

STAGE DEPARTEMENTAL TRIATHLON A SAINTES LE DIMANCHE 24 JANVIER 2016

Regroupement des adhérents des clubs du département ... pour des entraînements communs !

PROGRAMME

8H 45 Accueil Piscine Starsinski.

9h00 à 10h30

Natation.

11h00 à 13h30

Vélo

14h00 à 15h00

Course à pied Nature

15h15 Repas

Le programme sera mis à jour sur le site du Comité Départemental
www.cd17triathlon.fr

Pour le repas chacun amène une spécialité : chaque club se met d'accord pour que tout le monde n'amène pas la même chose. Puis on goûte

Le stage est gratuit

Inscriptions à retourner par mail à Frantz Payelle

<mailto:contact@cd17triathlon.fr>

Donner votre niveau natation (temps au 100m et moyenne vélo choisie pour sortie vélo de 2h30)

AVANT LE MERCREDI 20 JANVIER
STAGE LIMITE AUX 50 PREMIERS INSCRITS



COMITE DEPARTEMENTAL TRIATHLON CHARENTE MARITIME

Rue Léonce Mailho – 17000 La Rochelle

@ : ph.mercadier@gmail.com Tél. : 06 21 24 09 09