

Planning entrainement Rodez Triathlon 12 - saison 2023-2024 - Reprise Lundi 11 Septembre 2023



Groupes entrainements : Ecoles de Tri (CP-CM2) Espoirs (Benjamin(e)s à Cadet(te)s) Espoirs + D3 Adultes + Loisirs Tous

DISCIPLINE	LIEU	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
NATATION	Piscine Géraldini	18h00 - 19h30 - Adultes + D3 - Santé-Loisirs (2 lignes) Angele + Stéph	17h00-18h00 Espoirs (Benj - Min) (2 lignes) Daniel (Benj-Minimes)	12h00-12h45 Ecole de Tri (6 lignes) Willy	16h30-18h Espoirs + D3 Adultes	19h00- 20h00 Espoirs (Benj - Min (2 lignes)) Daniel+Angele	8h30-9h30 Espoirs + D3 + Adultes (2lignes)
				12h30-13h45 Espoirs et D3		19h00-20h30 Espoirs + D3 (2 lignes) Willy+BNSSA	
				12h30-13h45 - Adultes - Santé-Loisirs (6 lignes) Willy	2 lignes Willy - BNSSA	20h30-21h30 Adultes + D3 avec Master GRN Stéph	15h30 - 16h45 - TOUS
							EPOIRS (Benj - Min)
CYCLISME	Vabre						10h00 - 12h00 - TOUS
							ESPOIRS (Benj - Min)
COURSE A PIED	Parking de Vabre	18h-19h (Piste) Espoirs (Benj - Min) Daniel		15h00-17h30 (Vabre) Espoirs (Benj-Min) Daniel			
				17h30-18h45 (Piste) Espoirs + D3 Julien			
				18h15-19h30 (Piste) Adultes et D3 Julien			
				18h00-19h30 (Piste) Santé-Loisirs Daniel			
		18h-19h (Piste) Adultes et D3 Julien					
MULTI- ENCHAL	Onet le Château ou Vabre			17h00-18h00 Ecole de tri Willy		17h45-18h45 Ecole de TRI Willy	