

DATES A RETENIR/ SAISON 2019
METZ TRIATHLON / ADULTES

31/10 : soirée fête de la bière

04/11 : Chrono Test Metz Tri

06/11 : Soirée Thématique - Triathlon et Hygiène de vie globale

24/11 : Trail Nocturne Metz Tri

29/11 : Soirée anticrevaison (atelier vélo)

02 au 09/12 : Stage BAKEA – Analyse Perf

04/12 : Soirée Thématique - Récupération active chez le triathlète

06/12 : Trophées Metz Triathlon

18/12 : Soirée Thématique - Base du renforcement musculaire

31/12 : Nouvel An Metz Tri

08/01 : Soirée Thématique – Triathlon et Blessure

01/02 : Assemblée Générale

Vacances Hiver : Stage LLORET

26/01 : Bike & Run de Metz

12/03 : Soirée Thématique – Nutrition en compétition

6 au 13/04 : Séjour sportif et familial ROSAS

28/04 (à confirmer) : Répétition Triathlon

27/05 au 02/06 : Stage BAKEA Femme (à confirmer)

Juin : Triathlon de Metz