

## SEMAINE DU 17 AU 22 OCTOBRE

17 au 22 Octobre	ÉCOLE DE TRIATHLON				GROUPE ADULTE		
	TRI KIDS Mini-Poussin / Poussin	AVENIR Pupille / Benjamin 1	GROUPE XS Benjamin 2 / Minime	GROUPE COMPÉTITION S Cadet / Junior / Athlète des Équipes	GROUPE FEMME	GROUPE DÉBUTANT	GROUPE MIXTE
LUNDI	NATATION 17h30-18h30 Piscine GDD	MULTI-ACTIVITE CAP 17h30- 18h30 Rdv Piste GDD	NATATION 18h30-20h Piscine GDD		CAP 18h45-20h Rdv Piste athlétisme de la GDD		NATATION 6h30-8h Stade Nautique 50m
				CAP 18h45-20h Rdv Piste athlétisme de la GDD			NATATION 21h-22h Stade Nautique 25m
MARDI				NATATION 18h30-20h Piscine GDD		NATATION 12h15-13h30 Piscine GDD	CAP 18h30-19h45 rdv Stade Hélicas
							NATATION 20h-21h Stade Nautique 50m
MERCREDI	NATATION 14h-15h Piscine GDD	NATATION 13h-14h Piscine GDD	CYCLISME Vélo de route 15h30-17h30	CYCLISME Vélo de route 15h30-17h30			NATATION 6h30-8h Stade Nautique 50m
		MULTI-ACTIVITÉ VTT 14h30-16h30 Rdv Parking piscine GDD					CYCLISME (Apprentissage technique du vélo de route) 18h15-19h30 Rdv Parking Cour Koenig
JEUDI			CAP 17h45-18h45 Rdv Stade Hélicas			CAP 19h-20h15 rdv Stade Hélicas	
				CAP 18h45-20h Rdv Stade Hélicas			NATATION 21h-22h Stade Nautique
VENDREDI			NATATION 18h-19h Stade Nautique Bassin de 25m	NATATION 18h30-20h Piscine GDD	<b>19h RÉUNION ENTRAÎNEMENT ADULTE</b> <b>Salle de la Haie Vigné (135 rue de Bayeux)</b> Si vous voulez comprendre ce que nous allons mettre en place cette année à l'entraînement et maîtriser la planification de votre saison, votre présence est indispensable !!!  En raison de cette réunion le créneau de natation de 20h à 21h n'aura pas lieu.		
		NATATION 17h30-18h30 Piscine GDD					
SAMEDI	MULTI-ACTIVITÉ VTT 10h-12h rdv piste athlétisme de la GDD	NATATION 14h-15h Stade Nautique bassin de 25m	NATATION 14h-15h Stade Nautique 25m	CYCLISME 9h30-12h Rdv parking Stade Nautique		NATATION 8h-9h Stade Nautique 25m	NATATION 8h-9h Stade Nautique 50m
					CYCLISME 9h45-12h15 rdv parking Cour Koenig		CYCLISME 14h15- 17h15 Rdv Parking Stade Nautique