

# ECOLE DE TRIATHLON 2018-2019



**La Saison :** Du 19 septembre au 20 juin avec les semaines 44/52/1/8/15 neutralisées, soit 35 semaines

## Semaine type :

Période	L	M	M	J	V	S	D
15/09 - 4/11	NAT 19H>21H		Run & Bike 16H30>18h00	NAT 19H30>21H	PISTE 18H>19H	Route 10H>12H	
4/11-26/03	NAT 19H>21H		Run & Bike 16H30>18h00	NAT 19H30>21H		PPG en salle 11H>12H	
26/03-15/06	NAT 19H>21H		Run & Bike 16H30>18h00	NAT 19H30>21H	PISTE 18H>19H	Route 10H>12H	
<b>Notation:</b> Accès aux entraînements Neptune Mercredi 19H>20H30, et Vendredi 19H30>20H45 + 1 ligne dimanche matin de 8H30 à 10H Fermeture technique du bassin du 03 au 16 septembre Run & bike/piste : rendez vous Polygone, PPG: en salle et suivant météo séance VTT Bois du Breuil Route: Départ Breuil magné							

## La cotisation :

Cotisation Fédérale <sup>(1)</sup> :	41€
Cotisation Club :	40 €
Cotisation Neptune <sup>(2)</sup> :	80 €

**Total<sup>(3)</sup> : 161€**

- (1) Licence sur année civile / - 50% pour les frères et sœurs
- (2) Test natation passeport de l'eau demandé
- (3) Le club accepte les règlements par chèque sport jeune (conseil général 17) ou coupon sport (ANCV)



## Les catégories pour la saison 2018/2019:

**Mini poussin :** Né (e) en 2012 et 2013

**Poussin :** Né (e) en 2010 et 2011

**Pupille :** Né (e) en 2008 et 2009

**Benjamin :** Né (e) en 2006 et 2007

**Minime :** Né (e) en 2004 et 2005

**Cadet :** Né (e) en 2002 et 2003

**Junior :** Né (e) en 2000 et 2001

**Sénior :** Né de 1980 à 1999

**Vétéran :** Né en 1979 et avant

## Les coaches / Référents :

### Rochefort Triathlon :

Jérôme Robic 06 80 57 30 38

### Encadrement :

Natation : Neptune Club

Vélo/ Course/P.P.G : Maxime Gatineau



<https://www.rochefort-triathlon.com>

