

PROGRAMME

ENTRAÎNEMENTS & ANIMATIONS

TRIATHLON DE BELFORT

**PROPOSÉ PAR NOS COACHS OFFICIELS
ANDRÉ, PASCAL ET PATRICE**

ACTIVITÉS	HORAIRES	ÉPREUVES
VEND. 26.05 <ul style="list-style-type: none"> • Coaching natation • Coaching course à pied 	17h à 19h RDV sur la plage du Malsaucy (poste de secours)	Toutes les épreuves
SAM. 27.05 <ul style="list-style-type: none"> • Jeux Transitions 1&2 • Préparation mentale 	17h à 19h RDV sur la plage du Malsaucy (poste de secours)	Toutes les épreuves
DIM. 28.05 <ul style="list-style-type: none"> • Préparation mentale • Reconnaissance parcours M 	10h RDV sur le parking (face base du Malsaucy)	Epreuves M et DuoMixte M
LUN. 29.05 <ul style="list-style-type: none"> • Reconnaissance parcours L 	9h RDV sur le parking (face base du Malsaucy)	Epreuves L et Duathlon L
MAR. 30.05 <ul style="list-style-type: none"> • Reconnaissance parcours Triathlon pour Tous (TPT) 	17h RDV sur le parking (face base du Malsaucy)	Epreuves TPT et DuoMixte TPT
31.05 & 01.06 <ul style="list-style-type: none"> • Préparation mentale • Jeux Transitions 1&2 	17h RDV sur la plage du Malsaucy (poste de secours)	Toutes les épreuves
VEN. 02.06 <ul style="list-style-type: none"> • Préparation mentale Distance L 	15h & 18h RDV sur la plage du Malsaucy (poste de secours)	Epreuves L et Duathlon L
SAM. 03.06 <ul style="list-style-type: none"> • Préparation mentale Distance M 	11h & 14h RDV sur la plage du Malsaucy (poste de secours)	Epreuves M et DuoMixte M