BOURG EN BRESSE TRIATHLON

# Planning des entraînements saison 2026/2027

| | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI | SAMEDI | DIMANCHE |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 09:00 | | | | | | 09h00 - 10h00<br>Séance spécifique natation<br>Jeunes / Adultes<br>Piscine Plein Soleil - 4 lignes | 9H - 12h<br>Vélo de route<br>SORTIE EN AUTONOMIE<br>Adultes (+ juniors confirmés)<br>Parking Bouvent |
| 09:15 | | | | | | | |
| 09:30 | | | | | | | |
| 09:45 | | | | | | | |
| 10:00 | | | | | | 10h00 - 11h00<br>Forme & Loisir / Jeunes / Adultes<br>Piscine Plein Soleil - 4 lignes | |
| 10:15 | | | | | | | |
| 10:30 | | | | | | | |
| 10:45 | | | | | | | |
| 11:00 | | | | | | 11h00 - 12h00<br>Avenirs / Parents<br>Piscine Plein Soleil - 4 lignes | |
| 11:15 | | | | | | | |
| 11:30 | | | | | | | |
| 11:45 | | | | | | | |
| 12:00 | | 12h00- 13h30<br>Natation<br>Jeunes / Adultes<br>Piscine Carriat - 3 lignes | | 12h00 - 13h30<br>Natation<br>Jeunes / Adultes<br>Piscine Carriat - 5 lignes | 12h00 - 13h30<br>Natation<br>Jeunes / Adultes<br>Piscine Carriat - 3 lignes | | |
| 12:15 | | | | | | | |
| 12:30 | | | | | | | |
| 12:45 | | | | | | | |
| 13:00 | | | | | | | |
| 13:15 | | | | | | | |
| 13:30 | | | | | | | |
| 13:45 | | | | | | | |
| 14:00 | | | | | | | |
| 14:15 | | | | | | HEURE D'ÉTÉ : 14h30 - 16h30 / 17h<br>HIVER : 14h - 16H / 16H30<br>Vélo de route<br>Par groupe de niveaux<br>Jeunes / Adultes<br>Bouvent | |
| 14:30 | | | 14h30 - 16h<br>VTT + Course à pied<br>Avenirs<br>CRAPA à Seillon<br>/<br>14h30 - 16h<br>Vélo Route<br>Jeunes<br>Bouvent | | | | |
| 14:45 | | | | | | | |
| 15:00 | | | | | | | |
| 15:15 | | | | | | | |
| 15:30 | | | | | | | |
| 15:45 | | | | | | | |
| 16:00 | | | | | | | |
| 16:15 | | | | | | | |
| 17:45 | | | | | | | |
| 18:00 | | | | | | | |
| 18:15 | 18h15 - 19h30<br>Course à pied<br>Avenirs / Adultes / Forme & Loisir<br>CRAPA à Seillon ou Bouvent<br>/<br>18h15 - 19h30<br>Course à pied spécifique athlé<br>Jeunes (minimes / cadets / juniors)<br>Carriat | 18h00 - 19h30<br>Natation<br>Jeunes<br>Plein Soleil - 4 lignes d'eau | 18h15 - 19h45<br>Course à pied<br>Jeunes / Adultes / Forme & Loisir<br>Piste - La Chagne | | 18h15 - 19h45<br>Course à pied<br>Jeunes / Adultes / Forme & Loisir<br>Bouvent ou La Chagne | | |
| 18:30 | | | | | | | |
| 18:45 | | | | | | | |
| 19:00 | | | | 19h00 - 20h<br>Jeunes<br>Carré d'Eau - 2 lignes d'eau | | | |
| 19:15 | | | | | | | |
| 19:30 | | 19h30 - 21h<br>Natation<br>Adultes / Forme & Loisir<br>Plein soleil - 4 lignes d'eau | | | | | |
| 19:45 | | | | | | | |
| 20:00 | | | | | | | |
| 20:15 | | | | 20h15 - 21h30<br>Adultes Forme & Loisir<br>Plein soleil - 4 lignes d'eau | | | |
| 20:30 | | | | | | | |
| 20:45 | | | | | | | |
| 21:00 | | | | | | | |
| 21:15 | | | | | | | |
| 21:30 | | | | | | | |
| | Avenirs : poussins (nes) / pupilles / benjamin(e)s<br>Raphaël Lauber | | Jeunes : minimes / cadet(te)s / juniors<br>Mathieu LAFOND | Adultes<br>Hugo ROBIN | | | |

Entraîneurs : Hugo ROBIN / Clément GRANDY