

PLANNING DU 29 MARS AU 4 AVRIL

Planning du 29 Mars au 4 Avril	Groupe Tri Kids	Groupe Avenir	Groupe Jeune Compétition	Groupe athlète des équipes	Groupe spécifique Femme	Groupe Adulte (Femme+Homme)
LUNDI					NATATION 6h30-8h Stade Nautique bassin de 50m	
					NATATION 8h-9h Stade Nautique bassin de 50m	
					CAP 12h15-13h15 rdv parking Cour Koenig	HOME TRAINER 18h30-19h30 Rdv Zwift avec Jonathan
MARDI					CAP 12h15-13h15 rdv parking Cour Koenig	
MERCREDI		VTT ET ENCHAÎNEMENT 14h-16h Rdv parking piscine GDD	NATATION Stade Nautique bassin 50m Groupe 1 du mercredi 14h00-15h30 Groupe 2 du mercredi 15h30-17h30	NATATION 6h30-8h Stade Nautique bassin de 50m		
				NATATION (spécifique débutant) 12h-13h Stade Nautique bassin de 50m		
				HOME TRAINER 18h30-19h30		HOME TRAINER 18h30-19h30 Rdv Zwift avec Jonathan
JEUDI			NATATION 6h30-8h Stade Nautique bassin de 50m		CAP 12h15-13h15 rdv parking Cour Koenig	
VENDREDI					NATATION 6h30-8h Stade Nautique bassin de 50m	
					NATATION 8h-9h Stade Nautique bassin de 50m	
SAMEDI	MULTI-ACTIVITÉ 10h30-12h Rdv piste athlé GDD	NATATION 14h-15h Stade Nautique bassin 50 m	CAP 10h30-12h Rdv Stade Hélicas		NATATION 6h30-8h Stade Nautique bassin de 50m	
			NATATION Groupe Nat 1 15h-16h Groupe Nat 2 et 3 16h-17h30		NATATION 8h-9h Stade Nautique bassin de 50m	
					CYCLISME (vélo de route) 9h45-12h15 Rdv parking Cour Koenig	CYCLISME (vélo de route) 14h15-17h15 Rdv parking Stade Nautique
DIMANCHE			CYCLISME 9h30 - 12h rdv 9h30 Stade Nautique			