

PLANNING DU 24 AU 29 MARS

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 FEMME	GROUPE DÉBUTANT	GROUPE MIXTE	
LUNDI	NATATION 17h30-18h30 Piscine GDD	MULTI-ACTIVITÉS CAP 17h30- 18h30 Rdv Piste GDD	NATATION 18h30-20h Piscine GDD	NATATION 18h30-20h Piscine GDD	CAP 18h45-20h Rdv Piste athlétisme de la GDD		NATATION 6h30-8h Stade Nautique 25m	
							NATATION 21h-22h Stade Nautique 25m	
MARDI				NATATION 18h30-20h Piscine GDD		NATATION DÉBUTANT 12h15- 13h30 Piscine GDD	NATATION 6h30 - 8h Stade Nautique 50m	
							CAP 18h30-19h45 rdv Stade Héлитas	
MERCREDI	NATATION 14h - 15h Piscine GDD	NATATION 13h - 14h Piscine GDD	CYCLISME (vélo de route) 15h15 - 17h45 Rdv parking GDD	CYCLISME (vélo de route) 15h15 - 17h45 Rdv parking GDD			NATATION 12h15 - 13h15 Piscine GDD	
		MULTI-ACTIVITÉS VTT 14h30-16h30 Rdv Parking piscine GDD					NATATION 20h - 21h Stade Nautique 50m	
JEUDI			CAP 17h45-19h Rdv Stade Héлитas	CAP 17h45 - 19h Rdv Stade Héлитas			NATATION QUENTIN 6h30 - 8h Stade Nautique 50m	
							Renforcement Musculaire 18h30 - 19h Rdv Halle aux Granges	
							CAP 19h-20h15 rdv Stade Héлитas	
							NATATION 21h - 22h Stade Nautique 25m	
VENDREDI		NATATION 17h30-18h30 Piscine GDD	NATATION 18h30-20h Piscine GDD	NATATION 18h30-20h Piscine GDD			NATATION 12h-13h30 Piscine GDD	
SAMEDI	MULTI-ACTIVITÉS VTT 10h-12h rdv piste athlétisme GDD					NATATION DÉBUTANT 8h-9h Stade Nautique 25m	NATATION 8h-9h Stade Nautique 50m	
							CYCLISME ET ENCHAÎNEMENT CAP 9h45- 12h30 Rdv Parking Cour Koenig	CYCLISME ET ENCHAÎNEMENT CAP 9h45- 12h30 Rdv Parking Stade Nautique