



LETTRE D'INFO DIJON TRIATHLON N°5

23 novembre 2009

Chers amis triathlètes Dijonnais,

Réunion Objectifs club :

Le lundi 30 novembre à 18h, nous vous proposons de discuter des objectifs club pour la saison 2010. Ces objectifs seront en lien avec la planification qui sera proposée.

Pour rappel, voici les propositions

Planification Sprint/CD : proposition de 6 objectifs pour la planification :

25 avril : Sprint Montbard

15/16 mai : Sprint Sommières ou Candia (Italie)

OU

23 mai Sprint MultriMan

19/20 juin : Sprint/CD Vieilles Forges Chpt de France CD

3 juillet : Sprint Dijon

23/24 juillet : Sprint/CD les Settons (manche D3)

29 août : Macon

Planification MD/LD : proposition de 4(+1 en option) objectifs pour la planification :

15/16 mai : ½ IM Sommières ou Candia (Italie)

OU

23 mai : MultriMan épreuve entière

04 juillet : MD Dijon Chpt de France LD

01 août : LD Immenstadt (Allemagne) Chpt du Monde LD (4/130/30)

5 septembre ½ IM CLM/Equipes Narbonnes

Adresse de la réunion au bureau de Claudio (derrière la toison d'or) :

Systeme U

22B Boulevard Winston Churchill

21000 DIJON

(Même bâtiment que Siemens)

Afin de savoir le nombre de présents, merci de nous tenir informé de votre présence par e-mail.

4H de Chenôve le vendredi 4 décembre à 19h :

3 équipes seront formées pour cette manifestation :

- Une équipe de jeunes qui nagent de 18h à 19h encadrés par Mohamed Bousga
- Une équipe regroupant les meilleurs jeunes, D2 et D3
- Une équipe adultes

Il est demandé aux participants d'être présents à 18h15 à la piscine de Chenôve afin de rentrer tous ensemble.





LETTRE D'INFO DIJON TRIATHLON N°5

Bertrand a déjà rassemblé une liste de participants. Il ne reste plus beaucoup de place. Faites vous connaître si vous êtes partant.

Rappel planification :

Les personnes désirant bénéficier de la planification générale doivent se faire connaître auprès d'Yves et Claudio.

Rappel : Conférence sur la diététique le 26 novembre 2009 :

Le jeudi 26 novembre à 18h au centre de Mirande. Conférence animée par David Ravassat (Société Punch Power). Voir lien suivant : <http://optimbike.centerblog.net/>

Pour toute information, n'hésitez pas à nous contacter

Yves : 06 63 93 97 29 yves.nuffer@wanadoo.fr

Claudio : 06 76 86 44 04 clodiox@yahoo.fr

Pour info, retrouver les informations du club sur le site <http://dijon-triathlon.onlinetri.com>

Claudio et Yves