

ACTIVITES 2015 - 2016 www.montpelliertriathlon.com

|                                                                                                                            |                                                               | MONTPELLIER<br>PISCINE BERLIOUX<br><small>Quartier SUD - La Rauze</small> | COURNONTERRAL<br>PISCINE POSEIDON<br><small>Avenue Cynisca - RD 5</small>                                         | LATTES<br>PISCINE LES NEREIDES<br><small>Rue des Courrèges<br/>(proche collège)</small>                                                                                                                                | MONTPELLIER<br>PISCINE OLYMPIQUE + NEPTUNE<br><small>LA PAILLADE / ANTIGONE</small> | MONTPELLIER<br>STADE PHILIPPIDES<br><small>Rue Auguste Broussonnet</small>                                                             |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                            |                                                               |                                                                           |                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                        | RESERVE Groupes ELITE                                                               | RESERVE Course à Pieds + Ecole de Tri                                                                                                  |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                 |
| LUNDI                                                                                                                      | NATATION                                                      | 16H40 - 17H20                                                             | 17H - 17H40                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                     |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                 |
|                                                                                                                            |                                                               | 17H20 - 18H                                                               | 17H40 - 18H20                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                     |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                 |
|                                                                                                                            |                                                               | 18H - 18H40                                                               | 18H20 - 19H                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                     |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                 |
|                                                                                                                            |                                                               | 18H40 - 19H20                                                             |                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                     |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                 |
|                                                                                                                            | AQUAGYM                                                       | 16H40 - 17H20                                                             | 17H - 17H40                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                     |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                 |
|                                                                                                                            |                                                               | 19H20 - 20H                                                               | 17H40 - 18H20<br>18H20 - 19H                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                     |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                 |
| TRIATHLON                                                                                                                  | 18H40 - 20H <i>NATATION</i><br><i>Ecole Triathlon (G2/G3)</i> |                                                                           | 7H30 - 9H <i>NATATION Elite / D3 + LD</i>                                                                         |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                     |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                 |
|                                                                                                                            | 20H - 21H15 <i>NATATION</i><br><i>Loisir / Compétition</i>    | 20H - 21H15 <i>NATATION</i><br><i>Loisir / Compétition</i>                | 17H - 18H30 <i>NATATION</i><br><i>Section Sportive Jeunes (G4)</i><br>19H - 20H30 <i>Natation Elite / D3 + LD</i> |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                     |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                 |
| MARDI                                                                                                                      | NATATION                                                      | 20H - 21H                                                                 | 16H15 - 17H                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                     |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                 |
|                                                                                                                            | AQUAGYM                                                       |                                                                           | 16H15 - 17H                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                     |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                 |
|                                                                                                                            | TRIATHLON                                                     |                                                                           |                                                                                                                   | 6H30 - 8H <i>NATATION Elite / D3 + LD /</i><br><i>Section Sportive Jeunes</i><br>18H - 19H15 <i>COURSE A PIED</i><br><i>Section Sportive Jeunes</i><br>19H - 20H15 <i>COURSE A PIED</i><br><i>Loisir / Compétition</i> |                                                                                     |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                 |
| MERCREDI                                                                                                                   | NATATION                                                      | 16H - 16H40                                                               |                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                     |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                 |
|                                                                                                                            |                                                               | 16H40 - 17H20                                                             |                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                     |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                 |
|                                                                                                                            |                                                               | 17H20 - 18H                                                               |                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                     |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                 |
|                                                                                                                            |                                                               | 18H - 18H40                                                               | 19H - 19H45                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                     |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                 |
|                                                                                                                            |                                                               | 18H40 - 19H20                                                             | 20H - 21H                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                     |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                 |
|                                                                                                                            | AQUARAND'O                                                    | 9H30 - 10H30 (PALAVAS)                                                    |                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                     |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                 |
|                                                                                                                            | AQUAGYM                                                       | 19H20 - 20H                                                               | 19H - 19H45                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                     |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                 |
|                                                                                                                            | TRIATHLON                                                     |                                                                           | 19H - 20H <i>COURSE A PIED</i><br><i>Loisir / Compétition</i>                                                     |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                     |                                                                                                                                        | 7H30 - 9H <i>NATATION Elite / D3 + LD /</i><br><i>Section Sportive Jeunes</i><br>14H30 - 16H30 <i>VELO - COURSE A PIED</i><br><i>Ecole de Tri</i><br><i>PIGNAN : Parc du Château</i> |                                                                                                                 |
