



### Disciplines Pratiquées :

(A partir de 7 ans)

Triathlon (natation - vélo - course à pied),  
Duathlon (course à pied - vélo - course à pied),  
Aquathlon (natation - course à pied).

**Activités :** Le club propose à ses adhérents la pratique du triathlon en compétition, en respectant le niveau de chacun. L'accès aux entraînements, et la participation aux compétitions sont proposés aux adultes et aux jeunes nés en 2012 et avant.

**Coordonnées :** Site web : <http://www.vm-triathlon.fr/> E-Mail : [contact@vm-triathlon.fr](mailto:contact@vm-triathlon.fr)

### LIEUX DE PRATIQUE :

Natation	Piscine Intercommunale « La Vague » à Soisy
Course à Pied	Piste Stade E. Wildermuth à Eaubonne
Vélo (pour les jeunes)	Forêt de Montmorency (parking château de la chasse)

### ADULTES :

lundi	natation	Centre Nautique intercommunal « La Vague »	20h00 - 21h30
mardi	course à pied	Piste Stade E. Wildermuth à Eaubonne	19h30 – 21h00
jeudi	course à pied	Piste Stade E. Wildermuth à Eaubonne	19h30 – 21h00
vendredi	natation	Centre Nautique intercommunal « La Vague »	20h00 – 21h30
samedi	vélo	En forêt, VTT ou route suivant la saison, rdv parking Château de la Chasse – Montlignon Pour du multi-enchaînement	14h30- 16h30
dimanche	Vélo	Centre Nautique intercommunal « La Vague » (séance non encadrée)	09h00 – 12h00

### JEUNES :

lundi	14-19 ans : natation	Centre Nautique intercommunal « La Vague »	20h00 - 21h30 : min-cad-juniors <i>Jeunes identifiés par les entraîneurs</i>
mardi	course à pied	Piste Stade E. Wildermuth à Eaubonne	18h30 – 19h45 : Tous
Mercredi	8-11 ans : natation 12-19 ans : natation	Centre Nautique intercommunal « La Vague »	17h30 – 19h00 : poussins-pupilles 19h00 – 20h30 : ben-min-cad-jun
jeudi	course à pied	Piste Stade E. Wildermuth à Eaubonne	18h30 – 19h45 : Tous
vendredi	11-15 ans : natation 16-19 ans : natation	Centre Nautique intercommunal « La Vague »	19h00 – 20h00 : benjam-minines + pupilles identifiés par les entraîneurs 20h00 – 21h30 : cadets-juniors
samedi	Vélo (groupes suivant catégorie et niveau)	En forêt, VTT, rdv parking Château de la Chasse – Montlignon (pour les 13-19ans et sur identification avec le vélo de route)	14h30 – 16h00 : poussins-pupilles 14h30 - 16h30 : ben-min-cad-jun (horaires adaptables suivant saison/météo)

### ADHESIONS :

<b>Adhésion « adultes »</b> Né(e)s en 2000 et avant Licence compétition <b>include</b>	270 € (payable en 4 fois)	Accès à tous entraînements (créneau adulte) proposés par le club + une inscription au Triathlon Enghien Val d'Oise
<b>Adhésion « Jeunes »</b> Né(e)s entre 2007 et 2012 Licence pou/pup/ben <b>include</b>	180 € (payable en 4 fois)	Accès aux entraînements « jeunes » + Inscriptions aux compétitions "challenge Ile de France R1" prises en charge par le club. Pour les familles : -20% par enfant si fratrie de 2 -30% par enfant si fratrie de 3 ou plus
<b>Adhésion « Jeunes »</b> Né(e)s entre 2001 et 2006 Licence min/cad/jun <b>include</b>	200 € (payable en 4 fois)	Accès aux entraînements « jeunes » + Inscriptions aux compétitions "challenge Ile de France R1" prises en charge par le club. Pour les familles : -20% par enfant si fratrie de 2 -30% par enfant si fratrie de 3 ou plus

