

PLANNING DU 3 AU 8 MAI

Planning du 3 au 8 Mai	Groupe Tri Kids	Groupe Avenir	Groupe Jeune Compétition	Groupe spécifique Femme	Groupe Adulte (Femme+Homme)
LUNDI		MULTI ACTIVITÉ 17h30-18h45 Rdv piste de la GDD		NATATION 6h30-8h Stade Nautique bassin de 50m	
				NATATION 8h-9h Stade Nautique bassin de 50m	
				CAP 12h15-13h15 rdv parking Cour Koenig	
				VELODROME 17h30- 18h45 Réservé Cycliste perfectionnement	
				HOME TRAINER 18h30-19h30 Rdv Zwift avec Jonathan	
MARDI				CAP 12h15-13h15 rdv parking Cour Koenig	
MERCREDI	NATATION 14h-15h rdv 13h50 à l'accueil du Stade Nautique	VTT ET ENCHAÎNEMENT 14h-16h Rdv parking piscine GDD	NATATION Stade Nautique bassin 50m Groupe 1 du mercredi 15h00-16h30 Groupe 2 du mercredi 16h30-18h30	NATATION 6h30-8h Stade Nautique bassin de 50m	
				NATATION 8h-9h Stade Nautique bassin de 50m	
				NATATION (spécifique débutant) 12h-13h Stade Nautique bassin de 50m	
				HOME TRAINER 18h30-19h30	

JEUDI		NATATION 6h30-8h Stade Nautique bassin de 50m	CAP 12h15-13h15 rdv parking Cour Koenig
		CAP 17h30-18h45 Rdv Piste GDD	CAP 17h45-18h45 Rdv parking Cour Koenig Séance sur hippodrome
VENDREDI		VÉLODROME 17H15 18h45	NATATION 6h30-8h Stade Nautique bassin de 50m NATATION 8h-9h Stade Nautique bassin de 50m
SAMEDI	FÉRIE PAS D'ENTRAÎNEMENT		
DIMANCHE	5KM DU CAEN TRI Rdv 8h30 devant les tribunes de l'hippodrome pour le briefing (masque obligatoire durant les moments de rassemblement) Vous devrez avoir effectué votre Échauffement avant le briefing		10KM DU CAEN TRI Rdv 8h30 devant les tribunes de l'hippodrome pour le briefing (masque obligatoire durant les moments de rassemblement) Vous devrez avoir effectué votre Échauffement avant le briefing Pensez à vous inscrire.