

Planning du 18 au 22 Décembre

Saison 2023	ÉCOLE DE TRIATHLON				GROUPE ADULTE		
	TRI KIDS Mini-Poussin / Poussin	AVENIR Pupille / Benjamin	GROUPE XS Benjamin / Minime / Cadet	GROUPE S Cadet / Junior / Athlète des Équipes	GROUPE ADULTE		
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 Séance spécifique Femme 18h45-20h Rdv Piste athlétisme de la GDD	NATATION 21h-22h Stade Nautique 25m
MARDI			NATATION 18h30-20h Piscine GDD	NATATION Séance réservée aux débutant(e)s 12h15-13h30 Piscine GDD	CAP 18h30-19h45 rdv Stade Hélicas	NATATION 20h-21h Stade Nautique 50m	
MERCREDI	SURPRISE DE NOËL !!!! 14h - 16h RDV Piscine GDD Prévoir uniquement affaires de piscine !!!		CYCLISME 15h15-17h45 Rdv parking piscine GDD	CYCLISME 15h15-17h45 Rdv parking piscine GDD	NATATION 6h30-8h Stade Nautique 50m	PAS DE NATATION LE MIDI A LA PISCINE DE LA GDD BASSIN INDISPONIBLE	
JEUDI			CAP 17h45-19h Rdv Stade Hélicas	RENFORCEMENT MUSCULAIRE 18h30 - 18h55 Rdv Halle aux Granges	RENFORCEMENT MUSCULAIRE 18h30 - 18h55 Rdv Halle aux Granges	CAP URPRISE 19h-20h15 rdv Stade Hélicas	NATATION 21h-22h Stade Nautique
VENDREDI		NATATION 17h30-18h30 Piscine GDD	NATATION 18h30-20h Piscine GDD	NATATION 18h30-20h Piscine GDD	NATATION 12h-13h30 Piscine GDD		
SAMEDI	PAS D'ENTRAÎNEMENT BONNES FÊTES DE FIN D'ANNÉE !!!						