|                                                                                                                            | 20H - 21H15 <i>NATATION</i><br><i>Loisir / Compétition</i>    | 20H - 21H15 <i>NATATION</i><br><i>Loisir / Compétition</i>                |                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                     |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                 |
| JEUDI                                                                                                                      | NATATION                                                      | 16H40 - 17H20                                                             | 17H - 17H45                                                                                                       | 16H30 - 17H15                                                                                                                                                                                                          |                                                                                     |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                 |
|                                                                                                                            |                                                               | 17H20 - 18H                                                               | 17H45 - 18H30                                                                                                     | 17h15 - 18h                                                                                                                                                                                                            |                                                                                     |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                 |
|                                                                                                                            |                                                               | 19H - 19H45                                                               | 18H30 - 19H15                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                     |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                 |
|                                                                                                                            |                                                               |                                                                           | 19H15 - 20H                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                     |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                 |
|                                                                                                                            |                                                               |                                                                           | 20H - 21H                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                     |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                 |
|                                                                                                                            | AQUAGYM                                                       | 16H40 - 17H20                                                             |                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                     |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                 |
|                                                                                                                            |                                                               | 19H - 20H                                                                 | 20H - 21H                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                     |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                 |
|                                                                                                                            | TRIATHLON                                                     |                                                                           | 19H -20H <i>COURSE A PIED</i><br><i>Loisirs / Compétition</i>                                                     |                                                                                                                                                                                                                        | 6H30 - 8H <i>NATATION Elite / D3 + LD /</i><br><i>Section Sportive Jeunes</i>       | 18H - 19H15 <i>COURSE A PIED</i><br><i>Section Sportive Jeunes</i><br>19H - 20H15 <i>COURSE A PIED</i><br><i>Loisirs / Compétition</i> |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                 |
| 19H - 20H <i>NATATION</i><br><i>Ecole Triathlon (G3/G4)</i>                                                                |                                                               | 20H - 21H <i>NATATION</i><br><i>Loisir / Compétition</i>                  |                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                     |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                 |
| VENDREDI                                                                                                                   | NATATION                                                      |                                                                           | 16H15 - 17H                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                     |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                 |
|                                                                                                                            |                                                               |                                                                           | 20H - 21H                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                     |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                 |
|                                                                                                                            | AQUAGYM                                                       | 15H - 15H45                                                               |                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                     |                                                                                                                                        | 16H15 - 17H<br>20H - 21H                                                                                                                                                             |                                                                                                                 |
|                                                                                                                            | TRIATHLON                                                     | 20H - 21H15 <i>NATATION</i><br><i>Loisir / Compétition</i>                |                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                     |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                      | 7H30 - 9H <i>NATATION Elite / D3 + LD</i><br>17H - 18H30 <i>NATATION</i><br><i>Section Sportive Jeunes (G4)</i> |
| 19H -20H <i>COURSE A PIED</i><br><i>Loisir / Compétition</i><br>20H - 21H15 <i>NATATION</i><br><i>Loisir / Compétition</i> |                                                               |                                                                           | 20H - 21H15 <i>Loisirs / Compétition</i><br>19H - 20H30 <i>NATATION Elite / D3 + LD</i>                           |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                     |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                 |
| SAMEDI                                                                                                                     | NATATION                                                      | 15H30 - 16H15                                                             |                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                     |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                 |
|                                                                                                                            | AQUARAND'O                                                    | 9H30 - 10H30 (PALAVAS)                                                    |                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                     |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                 |
|                                                                                                                            | TRIATHLON                                                     | 14H - 17H <i>Enchaînement Ecole</i><br><i>Triathlon (G1 / G2 / G3)</i>    |                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                     |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                 |
| DIMANCHE                                                                                                                   | TRIATHLON                                                     | RDV VELO <i>Loisirs / Compétition</i>                                     |                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                     |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                 |

LEGENDE : CRENEAU PAR TYPE DE PUBLIC

**NATATION en FAMILLE**

Découverte au perfectionnement  
ENFANTS dès 3 ans / ADOS / ADULTES

**AQUAGYM**

Pratique pour toutes

**AQUARAND'O**

Ouvert à tous et toutes

**TRIATHLON**

ENFANTS / ADOS : *Ecole de Triathlon*,  
ADOS / ADULTES : *Loisir / Compétition*  
ELITE : *D1 / D3 / LD / Section Sportive Jeunes*  
Enfants à partir de 8 ans / ADOS / ADULTES