

La Semaine de Vittel Triathlon du 08 au 14 JUILLET 2019

	TRIKIDS	TRIBEST	ADOS	ADULTES
lundi 08			19:00 - 20:30 RDV CPO natation avec Lois (2 lignes)	
mardi 09	18:00 -19:00 RDV CPO VTT/ course à pied avec Lois		18:30 - 20:00 RDV CPO Course à pied sur piste et Lois	
mercredi 10			17:00 - 18:00 RDV Lac de Contrexéville avec Norbert	
Jeudi 11	Pour les ados et tribest : 2 disciplines enchainées et pas plus : soit Vélo + natation soit natation + course uniquement			
			13:30 - 15:00 RDV RDV au CPO natation avec Lois (2 lignes)	
			16:00 -17:30 RDV lac de contrexéville Vélo route avec Seb	
			17:45 - 18:30 RDV lac de contrexéville natation avec Norbert	
	18:45 - 19:45 RDV lac de Contrexéville natation avec Lois et Norbert		18:45 - 19:45 RDV lac de Contrexéville FOOTING avec Lois	
Vendredi 12				
samedi 13	9:00 - 9:30 RDV au Lac de Contrexéville avec Lois (affaires natation + baskets)	9:45 - 10:15 RDV au Lac de Contrexéville aquathlon (affaires natation + baskets)		
	9:45 -11:30 RDV Lac de Contrexéville VTT/ course à pied avec Lois et (Fred)	10:30 - 12:00 RDV au Lac de Contrexéville sortie vélo de route avec Phillipe, Lois et Seb (2 groupes)		
Dimanche 14				