

ENVIE DE

Vous entraîner efficacement?
Vivre
des moments collectifs forts?

Vous réunir
autour d'objectifs communs?

Toute l'équipe du
TRIATHLON EPINAL CLUB
Vous attend...



Organisation 2019

Bike and Run : 20 Janvier
Triathlon d'Épinal : 9 Juin



TRIAHLON EPINAL CLUB

17 rue du fort 88390 SANCHEY
Tél: 03.29.64.05.43
www.competitions.com
www.competitions.com
www.competitions.com
gperny07@gmail.com

 **Triathlon Epinal Club**



TRIATHLON EPINAL CLUB

LES
INFORMATIONS
UTILES



CRENEAUX D'ENTRAINEMENT ADULTE

Natation

Lundi: 20h15-21h45 Piscine Olympique
Mercredi: 20h00-21h30 Piscine Iris
Samedi: 12h00-13h00 Piscine Olympique

Vélo

Tous les dimanches :
Soit sortie Route soit VTT suivant les saisons

Course à pied

Les vendredis soir de 18h00 à 19h00 Stade de la colombière



ECOLE DE TRIATHLON

Mercredi après-midi: Piscine Iris

Séance de course à pied, de vélo et de natation
14h30 à 17h00: Poussin à pupille
14h00 à 17h00: Benjamin à cadets

Jeudi Soir: Piscine Olympique

18h à 19h: séance de natation réservée aux jeunes désignés par l'encadrement

Vendredi Soir: Stade de la colombière

18h à 19h: Course à pied pour les cadets et juniors
L'école ne fonctionne pas pendant les congés

Contenu du dossier de licence:

- Le dossier de licence papier pré-rempli sur internet (demande manuscrite non acceptée) sur le site internet fédéral (espacetri.com)
- Le règlement de la cotisation club (voir ci-après)
- Un chèque de caution de 50€ (non daté) pour les nouveaux licenciés compétitions (pour tri-fonction)
- 1 fiche d'informations et d'autorisation de soins à compléter (pour les mineurs)

Tout dossier incomplet sera refusé

Licence	Naissance	Coût annuel
Compétition Jeune	De 2001 à 2010	100€
Compétition Senior Vétérán	A partir de 2000	150€
Loisir* Jeune	De 2001 à 2010	100€
Loisir* Adulte	A partir de 200	130€

BON A SAVOIR!

* La licence loisir permet d'accéder aux compétitions sous condition de régler une assurance pour chaque épreuve (pass compétition)