

## **STAGE AU FEMININ 2018**

---

La ligue d'Auvergne Rhône Alpes de Triathlon organise ce premier stage

Du **samedi 26 au dimanche 27 mai 2018**

Ce stage (limité à 35 places) est ouvert à toutes les femmes majeures licenciées dans un club de la ligue AURA

### Objectifs :

- Se rencontrer entre pratiquantes de chaque club de la nouvelle ligue.
- Partager, échanger sur ses expériences en fonction de son niveau.



### Lieu du stage :

- Hébergement : Site HAUTEVILLE 3S  
<https://www.hauteville3s.com>

### **L'équipe d'encadrement est composée de :**

Responsable du stage : Ludovic MORIN (CTL) Tél. : 06.22.62.26.03

Encadrements : présidente de la commission féminine, membres de l'ETR

**Programme :**

Le programme du stage varie en fonction du niveau de chacune.

Pratique des 3 sports tous les jours.

(**Journée type** : le matin natation + course à pied, l'après-midi sortie vélo + ateliers d'habiletés)

**Matériel :**

Natation : pull, plaquettes, palmes si vous avez

Vélo : vélo de route, casque, matériel de réparation, gourde, barres céréales

Course : chaussure adaptée

**Accueil :**

Possibilité d'arrivée le vendredi 25 mai 2018 entre 19h00 et 22h00 au centre H3S.

Arrivée le samedi 26 mai 2018 entre 8h30 et 9h00

**HAUTEVILLE 3S :** Centre Européen de Stages et Séjours Sportifs  
185, Chemin des Lésines 01110 Hauteville-Lompnes

**Fin de Stage :**

Le dimanche 27 mai à partir de 16h00 au centre H3S.

**Tarif du stage :**

**50 Euros** en pension complète.

Chèque bancaire établi par le club uniquement à l'ordre de la Ligue d'AURA de Triathlon.

**Inscriptions à renvoyer à :**

Ludovic MORIN, CTL Aura Triathlon - Le Petit Breuil - 03260 MARCENAT

Mail : [lulumorin@hotmail.fr](mailto:lulumorin@hotmail.fr)

Tél : 06.22.62.26.03

---

**INSCRIPTION : (à transmettre avant le 15/05/2018)**

Nom:.....Prénom :.....

Adresse :.....

Code postal :.....Ville :.....

Téléphone :..... E-mail :.....

Club :.....

Niveau de pratique : Débutante / initiée / confirmée

(Entourer votre niveau)

Signature :