



Corbeil-Essonnes
Triathlon

Planning Entraînements - Ecole de Triathlon 2024-2025

Natation

	Groupe	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
A p p r e n t i s s .	GA1 Poussins / Mini-Poussins 2016 à 2019			18h - 19h <i>Initiation</i>			12h - 13h <i>Initiation</i>
	GA « Grands » Débutants Pupilles / Benjamins 2012 à 2015			18h - 19h 25 m			
C o m p é t i t i o n	G1 Poussins / Pupilles 2014 à 2017	18h - 19h 25 m		18h - 19h 25 m		18h - 19h (Pupilles uniquement) 25m	13h - 14h 25 m
	G2 Benjamins / Minimes 2010 à 2013	19h - 20h30 50 m		19h - 20h30 25 m		19h - 21h 25 m	12h30 - 13h30 50 m
	Adultes (+ Cadets / Juniors) 2006 à 2009 Séances du matin ouvertes aux minimes		7h - 8h30 50 m	19h - 20h30 50 m		7h - 8h30 50 m 19h - 21h 50 m	12h30 - 13h30 50 m
	PPG (à partir de novembre)	18h - 19h Benjamins		10h - 12h Adultes		10h - 12h Adultes 18h - 19h Min/Cad/Ju	



Corbeil-Essonnes
Triathlon

Vélo et Course à Pied

Groupe	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Apprentissage			Vélo & CAP 14h30 - 17h30	CAP 18h - 19h		
G1 Poussins / Pupilles 2014 à 2017			Vélo & CAP 14h30 - 17h30	CAP 18h - 19h		
G2 Benjamins / Minimes 2010 à 2013	CAP 19h - 20h30			CAP 18h30 - 19h30		Vélo & CAP 9h - 12h
Adultes (+ Cadets / Juniors) 2006 à 2009	CAP 19h - 20h30			CAP 19h - 20h30		Vélo & CAP 9h - 12h

Les séances d'entraînement sont soumises aux conditions climatiques et à la disponibilité des enceintes sportives, notamment de la piscine Gabriel Menut.