

Le **Comité Départemental 35 de Triathlon** organise pour les jeunes licenciés du département un stage en externat les **28, 29 et 30 décembre prochains** à Cesson Sevigné.

Nous pourrions accueillir environ **20 jeunes**.

La participation est de **36 euros pour les 3 jours** (restaurant hippocampe à la piscine le midi, entrée piscine comprise)

Règlement par chèque à l'ordre du CD35 le 1er jour du stage à Antoine Le Soz

Programme du stage :

lundi:

rdv 9H30 pour mettre les affaires dans la salle réservée puis départ à 9H45 vers le vélodrome.

10H -12H vélodrome (velo et course à pied)

12H30 Repas (cafeteria hippocampe)

14H -16H Natation (piscine de cesson):tests "class triathlon"

16H30 fin de la journée

mardi:

rdv 9H30 pour mettre les affaires dans la salle réservée puis départ à 9H45 pour sortie vélo

10H -12H vélo sur route, puis enchainement course à pied etangs de cesson-sévigné

12H30 Repas (cafeteria hippocampe)

14H -16H Natation (piscine de cesson)

16H30 fin de la journée

mercredi:

rdv 9H30 pour mettre les affaires dans la salle réservée puis départ à 9H45 vers le vélodrome.

10H -12H vélodrome (velo et course à pied)

12H30 Repas (cafeteria hippocampe)

14H -16H Natation (piscine de cesson)

16H30 fin de la journée

Inscription, par retour de mail **avant le 20 décembre**.