

**Groupe :** Merci de faire attention à votre groupe d'entraînement :

L'ensemble des entraînements auront lieu à la piscine Lothaire, que ce soit en natation, course à pied, Run&Bike.

**ATTENTION**, le planning ci-dessous ne **CONCERNE PAS LES JEUNES EN STAGE !!!**

|           | ECOLE DE TRI<br>AMBITION | AVENIR 1<br>AMBITION PERF | AVENIR 2<br>JEUNE PERF |             |
|-----------|--------------------------|---------------------------|------------------------|-------------|
| Semaine 2 | <b>Lundi 26/10</b>       | Natation                  | 10h00-11h00            | ■ ■ ■ ■ ■ ■ |
|           |                          | Course à pied             | 11h00-12h00            | ■ ■ ■ ■ ■ ■ |
|           | <b>Mercredi 28/10</b>    | Natation                  | 8h00-10h00             | ■ ■ ■       |
|           |                          | VTT                       | 10h00-12h00            | ■ ■ ■       |
|           | <b>Vendredi 30/10</b>    | Natation                  | 10h00-11h00            | ■ ■ ■ ■ ■ ■ |
|           |                          | Bike&Run**                | 11h00-12h00            | ■ ■ ■ ■ ■ ■ |

\*\*Merci de venir à 9h40 pour installer les vélos derrière la piscine Lothaire.

**Retard = Pas de vélo derrière la piscine Lothaire.**