Informations

Ecoles de Triathlons

Saison 2022-2023

Entrainements : ( 20 places max part groupe / sur toutes les semaines scolaires)

***Groupe Pioupiou : 9 -12 ans***

* Lundi de 18h30 à 19h00 au Prytanée avec l’encadrant du Prytanée
* Le mercredi de 13h45 à 15h15 à Bouchevreau ou Lac ( Cap Vélo enchainement) Avec Mickael

Entrainement Fondamental

* Le samedi de 08h00 à 09h00 natation Avec Mickael

***Groupe Ados : 12 ans – 16 ans***

* Lundi de 18h30 à 20h00 au Prytanée avec l’encadrant du Prytanée (avec les adultes)
* Le mercredi de 15h15 à 16h45 à Bouchevereau ou Lac (Cap - Vélo - enchainement) Avec Mickael

Entrainement Fondamental

* Jeudi de 18h30h à 20h00 séance au Prytanée avec Alexis Plu (à valider définitivement)
* Le vendredi de 18h30 à 20h00 course à pied à Bouchevereau avec Mickael et le groupe adulte
* Le samedi de 08h00 à 09h00 natation Avec Mickael
* Le dimanche matin de 10h à 12h pour les entrainements vélo selon les possibilités d’encadrement les parents peuvent si ils le souhaitent accompagner le groupe.

**TARIFS INSCRIPTIONS 2022-2023(cochez la case)**

 ADHESION TRIATHLON + LICENCE FFTRI JEUNES : 50 €

Encadrement :

Coach référent Mickeal Gonzales 06.63.30.91.07 / mgperformancecoaching@gmail.com

Intervenant Natation : Alexis Plu et le responsable de bassin du Prytanée

Responsable école de Tri : Benoit Triolet / benoittriolet@hotmail.fr Tel : 06-72-74-80-54

**Projet et organisation annuel:**

=> Réunion d’information parents enfants lancement de saison (1er quinzaine d’octobre)

=> Test vma 2 fois par saison

=> 2 séances communes avec Sablé Triathlon ( 1 fin d’année / 1 au printemps)

=> accompagnement au Triathlon de Sablé

=> Journée club jeune adossé au Triathlon du Poiret sur Vie lancement de la saison