

Saint Jean de Monts Vendée Triathlon, athlétisme, Canicross

Section Triathlon adultes

	Activités	Horaires	Lieux	Publics	Educateurs
Lundi	Natation	19h45-21h15	Océabul	Cadet et + (compétition)	Loïc
Mardi	Athlé Loisir	10h30-12h00	Stade athlé	Adulte	Valentin
	Renforcement musculaire	12h45-13h45	Salle Milcendeau	Adulte	Fabienne
	CAP	18h30-20h00	Stade athlé	Espoir et +	Michel
Mercredi	Natation	7h45-8h45	Océabul	Cadet et + (compétition et loisir)	Loïc
Jeudi	CAP Loisir	18h30-19h45	Stade athlé	Adultes	Mickaël
	Natation*	19h45-21h15	Océabul	Adultes (compétition)	Loïc
Vendredi	PPG	7h30-8h30	Wefit	Adultes	Valentin
	Natation	17h15-19h15	Océabul	Cadet et + (compétition et loisir)	Loïc
Samedi	CAP	10h00-12h00	Stade athlé	Cadet et +	Michel
Dimanche	Vélo Loisir	9h00-11h00	Stade athlé	CA et +	Gérard
	Vélo Comp	9h00-11h00	Stade athlé	CA et +	Ref. Thomas

*Juin, juillet, août, natation en mer le jeudi de 18h30 à 19h30

⚠ Rendez-vous 15 minutes avant le début de la séance. Chaque séance sera ajustée avec des variantes en fonction des contraintes rencontrées. ⚠