



DINAN TRIATHLON

2 place d'Abstatt - Léhon
22 100 Dinan

Siret : 890 248 131 00017

 DINAN Triathlon

 dinan_triathlon

 www.dinan-triathlon.fr

Présidence..... Elisabeth DUCLOS et Samuel FERLICOT.....  06 86 78 65 19

Secrétariat..... Loïc TAISNE.....  dinantri@gmail.com



ENTRAÎNEMENTS

Licence	Loisir et Compétition*	Action "Triathlon Santé" Valable 2 ou 3 mois (à/c du 09/09 jusqu'au 14/12/24)
Lundi	 <u>20h10 à 21h30</u> Natation - Piscine des pommiers	
Mardi		
Mercredi	 <u>19h45 à 21h15</u> Natation Piscine des pommiers	 <u>18h00 à 19h00</u> <u>Semaines impaires</u> Pilates Collège Broussais
Jeudi	 <u>19h à 20h00</u> Course à pied, sur piste Stade Maurice Benoist	 <u>19h à 20h00</u> Multi-activités Stade Maurice Benoist
Vendredi	 <u>07h00 à 08h00</u> <u>Septembre et octobre / avril à juin</u> Natation Piscine des pommiers	
	 <u>18h à 18h45</u> Course à pied, footing Piscine des pommiers	
Samedi	 <u>12h00 à 13h00</u> Natation Piscine des pommiers	 <u>12h00 à 13h00</u> Natation Piscine des pommiers
Dimanche	 <u>09h30 à 12h00</u> Vélo de route Parking château de Léhon	

* Les licences "Loisir" et "Compétition" donnent accès aux séances spécifiques encadrées "Triathlon Santé"

COMMUNICATION

Utilisation de l'**application iDO** ("I do") de coaching pour partager le calendrier de groupe, s'inscrire aux séances et optimiser l'entraînement.



Utilisation de l'**application de messagerie WhatsApp** pour partager le quotidien du club et les rendez-vous sportifs (stages, compétitions...).



LE CLUB

Le Triathlon ? Nager, rouler, courir, trois disciplines enchaînées le plus souvent dans des cadres naturels et en pleine nature.

Goût de l'effort et du défi, plaisir de la pratique et convivialité par le partage de l'activité sportive sont des valeurs essentielles développées par le club. Si vous aussi, vous vous retrouvez dans ces valeurs, rejoignez-nous !

