

ASEA (Athlétisme Sud-Est/ South East Athletics)

Athlétisme Sud-Est / South-East Athletics, **ASEA**, is proud to announce the 46th year we are offering track and field programs for athletes of all abilities and ages.

During that time ASEA has put athletes on 14 national teams, won over 120 national outdoor medals as well as another 50 national indoor medals.

2024 has been a great year for ASEA. We won 5 medals, 1 gold, at the Athletics Canada Indoor Nationals. ASEA has had 21 top 8 placings.

At the Legion Age Class Nationals ASEA sent 16 of the 38 NB Provincial athletes. ASEA won 6 national medals, and two were gold.

In 2024 ASEA was the first club to ever win all three club championships (Indoor, Outdoor & Cross Country) in the same year.

ASEA has over 300 members for 2024.

The ASEA track and field club offers a variety of programs to suit all age groups and skill levels. Our team of experienced coaches work with athletes on developing skills and experience in track & field. We focus on improving strength, agility and speed in running, jumping and throwing. Athletes have the opportunity to compete in a number of meets locally, in NB, Atlantic region and some throughout Canada.

Ages 6-10: Run Jump Throw

An introductory program for children ages 6-10. It is offered as three 14 practice sessions spread throughout the year. Our older athletes are instructors.

Ages 6-11: Trail Blazers

This was a new program in 2022. It was offered at eight different locations. It is once a week for four weeks to enable children to see our sport close to their home.

Ages 11-13: Junior Development

This is a new program in 2024. It offers two practices a week throughout the year. Athletes are encouraged to compete in a variety of events.

Ages 12 +: Athlete Development

For athletes ages 13 and over who are ready to train and compete regularly, ASEA provides training to help them develop in their events of choice and access to the many competitive

events throughout the province and region. There will be a variety of training plans for this group. The plan for each athlete will depend on their experience, events & regular practices they can attend. Four training sessions are held per week.

Within this program are also athletes who are senior, masters and para.

This enables ASEA to be a community club for the entire family.

Indoors Practise times for Athlete Development

Monday - 5-7pm

Tuesday - 5:30 - 7:30pm

Friday - 5-7pm

Saturday - 9:30- 11:30am

Outdoors

TBA

Registration

All interested athletes are welcome to meet with our club for weekly practices and are welcome to register after a particular season has started. An athlete must register to attend a second week of practice sessions. Look for current registration and program updates on our FB page. You can also email us at stuart@nbnet.nb.ca

Registration is required for all athletes who wish to join ASEA. Registration is done ONLINE. ASEA registration can be completed on trackie.ca .

All ASEA athletes must be a member of Athletics NB "ANB" (membership is valid for one calendar year). This membership can be obtained at the same time as you register for ASEA. In 2025 your ANB registration needs to be on a new platform. The link is included on the ASEA trackie registration page.

If you are already a member, the system will not charge you for this portion, if you can provide your membership number. You can verify your membership status online at anb.ca. All information with regard to member benefits to ANB can be found at anb.ca.

Athlete Development Program fees :

ASEA - \$150 for the outdoor season (May to October)

ASEA - \$150 for the indoor season (November to April)

ASEA - \$275.00 for the entire year

ANB - \$80.00 for a full calendar year

Athletes will also need a UdeM CEPS membership to gain access to the indoor facility. This is independent of the other fees.

Events

For up to date information on events, including all registration information, see ANB: www.anb.ca/Calendar .

Questions

For more information on our current programs and opportunities please contact us at stuart@nbnet.nb.ca

Athlétisme Sud-Est / South-East Athletics, **ASEA**, est fier d'annoncer la 46e année où nous proposons des programmes d'athlétisme pour les athlètes de tous niveaux et de tous âges.

Au cours de cette période, l'ASEA a placé des athlètes dans 14 équipes nationales et remporté plus de 120 médailles nationales en extérieur ainsi que 50 autres médailles nationales en salle.

2024 a été une belle année pour ASEA. Nous avons remporté 5 médailles, dont 1 d'or, aux championnats nationaux en salle d'Athlétisme Canada. L'ASEA a obtenu 21 classements parmi les 8 premiers.

Aux championnats nationaux de classe d'âge de la Légion, l'ASEA a envoyé 16 des 38 athlètes provinciaux du Nouveau-Brunswick. L'ASEA a remporté 6 médailles nationales, dont deux d'or. En 2024, l'ASEA a été le premier club à remporter les trois championnats de clubs (Indoor, Outdoor et Cross Country) la même année.

