

# ECOLE DE TRIATHLON DE 6 À 18 ANS

**!! Obligation de participer à deux disciplines différentes par semaine !!**

Groupes	Descriptions		
	Natation	VTT	Course à pied
<b>Mini Poussins (2014)</b> <b>Poussins (2013-2012)</b>	<b>Apprentissage de la natation</b>	<b>VTT (vitesses obligatoires) + course à pied</b>	
	Mercredi : 15H30-16H30 DELAUNE	Mercredi : 10H-11H30 forêt d'Arques la Bataille (rendez-vous au champs de tir)	
	Vendredi : 17H30-18H30 DELAUNE		
	<b>Perfectionnement de la natation</b>		
Mercredi : 16H30-17H30 DELAUNE			
<b>PUPILLES (2011-2010)</b>	<b>Apprentissage de la natation</b>	<b>VTT</b>	<b>Course à pied</b>
	Mercredi : 15H30-16H30 DELAUNE	Samedi : 10H-11H30 à la forêt d'Arques la bataille (Rendez-vous champs de tir)	Lundi : 17H-18H à la piste du lycée ANGO
	Vendredi : 17H30-18H30 DELAUNE		
	<b>Perfectionnement de la natation</b>		
Mercredi : 16H30-17H30 DELAUNE			
<b>BENJAMINS (2009-2008)</b>	<b>Natation</b>	<b>VTT</b>	<b>Course à pied</b>
	Mercredi : 12H30-13H30 PISCINE DE COUBERTIN Jeudi : 17H30-18H30 LES BAINS	Samedi : 10H00-11H30 à la forêt d'Arques la bataille (Rendez-vous champs de tir)	Lundi : 18H-19H à la piste du lycée ANGO
<b>Minimes cadets juniors (2007-2002)</b>	<b>Natation (-55 points class tri)</b>	<b>VTT et vélo de route</b>	<b>Course à pied</b>
	-Mardi : 19H15-20H30 Les BAINS -Mercredi : 13H-14H Les BAINS -Jeudi : 17H30-18H30 Les BAINS	<b>Mercredi :</b> Vélo de route local 14H30-16H30 <b>Samedi :</b> Vélo route groupe confirmé : De septembre à mi-novembre et de fin janvier à fin juin au local de 9H30-12H <b>VTT :</b> forêt d'Arques la Bataille (rendez-vous champs de tir) de mi-novembre à fin janvier de 9H30-11H30.	Mardi 17H45-18H45 local
	<b>Natation (+55 points class tri)</b>		
	-lundi : 19H15-20H30 Les BAINS -Mercredi : 17H30-19H Les BAINS -Jeudi : 18H30-20H Les BAINS		Vendredi 17H45-18H45 local

### Pièces à fournir

- fiche de renseignements à remplir sur notre site [www.club-piranhas.com](http://www.club-piranhas.com)  
-certificat médical de non contre-indication à la pratique du triathlon de moins de 3 mois pour une première inscription puis renouvellement du certificat tous les 3 ans.  
-**Tarif** : 225 €+ licence FFA pour les CROSS 70€

## Triathlon Adultes

Natation	Vélo	Course à pied
Mercredi 19H-20H Les BAINS Vendredi 19H15-20H30 Les BAINS	<b>Mercredi</b> 17H30-18H30 home-trainer/ PPG au local de septembre à mars <b>Samedi</b> 14H-17H RDV au local	<b>Lundi</b> : TRAIL 18H-19H30 à déterminer <b>Jeudi</b> :TRAIL 18H-19H30 à déterminer

### Pièces à fournir

- fiche de renseignements à remplir sur notre site [www.club-piranhas.com](http://www.club-piranhas.com)  
-certificat médical de non contre-indication à la pratique du triathlon de moins de 3 mois pour une première inscription puis tous les 3 ans.

**Tarifs** : Licence compétition : 240€/ Licence entrainement 200€ / Licence sans entrainement 140€

## Natation Adultes Loisir

Mercredi : 19H-20h Les BAINS  
Vendredi : 19H15-20H30 Les BAINS

- fiche de renseignements à remplir sur notre site [www.club-piranhas.com](http://www.club-piranhas.com)  
-certificat médical de non contre-indication à la pratique de la natation de moins de 3 mois pour une première inscription puis renouvellement du certificat tous les 3 ans.  
- **Tarif** : licence entrainement 170€

## Trail Adulte FFA

**Lundi** : +11km/h : 18H-19H30 à déterminer  
**Jeudi** : +11 km/h : 18H-19H30 à déterminer  
**Mardi** : 9km/h : 18H-19H30 à déterminer  
**Jeudi** : 9 km/h : 18H-19H30 à déterminer

### Pièces à fournir

- fiche de renseignements à remplir sur notre site [www.club-piranhas.com](http://www.club-piranhas.com)  
-certificat médical de non contre-indication à la pratique de la course à pied de moins de 3 mois pour une première inscription puis renouvellement du certificat tous les 3 ans.

**Tarifs** :  
Licence compétition FFA Adultes : 120€  
Licence compétition FFA si licencié FFTRI : 70€  
Licence Athlé running Trail : 100€



# CANICROSS / CANI VTT / CANI MARCHÉ



Canicross	Canis VTT	Canis Marche
A partir de 6 ans	A partir de 15 ans	Ouvert à tous
Jeudi 18H15-19H30 Entraînement course à pied (lieu à déterminer) ou canicross (une semaine sur deux) 1 à 2 entraînements Cani par mois (le week end)		

**Pièces à fournir**

- fiche de renseignements
- certificat médical de non contre-indication à la pratique du canicross ou canivtt et course à pied de moins de 3 mois pour une première inscription puis tous les 3 ans

**Tarifs :** Licence Adulte 45€ ou Licence Enfant 20€

## Saison 2020-2021

4 sections vous accueillent pour tous niveaux de pratique :





**CONTACTEZ NOUS :**  
Charlotte : 06 88 52 37 57  
Valentin : 06 26 31 88 36  
Philippe (uniquement canicross) : 06 09 84 43 30

**Courriel :** [club-piranhas@hotmail.fr](mailto:club-piranhas@hotmail.fr)  
Toutes les informations et fiches à télécharger sur :  
[www.club-piranhas.fr](http://www.club-piranhas.fr)

**Le Club des Piranhas remercie ses partenaires :**

**TRIATHLON**  
*Ecole de triathlon à partir de 6 ans  
Triathlon adultes Loisir et Compétition*



**COURSE À PIED / TRAIL**  
*Adultes  
Loisir et compétition*



**NATATION LOISIR ADULTES**  
*Apprenez et progressez avec un  
encadrement qualifié*



**CANICROSS**  
*Canicross enfants et adultes  
Canis VTT  
Canis Marche*



[www.club-piranhas.com](http://www.club-piranhas.com)





















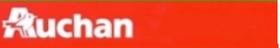














**Réinscription** sur le site  
[www.club-piranhas.com](http://www.club-piranhas.com)  
**Pour les nouveaux adhérents** Inscription au local le mercredi 9 septembre de 14H à 19H

Reprise des entrainements le lundi 21 septembre !!