

Planning d'entraînement encadré saison 2019-2020 Adulte

Horaires	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
9 h 00 / 12 h 00							Juniors à Vétéran
10 h 00 / 12 h 00						Juniors à Vétéran	
12 h 00 / 13 h 30			Juniors à Vétéran libre		Juniors à Vétéran		
12 h 30 / 13 h 30						Juniors à Vétéran Groupe 1, 2	
13 h 30 / 14 h 30						Juniors à Vétéran Groupe 3	
18 h 15 / 19 h 30			Juniors à Vétéran				
19 h 30 / 20 h 30		Juniors à Vétéran			Juniors à Vétéran		
19 h 00 / 20 h 30	Juniors à Vétéran Groupe 1, 2, 3			Juniors à Vétéran Groupe 1, 2, 3			
20 h 30 / 21 h 30				Juniors à Vétéran			
Légende	Natation		Cyclisme		Course à pied		Natation apprentissage
Natation	Groupe 1	Allure inférieur à 1'40 / 100m à SV1					
	Groupe 2	Allure comprise entre 1'40 à 2' 00 / 100m à SV1					
	Groupe 3	Allure supérieur à 2' 00 / 100m à SV1					
	Apprentissage	Difficulté sur l'aisance aquatique					

ADULTES licence Compétition et Loisir

*Sénior et Vétéran : 240 €**

Modalité de règlement => par chèque bancaire à l'ordre de la JSA Triathlon, (paiement en plusieurs chèques possible),

**(moins 10% couple et famille).*

Contacts : Président : Patrick : 05 45 24 04 82 / 06 16 08 65 27 / pandry@laposte.net

Secrétaire : Fabrice : 06 30 98 06 20(en dehors des heures de bureau) / fabrice.rusig@ingeliance.com

Selon certains extraits du règlement intérieur à la JS ANGOULÊME TRIATHLON l'adhésion à la JS Angoulême triathlon entraîne à des obligations :

Droit à l'image : vous autorisez le club, ses agents ainsi que ses partenaires ayants droits à reproduire et exploiter votre image lors d'entraînements, de stages, de compétitions sous l'égide de la FF triathlon et des sports enchaînés. À des fins de promotion et de communication du club JS Angoulême Triathlon duathlon via ses partenaires. Pour la promotion du club sur tous les supports existants. Pour les **licenciés compétition** : participer minimum à 3 compétitions de la Ligue nouvelle Aquitaine de Triathlon.

Pour tous : porter la tenue du club sur les courses. Aider à l'organisation des manifestations club comme bénévole ou de concourir à celles-ci, en se faisant remplacer.

Pas de possibilité de participer aux entraînements du club sans adhésion à la JSATRI.



Entraînement École de triathlon



Planning d'entraînement encadré saison 2019-2020 École de triathlon

Horaires	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
12 h 00 / 14 h 00			Pupilles à minimes				
13 h 30 / 14 h 30						Poussin à cadets	
15 h 00 / 17 h 00		Option triathlon	Poussin à Cadets		Option triathlon	Poussin à cadets	
18 h 15 / 19 h 30			Poussin à cadets				
19 h 00 / 20 h 00					Benjamins à cadets		
19 h 00 / 20 h 30	Benjamins à juniors			Benjamins à juniors			
Légende	Natation		Cyclisme		Course à pied		Prépa physique groupe compétition

ÉCOLE DE TRIATHLON *Entraînements encadrés par des Educateurs diplômés FFtri*

Contacts : *Président : Patrick : 05 45 24 04 82 / 06 16 08 65 27 / pandry@laposte.net*

Entraîneur : Grégory : 06 77 68 39 16 gabillardsport@gmail.com

Catégories :

06 à 07 ans : Mini-poussins (2014-2013)

08 à 11 ans : Poussins et Pupilles (2012-2009)

12 à 15 ans : Benjamins – Minimes (2008-2005)

16 à 19 ans : Cadets – Juniors (2004-2001)

Adhésion jeune (autorisation parentale pour les mineurs) :

Catégories de mini-poussins à benjamin 160 €

Catégorie de minimes à juniors 180 €

Pour les jeunes, participer minimum à un Class Triathlon et participer minimum à 3 compétitions de la Ligue nouvelle Aquitaine de Triathlon.