



PASTEL TRIATHLON SAINT-QUENTIN



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

HORAIRES D'ENTRAÎNEMENT 2021-2022

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 19h30-21h00 (Ca-Ju)	Stade Plein Air – vélodrome. (Hors période hivernale) Gymnase Jean MOULIN. (Période hivernale)
Natation	Mardi 20h30-22h00 (selon avis entraîneur) Jeudi 18h30-19h30 Jeudi 19h30-21h30 (selon avis entraîneur)	Piscine Jean Bouin
Vélo	Samedi 10h00 – 12h00 Groupe (Mpo-Pu) / (Be-Mi) Samedi 14h00 – 16h00 Groupe (Ca-Ju)	Stade Plein Air – vélodrome.
Course à pied	Mercredi 18h30-19h30 (à partir de Ca)	Stade Plein Air – vélodrome

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)

Âges atteints pendant la saison.



SPORT SANTÉ LOISIR BIEN-ÊTRE Opération : Rentrée-Bougez



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

COMPÉTITION

Vélo	Lundi 19h45-21h Dimanche matin 9h00 période hivernale 08h30 hors période hivernale	Rdv Stade plein air – vélodrome
Natation	Lundi 12h00-13h30 Mardi 20h30-22h Jeudi 19h30-21h30 Vendredi 12h-13h30 Samedi 9h-10h	Piscine Jean Bouin
Course à pied	Mercredi 18h30	Rdv Stade plein air – vélodrome