LIGUE RÉGIONALE DE TRIATHLON
NOUVELLE-AQUITAINE

Stage jeunes d'été ouvert à tous

Au camping du lac de Causse (19)

(informations sur la localisation du centre d'hébergement en dernière page)

2,5 Jours

Du samedi 6 juillet au lundi 8 juillet 2019

Début du stage **samedi à 10h00** / Fin du stage **lundi à 17h00**

40 places

Un stage destiné à tous les jeunes des clubs néo-aquitains

des catégories benjamin 2 à junior (saison 2019)

(sauf pour les jeunes sélectionnés pour participer au stage préparatoire au championnat de France des ligues 2019 – jeunes informés par mail le vendredi 7 juin 2019)

Des conditions de potentiel sportif minimum sont demandées (voir page suivante)

Frais de participation de 90€ pour les 3 jours en pension complète

40 places maximum (hébergement par 4)

Les inscriptions seront closes au 40ème jeune ou au plus tard le mercredi 26 juin 2019

Envie de différence ? Vibrez Triathlon !

adidas isostar.ff SPORT+ RMC INFO TALK SPORT

Ministère des Sports, de la Jeunesse, de l'Éducation populaire et de la Vie associative

Stage dirigé par Fabrice Houzelle, CTL
responsable des stages,
assisté des 2 autres CTL de la ligue
+ 2 autres techniciens diplômés

LIGUE RÉGIONALE DE TRIATHLON
NOUVELLE-AQUITAINE

Critères d'accès

Accessible aux jeunes à partir de la catégorie benjamin 2 jusqu'à junior pour la saison 2019, sous réserve de maitriser les critères demandés ci-dessous :

Le niveau de maitrise du triathlon pour ce stage est celui d'un jeune compétiteur INITIÉ:

- **Etre capable de nager en eau libre une fois par jour**
- **Etre capable de rouler en groupe de niveau, avec aisance, doigts sur les freins et bras souples, à distance raisonnable**
- **Avoir un vélo de route, à sa taille et en bon état, munis de cales automatiques et chaussures de vélo, ou de chaussures de courses à pied avec des pédales plates avec cales pieds**
- **Etre capable de faire chaque jour une séance vélo d'environ 30-40 km minimum pour le groupe 3**
- **Avoir comme objectif de participer à des compétitions**

Informations complémentaires
sur le contenu du stage

- Entraînements dans les 3 modes de locomotion
- **NATATION** dans le lac de Causse (sur place)
- **VELO** tous les après-midi (**3 groupes de niveau prévus**)
- **COURSE A PIED** sur parcours variés

Modalités d'inscription

Inscriptions en ligne via ce lien :

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSezTwxFE4tEiJmLtwf7f97h9cYBw5Of7IBDP3_Z7iEBFbbaKA/viewform?usp=sf_link

Si vous n'avez pas déjà participé à 1 stage « ligue » pour la saison 2019, une fiche de liaison sanitaire vous sera expédiée par mail après votre inscription

Elle sera à imprimer, à renseigner et devra être renvoyée par mail dans les plus brefs délais à Fabrice Houzelle, CTL référent : f.houzelle@triathlonlna.fr

NB : le paiement par chèque sera à apporter le jour du stage.

Pour toute information technique ou conseil sur le stage, vous pouvez contacter le CTL référent :

Fabrice HOUZELLE
06 52 89 67 35
f.houzelle@triathlonlna.fr

Envie de différence ? Vibrez Triathlon !

Localisation

Camping du lac de Causse
19600 Lissac-sur-Couze

LIGUE RÉGIONALE DE TRIATHLON
NOUVELLE-AQUITAINE

Plus de renseignements sur le camping ici :

www.campingdulacducausse.com