



PASTEL TRIATHLON SAINT-QUENTIN



*Ensemble, chacun sa pratique,
chacun son défi!*



HORAIRES D'ENTRAÎNEMENT 2019-2020

Les horaires s'entendent en tenue prêt à débiter la séance.

JEUNES

Vélo/ Course à pied	Lundi 18h30-19h30 (MPo-Pu) Lundi 18h30-19h30 (Be-Mi) Lundi 20h00-21h00 (Ca-Ju)	Stade Plein Air – vélodrome. (Hors période hivernale) Gymnase Jean MOULIN. (Période hivernale)
Natation	Mardi 20h30-22h00 (selon avis entraîneur) Jeudi 18h00-19h00 Jeudi 20h30-22h00 (selon avis entraîneur)	Piscine Gauchy
Vélo	Samedi 10h00 – 12h00 Groupe (Mpo-Pu) / (Be-Mi) Groupe (Ca-Ju)	Stade Plein Air – vélodrome.
Course à pied	Mercredi 18h30-19h30 (à partir de Ca)	Champs Elysées (rdv devant palais des sports)

Catégories d'âges

MPo(6-7 ans) / Pu(10-11 ans) / Be(12-13 ans) / Mi(14-15 ans) / Ca(16-17 ans) / Ju(18-19 ans)

Agés atteints pendant la saison.



SPORT SANTE LOISIR BIEN-ETRE



Vélo/ Course à pied / Marche	Lundi 18h30-19h30	Stade Plein Air – vélodrome. (Hors période hivernale) Gymnase Jean MOULIN. (Période hivernale)
Natation	Jeudi 17h00-18h00	Piscine Gauchy

COMPETITION

Vélo	Dimanche matin 9h00 période hivernale 08h30 hors période hivernale	Rdv Stade plein air – vélodrome
Natation	Lundi 12h00-13h00 (payant) Mardi 20h00-21h00 Jeudi 20h30-22h00 Samedi 8h30-9h30	Piscine Gauchy
Course à pied	Mercredi 18h30	Champs Elysées (rdv devant palais des sports sauf exception au vélodrome sur indication de l'entraîneur).



PASTEL TRIATHLON SAINT-QUENTIN



*Ensemble, chacun sa pratique,
chacun son défi!*



HORAIRES D'ENTRAÎNEMENT 2019-2020

Les horaires s'entendent en tenue prêt à débiter la séance.

JEUNES

Vélo/ Course à pied	Lundi 18h30-19h30 (MPo-Pu) Lundi 18h30-19h30 (Be-Mi) Lundi 20h00-21h00 (Ca-Ju)	Stade Plein Air – vélodrome. (Hors période hivernale) Gymnase Jean MOULIN. (Période hivernale)
Natation	Mardi 20h30-22h00 (selon avis entraîneur) Jeudi 18h00-19h00 Jeudi 20h30-22h00 (selon avis entraîneur)	Piscine Gauchy
Vélo	Samedi 10h00 – 12h00 Groupe (Mpo-Pu) / (Be-Mi) Groupe (Ca-Ju)	Stade Plein Air – vélodrome.
Course à pied	Mercredi 18h30-19h30 (à partir de Ca)	Champs Elysées (rdv devant palais des sports)

Catégories d'âges

MPo(6-7 ans) / Pu(10-11 ans) / Be(12-13 ans) / Mi(14-15 ans) / Ca(16-17 ans) / Ju(18-19 ans)

Agés atteints pendant la saison.



SPORT SANTE LOISIR BIEN-ETRE



Vélo/ Course à pied / Marche	Lundi 18h30-19h30	Stade Plein Air – vélodrome. (Hors période hivernale) Gymnase Jean MOULIN. (Période hivernale)
Natation	Jeudi 17h00-18h00	Piscine Gauchy

COMPÉTITION

Vélo	Dimanche matin 9h00 période hivernale 08h30 hors période hivernale	Rdv Stade plein air – vélodrome
Natation	Lundi 12h00-13h00 (payant) Mardi 20h00-21h00 Jeudi 20h30-22h00 Samedi 8h30-9h30	Piscine Gauchy
Course à pied	Mercredi 18h30	Champs Elysées (rdv devant palais des sports sauf exception au vélodrome sur indication de l'entraîneur).