

MON PREMIER TRIATHLON



Aide à la préparation d'un triathlon S

Reconnaissance des parcours la veille

Séance spécifique pour apprendre les transitions

Rappel de la réglementation de la course

Check-list du matériel à prévoir

Préparation de son matériel la veille

Échauffement adapté à la course

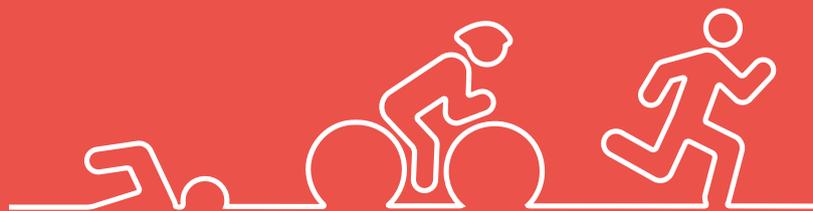
Préparation dans le parc à vélo

Franchir la ligne d'arrivée !

15 places disponibles / 100€

Inscription, hébergement, repas et coaching compris

Plus d'informations : caentri@gmail.com / Coach Quentin



MON PREMIER TRIATHLON



**SAMEDI 17 MAI &
DIMANCHE 18 MAI**

Qu'est-ce qui est inclus dans ce stage ?

- L'inscription au triathlon S de Pont-Audemer
- L'hébergement la veille de la course
- Le repas du samedi soir et du dimanche matin
- La séance spécifique transition
- Les conseils / coaching pour bien préparer la course
- L'accompagnement tout au long du week-end et pendant votre course
- La reconnaissance des parcours la veille

15 places disponibles / 100€

Inscription, hébergement, repas et coaching compris

Plus d'informations : caentri@gmail.com / Coach Quentin