L'ASEA compte plus de 300 membres pour 2024.

Le club d'athlétisme ASEA propose une variété de programmes adaptés à tous les groupes d'âge et à tous les niveaux de compétence. Notre équipe d'entraîneurs expérimentés travaille avec les athlètes pour développer leurs compétences et leur expérience en athlétisme. Nous nous concentrons sur l'amélioration de la force, de l'agilité et de la vitesse en courant, en sautant et en lançant. Les athlètes ont la possibilité de concourir dans un certain nombre de compétitions locales, au Nouveau-Brunswick, dans la région de l'Atlantique et dans certaines partout au Canada.

6 à 10 ans : Courir, Sauter, Lancer

Un programme d'initiation pour les enfants de 6 à 10 ans. Il est proposé sous forme de trois séances d'entraînement 14 réparties tout au long de l'année. Nos athlètes plus âgés sont instructeurs.

6 à 11 ans : Trail Blazers

Il s'agissait d'un nouveau programme en 2022. Il était offert dans huit endroits différents. C'est une fois par semaine pendant quatre semaines pour permettre aux enfants de voir notre sport près de chez eux.

11-13 ans : Développement junior

Il s'agit d'un nouveau programme en 2024. Il propose deux pratiques par semaine tout au long de l'année. Les athlètes sont encouragés à participer à diverses épreuves.

12 ans et plus : Développement de l'athlète

Pour les athlètes de 13 ans et plus prêts à s'entraîner et à concourir régulièrement, ASEA offre une formation pour les aider à se développer dans les épreuves de leur choix et à accéder aux nombreux événements compétitifs à travers la province et la région. Il y aura une variété de plans de formation pour ce groupe. Le plan pour chaque athlète dépendra de son expérience, des événements et des entraînements réguliers auxquels il pourra assister. Quatre séances de formation sont organisées par semaine.

Ce programme comprend également des athlètes seniors, maîtres et para.

Cela permet à l'ASEA d'être un club communautaire pour toute la famille.

Horaires d'entraînement en salle pour le développement de l'athlète

Lundi - 17h-19h

Mardi - 17h30 - 19h30

Vendredi - 17h-19h

Samedi - 9h30-11h30

En plein air

À déterminer

Inscription

Tous les athlètes intéressés sont invités à rencontrer notre club pour des entraînements hebdomadaires et sont invités à s'inscrire après le début d'une saison particulière. Un athlète doit s'inscrire pour assister à une deuxième semaine de séances d'entraînement. Recherchez les inscriptions actuelles et les mises à jour du programme sur notre page FB. Vous pouvez également nous envoyer un courriel à stuart@nbnet.nb.ca

L'inscription est obligatoire pour tous les athlètes qui souhaitent rejoindre l'ASEA. L'inscription se fait EN LIGNE. L'inscription à l'ASEA peut être complétée sur trackie.ca.

Tous les athlètes de l'ASEA doivent être membres d'Athlétisme NB « ANB » (l'adhésion est valide pour une année civile). Cette adhésion peut être obtenue en même temps que votre inscription à l'ASEA. En 2025, votre inscription ANB doit se faire sur une nouvelle plateforme. Le lien est inclus sur la page d'inscription d'ASEA tackie.ca.

Si vous êtes déjà membre, le système ne vous facturera pas cette partie, si vous pouvez fournir votre numéro de membre. Vous pouvez vérifier votre statut de membre en ligne à anb.ca. Toutes les

informations concernant les avantages réservés aux membres d'ANB peuvent être trouvées sur anb.ca.

Frais du programme de développement des athlètes :

ASEA - 150\$ pour la saison extérieure (mai à octobre)

ASEA - 150\$ pour la saison intérieure (novembre à avril)

ASEA - 275,00 \$ pour toute l'année

ANB - 80,00 \$ pour une année civile complète

Les athlètes devront également être membres du CEPS de l'UdeM pour avoir accès aux installations intérieures. Ceci est indépendant des autres frais.

Événements

Pour des informations à jour sur les événements, y compris toutes les informations d'inscription, voir ANB : www.anb.ca/Calendar.

Questions

Pour plus d'informations sur nos programmes et opportunités actuels, veuillez nous contacter à stuart@nbnet.nb.ca