

6 rue des Pyrénées

31670 Labège

☎ 0873 163 886

Email : sudtriperf@free.fr

Site : <http://www.sudtriperf.com>

Blog : <http://sudtriperf.spaces.live.com>

A vous

Club Formateur FFTRI

Vous trouverez ci joint, le dossier d'inscription au club et l'ensemble des informations relatives à la vie du club.

Que vous souhaitiez participer en loisir ou en compétition, vous trouverez des entraînements adaptés à votre niveau. Au cours de la saison quelques stages sont organisés avec des thématiques : travail technique, enchaînements, renforcement, etc...

TRIATHLON-DUATHLON-AQUATHLON

Enchaîner des disciplines reste le maître mot de nos sports et chacun trouvera son bonheur.

Nager , pédaler, courir tel sera votre enchaînement . Vous serez amenés à vous entraîner dans ces trois domaines en privilégiant la natation et la course à pied l'hiver, le vélo au printemps tout en maintenant les autres activités.

Plusieurs distances existent et permettent à chacun de s'essayer au triathlon, mais également au duathlon.

De la distance avenir pour les jeunes à l'ironman pour les plus acharnés, chacun trouve son bonheur.

Vivre dans le club c'est aussi participer ensemble à des courses à pied sur route ou des cross l'hiver, des sorties VTT, ski de fond, stages, etc....

Une belle saison de sport et de convivialité vous attend dans un club où la joie et la bonne humeur sont des règles de vie.

Sportivement

Bernard Vivès
Président

Les entraînements sont mis en place afin de faciliter votre préparation, il convient de respecter les heures car les accès aux installations sportives sont réglementés.

2 Piscines :

- Supaéro face au CREPS lespinet 2 créneaux avec groupes de niveau
- Saint Orens, piscine face au CES Jacques Prévert

Course à pied :

- Aux argoulets le mardi,
- Labège Innopole le Mercredi (
- Daniel Faucher (stade universitaire)

Vélo :

- Départ stade de Labège le Mercredi pour les plus jeunes
- Départ écluse de Castanet pour les autres

départs fixés les samedi et dimanche, en semaines sorties libres organisées par les triathlètes

	NATATION	VELO	CAP
MARDI			De 18 h 30 à 20 h00 Endurance pour tous aux Argoulets ou stade de labège
MERCREDI	De 17 h 30 à 19 h 00 <i>Supaero</i>	De 15 h30 à 17 h pour les jeunes de 8 à 13 ans, Argoulets ou stade de Labège	
JEUDI			piste du stade Daniel Faucher (toulouse) à 18h30 Adultes et Cadets/Juniors
VENDREDI	On souffle		
SAMEDI	De 11 à 13 h Piscine de supaéro Encadré Adultes et Jeunes tout âge	Au départ stade Daniel Faucher à 14 heures, Adultes uniquement	
DIMANCHE	De 13 à 15 heures Piscine de Saint Orens Encadré Adultes et Jeunes à partir de minimes	Sortie pour les jeunes Cadets/Juniors, sortie vélo le dimanche matin départ 9 h30 , écluse canal du midi à Castanet. ou engagements sur compétition de préparation	

Les séances course à pied du Jeudi, se font en partenariat avec le club de TRI 31.

Stages : le club organise quelques stages dans l'année afin de créer une ambiance d'entraînement sympa.

Vos interlocuteurs Entraînement :

Stéphane Pascal : Responsable jeunes
Frédéric Borderas : Entraîneur BF4,
Christophe Raffel : Entraîneur BF4
Adrien Vivès : Entraîneur BF5

Club Formateur FFTRI

Ce Label est attribué uniquement aux clubs offrant des structures d'entraînement dédiées aux jeunes. C'est le label le plus élevé de la fédération.

La prise en charge des jeunes est essentielle dans notre club et nous y apportons toute notre attention :

- *Un dirigeant dédié à la gestion des jeunes pousses*
- *Des entraînements uniquement pour eux par un encadrement très expérimenté*
- *Des engagements dans des compétitions de préparation*
- *Des stages soit dans le cadre du club, soit de la fédération*
- *Des accompagnements sur les compétitions majeures*
- *Prêt de matériel, etc....*

L'accent est mis chez les jeunes sur la natation car les bons automatismes s'acquièrent tôt.

A bientôt donc avec vos enfants.

Conditions d'adhésion au Club

Pas de conditions particulières car nous sommes ouverts à toutes et tous :
Débutants, coureurs, Duathlètes, Triathlètes, Raideurs, etc

Le prix de la licence inclut les assurances qui sont obligatoires

Type de Licence	Coût annuel
Licence jeune (de 8 à 17 ans)	45 € en plein tarif 30 € si 2 parents licenciés ou si frères et soeurs
Juniors (18 et 19 ans)	75 €
Seniors et vétérans masculins et féminins	120 €
Licence Accueil Uniquement entraînement, pas de compétitions	60 €

A nous retourner :

- Formulaire d'adhésion club
- Formulaire adhésion Fédération
- Photo
- Attestation médicale de pratique du Triathlon
- Chèque de règlement
- Pour les mineurs autorisation écrite des parents acceptant la pratique du TRIATHLON

FICHE INDIVIDUELLE D'ADHESION CLUB

ETAT CIVIL

Nom : Prénom :

Adresse :
.....

Localité : Code Postal :

Date de naissance : Lieu :

TYPE DE LICENCE

Licence Senior Homme Licence Senior Femme

Licence Jeune plein tarif Licence Jeune Tarif réduit

Licence Dirigeant Licence Accueil

INFOS CONTACT

Téléphone fixe :

Téléphone Portable :

Mail perso :

Mail boulot :

Adresse MSN :

Blog :