport à l'année précédente. Surveillez les sites des diverses courses pour les dates réelles.
Source possible : www.normandiecouseapied.com

| MARS | | | AVRIL | | | MAI | | | JUIN | | | JUILLET | | | AOÛT | | |
|------|----|--------------------|-------|----|----------------------|-----|----|------------|------|----|------------------------|---------|----|-------------------|------|----|-------------------|
| D | 1 | | M | 1 | | V | 1 | | L | 1 | | M | 1 | | S | 1 | |
| L | 2 | | J | 2 | | S | 2 | INTERCLUBS | M | 2 | | J | 2 | | D | 2 | Enduro des sables |
| M | 3 | | V | 3 | | D | 3 | INTERCLUBS | M | 3 | | V | 3 | | L | 3 | |
| M | 4 | | S | 4 | | L | 4 | | J | 4 | | S | 4 | | M | 4 | |
| J | 5 | | D | 5 | Course 4 passerelles | M | 5 | | V | 5 | | D | 5 | | M | 5 | |
| V | 6 | | L | 6 | | M | 6 | | S | 6 | | L | 6 | | J | 6 | |
| S | 7 | | M | 7 | | J | 7 | | D | 7 | Marathon de la liberté | M | 7 | | V | 7 | |
| D | 8 | | M | 8 | | V | 8 | | L | 8 | | M | 8 | | S | 8 | |
| L | 9 | | J | 9 | | S | 9 | | M | 9 | | J | 9 | | D | 9 | Course du Run |
| M | 10 | | V | 10 | | D | 10 | | M | 10 | | V | 10 | | L | 10 | |
| M | 11 | | S | 11 | | L | 11 | | J | 11 | | S | 11 | Course Mère Denis | M | 11 | |
| J | 12 | | D | 12 | 10km des Ecluses | M | 12 | | V | 12 | | D | 12 | | M | 12 | |
| V | 13 | | L | 13 | | M | 13 | | S | 13 | | L | 13 | | J | 13 | |
| S | 14 | | M | 14 | | J | 14 | | D | 14 | | M | 14 | | V | 14 | |
| D | 15 | | M | 15 | | V | 15 | | L | 15 | | M | 15 | | S | 15 | |
| L | 16 | | J | 16 | | S | 16 | INTERCLUBS | M | 16 | | J | 16 | | D | 16 | |
| M | 17 | | V | 17 | | D | 17 | INTERCLUBS | M | 17 | | V | 17 | | L | 17 | |
| M | 18 | | S | 18 | | L | 18 | | J | 18 | | S | 18 | | M | 18 | |
| J | 19 | | D | 19 | | M | 19 | | V | 19 | | D | 19 | | M | 19 | |
| V | 20 | | L | 20 | | M | 20 | | S | 20 | La barjo | L | 20 | | J | 20 | |
| S | 21 | | M | 21 | | J | 21 | | D | 21 | La barjo | M | 21 | | V | 21 | |
| D | 22 | | M | 22 | | V | 22 | | L | 22 | | M | 22 | | S | 22 | |
| L | 23 | | J | 23 | | S | 23 | | M | 23 | | J | 23 | | D | 23 | |
| M | 24 | | V | 24 | | D | 24 | | M | 24 | | V | 24 | | L | 24 | |
| M | 25 | | S | 25 | | L | 25 | | J | 25 | | S | 25 | | M | 25 | |
| J | 26 | | D | 26 | | M | 26 | | V | 26 | | D | 26 | | M | 26 | |
| V | 27 | | L | 27 | | M | 27 | | S | 27 | | L | 27 | | J | 27 | |
| S | 28 | Diabolik de Ragnar | M | 28 | | J | 28 | | D | 28 | Semi des Vikings | M | 28 | | V | 28 | |
| D | 29 | Bayeux / Avranches | M | 29 | | V | 29 | | L | 29 | | M | 29 | | S | 29 | |
| L | 30 | | J | 30 | | S | 30 | | M | 30 | | J | 30 | | D | 30 | |
| M | 31 | | | | | D | 31 | | | | | V | 31 | | L | 31 | |

Evenements du club - Participation en tant qu'athlète / bénévole indispensable

Calendrier non exhaustif concernant des courses réalisées régulièrement par des athlètes du club.
 Les dates sont estimées par rapport à l'année précédente. Surveillez les sites des diverses courses pour les dates réelles.
 Source possible : www.normandiecouseapied.com