

PLANNING ENTRAINEMENTS VENDOME TRIATHLON 2020

Catégorie	Age	Tranche d'âge	Groupe Natation	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche			
Mini-Poussin	6-7	2013-2014	G1			NATATION ① 10h30 - 11h30							
Poussin	8-9	2011-2012				VELO/CAP ⑤ 13h30 - 14h30							
Pupille	10-11	2009-2010								NATATION ① 10h - 11h			
Benjamin	12-13	2007-2008	G2			VELO/CAP ⑤ 14h30 - 15h45	NATATION ① 18h - 19h30						
Minime	14-15	2005-2006								NATATION ① 18h - 19h			
Cadet	16-17	2003-2004	G3		NATATION ① 18h - 19h30	VELO ⑤ 15h45 - 17h45							
Junior	18-19	2001-2002								NATATION ① 18h - 19h	VELO Sortie masculine ⑩		
Adulte compétition	>20	< 2001	Groupe Court			NATATION ① 19h30 - 21h30							
			Groupe Long	NATATION ① 12h-13h30 Créneau libre	NATATION ① 12h-13h30 Créneau libre		NATATION ① 6h30 - 8h (Partenariat USV Natation)	CAP ⑦ 18h30 - 20h	NATATION ① 12h-13h30 Créneau libre		NATATION ① 19h - 20h	Sortie féminine ⑤	
Adulte loisir	>20	< 2001	Groupe Loisir					NATATION ① 6h30 - 8h (Partenariat USV Natation)	Sortie encadrée ⑩ 9h - 11h15	CAP ⑩ 11h15 - 12h30	NATATION ① 9h - 10h	Sortie féminine ⑤ 10h - 12h	NATATION ① 18h - 20h

Lieux des activités sportives

- ① Piscine des Grands-Prés
- ⑩ Grands-Prés
- ⑦ Stade Léo Lagrange
- ⑤ Base Nautique de Villiers-sur-Loir

1 - En fonction des observations réalisées par les entraîneurs, certains triathlètes pourront être amenés à changer de groupe.

2 - Les entraînements vélo font souvent l'objet d'une communication préalable sur le réseaux sociaux (Whatsapp). N'hésitez pas à vous inscrire sur ces réseaux. Ils peuvent également se transformer en sortie CAP.