

# Planning Adultes 2023-2024

Team Val'Eure Triathlon



**Lundi**

**Mardi**

**Mercredi**

**Jeudi**

**Vendredi**

**Samedi**

**Dimanche**

**18h45 – 20h00**  
**Course à pied**  
Stade Jean Rives  
**20h00 – 21h00**  
**Natation**  
Aquaval

**19h30 – 20h45**  
**Natation**  
Aquaval

**18h45 – 20h15**  
**Course à pied**  
Stade Jean Rives  
**18h00 – 19h00**  
**PPG**  
Stade Jean Rives

**9h30 – 11h30**  
**Natation**  
Aquaval

**\*9h00 – 12h00**  
**Vélo**  
Parking  
d'Aquaval

Les créneaux indiqués correspondent au début de l'entraînement !

Pour la natation, il faut donc arriver 15min avant, le temps de se changer et d'arriver au bassin.

\*Départ 9h00 en été et 9h30 l'hiver