

Valable à partir de novembre 2023 à Pâques 2024

JOUR	SPORT	HORAIRE	LIEU	GROUPE	ENTRAINEURS
Lundi	Natation	17h15-18h15	Piscine des Mousquetaires, La Tour-de-Peilz	Régio league - Ecole de triathlon	Goeffroy
Lundi	Natation	19h15-21h00	Piscine de la Maladaire, Clarens	Youth league - National league	Patrick - Valentin
Mardi	Natation	06h00-07h30	Piscine de la Maladaire, Clarens	Youth league - National league	Patrick
Mardi	Course à pied	18h10 - 19h30	Stade la Saussaz, Chailly-sur-Montreux	Tous	Martial - Goeffroy - David
Mercredi	Gym	16h30 - 18h00	salle de gym de Charmontey	Regio league	Martial
Mercredi	Gym	18h00 - 19h30	home trainer	Youth league - National league	Martial
jeudi	Course à pied	18h15 - 19h00	Piscine de la Maladaire, Clarens	Youth league - National league	Goeffroy
Jeudi	Natation	18h15 - 19h00	Piscine de la Maladaire, Clarens	Régio league	Valentin
Jeudi	Natation	19h15 - 20h45	Piscine de la Maladaire, Clarens	Youth league - National league	Valentin - Malik
Vendredi	variable	18h00 - 20h00	Vélodrome	selon inscription	Martial
Samedi	Natation	09h00 - 10h25	Piscine des Mousquetaires, La Tour-de-Peilz	Tous	Patrick - Malik - Martial
Samedi	Course à pied	10h45-11h45	La Tour-de-Peilz	Youth league - National league	Patrick - Malik

Les heures indiquées sont les heures de début d'entraînement - Merci d'arriver 10-15 minutes avant afin de te changer et d'être prêt pour l'heure indiquée.

Responsable natation **Patrick Fluri**: 076 818 38 87 // responsable vélo et salle **Martial Hegel**: 079 667 65 45