



STAGE LIGUE AVRIL 2023 DINARD

Informations

La Ligue de Triathlon Pays de la Loire organise un stage
« Orientation performance » en Pays de la Loire

**-Du Lundi 24 Avril au Dimanche 30 Avril CAMPUS SPORT
DINARD**

**Départ: Lundi 24 Avril 8H /44,Rue Romain Rolland
44100 NANTES de la « Maison des Sports Alice Millat »**

-Hébergement pension complète- Campus Sport Bretagne +Transports
minibus 9 places avec remorque vélos.

-Encadrement CTL + Agent de Développement

—> Stage en deux temps ,ouvert aux licenciés FFTRI de la ligue Pays de
la Loire avec l'accueil suivant :

***** Du Lundi 24 Avril Début 10H au Mercredi 26 Avril fin 17H
Catégorie Benjamins 1 et 2 / Minimes 1 et 2**

*****Du Mercredi 26 Avril Début 18H au Dimanche 30 Avril fin 14H
Catégorie Cadets 1 et 2 / Juniors 1 et 2**

Limitation à **16 places** disponibles sur ce stage par période
d'accueil.

—> **Minimum de 135 points Class Tri** avec sélection des candidats sur dossier de candidature.

Critères de sélections: Résultats **Class Tri 2023,PERFORMANCE CNJ 2022**

*Dossier de candidature complet a déposé **avant le Lundi 27 Mars 00H (PAR MAIL) / Liste des
athlètes retenu.es le Mercredi 29 Mars 2023 .**



**Le dossier est à renvoyer: PIECES
JOINTES REMPLIES (COMPLET) +
PHOTOCOPIE CARTE IDENTITE
VALIDE / MAISON DES SPORTS DE
NANTES 44 RUE ROMAIN ROLLAND
44100 NANTES**

Objectifs du stage

#Cohésion du groupe Ligue PDL



CHECK LIST DU TRIATHLETE

SPORT: 1 VÉLO DE ROUTE + 1 CASQUE + 1 PAIRE DE LUNETTES + 1 PAIRE DE GANTS + 2 CHAMBRES À AIR + KIT DE REPARATION + BIDON + BARRES DE CÉRÉALES OU AUTRES + LUMIÈRE VÉLO + TRIFONCTION

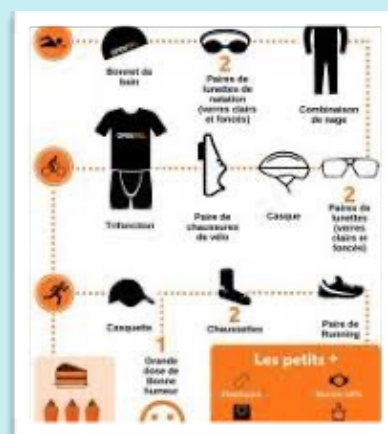
TENUE VÉLO : CUISSARD (COURT+LONG), MAILLOTS ET VESTE THERMIQUE, COUPE-VENT, GANTS, BONNETS

TENUE COURSE À PIED : TEE-SHIRTS, SHORTS, VESTE, BASKETS (AVEC LACETS RAPIDES SI DÉJÀ POSSÉDÉS)

AFFAIRES NATATION : PLAQUETTES, TUBA FRONTAL, PULL BOY, ELASTIQUE, MAILLOT DE BAIN, LUNETTES, BONNET, SERVIETTE, COMBINAISON EAU LIBRE

DETENTE: TENUE APRES ENTRAÎNEMENT (T-SHIRTS, SHORTS, SURVETEMENT, SWEAT, CLAQUETTE...)

HYGIENE: NECESSAIRE DE TOILETTES, SERVIETTE



COUT DU STAGE

80 euros/Benjamins Minimes

150 euros / Cadets Juniors

Stage en Pension complète

*****Règlement à remettre dans
le dossier par chèque, si non
retenue le chèque est
détruit*****

CONTACT

Tel: 0606857968

ctl.paysdelaloire@gmail.com

Ligue Triathlon Pays de La Loire
Maison des Sports, 44 Rue Romain Rolland
44100 Nantes

#Tests condition physique

#Travail potentiel aérobie / Orientation Cyclisme+Course à Pied