BDN SAINT PAUL SPORT
NATATION - TRIATHLON - RUNNING

Le goût du sport à votre rythme

ECOLE DE TRIATHLON - APPRENTISSAGE				
OBJECTIFS	**POUR QUI ?**	**DISCIPLINES**	**QUELS JOURS ?**	**HORAIRES**
– *Perfectionner sa technique de natation et de running* – *Découvrir le vélo et son environnement*	*De 9 à 11 ans*	– Natation	**Mardi / vendredi**	**17h45-18h30**
		– CAP Running / Vélo	**Lundi**	**17h45-19h**
ECOLE DE TRIATHLON - PARCOURS LOISIRS				
OBJECTIFS	**POUR QUI ?**	**DISCIPLINES**	**QUELS JOURS ?**	**HORAIRES**
– *Perfectionner ses techniques dans les 3 disciplines* – *Participer à des compétitions*	*De 10 à 15 ans*	– Natation	**Jeudi**	**18h30-19h30**
		– CAP Running	**Mardi**	**17h45-19h**
		– Vélo	**Samedi**	**10h30-12h**
ECOLE DE TRIATHLON - PARCOURS PERFORMANCE				
OBJECTIFS	**POUR QUI ?**	**DISCIPLINES**	**QUELS JOURS ?**	**HORAIRES**
– *Perfectionner ses techniques dans les 3 disciplines* – *Entraînement sportif* – *Participer à des compétitions*	*De 10 à 18 ans*	– Natation	**Lundi** **Mercredi**	**18h30-19h30** **17h45-19h**
		– CAP Running	**Mercredi** **Vendredi**	**17h-17h45** **17h45-19h30**
		– Vélo	**Samedi**	**8h-10h30**

ADULTES - TRIATHLON				
OBJECTIFS	**POUR QUI ?**	**COMMENT ?**	**QUELS JOURS ?**	**HORAIRES**
– *Perfectionner ses techniques dans les 3 disciplines* – *Entraînement sportif* – *Participer à des compétitions*	*Adultes*	– Natation	**Lundi** **Jeudi**	**19h30-20h30**
		– CAP Running	**Vendredi**	**17h45-19h30**
		– Vélo	**Samedi**	**8h-10h30**

ÉCOLE DE TRIATHLON
Envie de différence ? Vibrez Triathlon !

FÉDÉRATION FRANÇAISE DE TRIATHLON

ÉCOLE FRANÇAISE DE TRIATHLON