

SECTION TRIATHLON



SAISON 2019-2020

Présentation



TABLE DES MATIERES

1. LES STRUCTURES D'ENTRAÎNEMENT

1.1. Piscines du Nid-du-Crô	3
1.2. Anneau d'Athlétisme	3
1.3. Salles de Préparation Physique	3

2. LES ENTRAÎNEMENTS

2.1. Régio Cup	4
2.2. Youth League	4
2.3. National League	4
2.4. Adolescents / Adultes	5

3. LES GROUPES

3.1. Regio Cup	6
3.2. Youth League	6
3.3. National League	6
3.4. Adolescents / Adultes	7

LES STRUCTURES

Pour les entraînements de la section, 4 bassins sont mis à disposition des groupes de Natation. Découvrez site après site, les solutions proposées pour l'entraînement.

1.1. PISCINES DU NID-DU-CRÔ



Adresse : Route des Falaises, 30 | 2000 Neuchâtel

Taille : bassin intérieur (25m x 21m) & bassin extérieur (50m x 21m)

Groupes concernés : Youth League | National League | Ado & Adultes

1.2. ANNEAU D'ATHLETISME



Adresse : Anneau d'athlétisme du littoral neuchâtelois | Allée des Marronniers 9 | 2013 Colombier NE

Groupes concernés : Regio Cup | Youth League | National League | Ado & Adultes

1.3. SALLES

Découvrez les différents espaces réservés à la préparation physique des triathlètes :

- Aux piscines du Nid-du-Crô

3 espaces sont disponibles :

- Espace noir dans le local RFN ;
- Local du sauvetage ;
- Bords des bassins.

LES ENTRAÎNEMENTS

Découvrez groupe après groupe, le planning hebdomadaire des entraînements (valable uniquement sur le temps scolaire, hors vacances et jours fériés. Les horaires sont donnés à titre indicatif et pourront évoluer en fonction des contraintes fixés par les structures d'accueil).

2.1. REGIO-CUP

<i>Jours</i>	<i>Entraînement #1</i>	<i>Lieux</i>
<i>Mardi</i>	17:00 / 18:30 Cyclisme	Nid-du-Crô
<i>Mercredi</i>	17:00 / 18:00 Course à pied	Colombier

Les entraînements de **Natation** se font directement dans les groupes de la section Natation Compétitions.

La reprise des entraînements est fixée au **lundi 19 août 2019** sur ces horaires.

2.2. YOUTH LEAGUE

<i>Jours</i>	<i>Entraînement #1</i>	<i>Lieux</i>
<i>Lundi</i>	17:00 / 18:30 Cyclisme	Nid-du-Crô
<i>Mardi</i>	20:00 / 21:00 Natation	Nid-du-Crô
<i>Mardi</i>	20:00 / 21:00 Natation	Nid-du-Crô
<i>Mercredi</i>	18:00 / 19:30 Course à pied :	Colombier
<i>Jeudi</i>	17:00 / 18:30 Cyclisme 19:00 / 20:00 Natation	Nid-du-Crô
<i>Vendredi</i>	19:30 / 20:30 Natation	Nid-du-Crô
<i>Samedi</i>	7:15 / 8:30 Natation 8:45 / 9:45 Course à pied	Nid-du-Crô

La reprise des entraînements est fixée au **lundi 19 août 2019** sur ces horaires.

Les athlètes de ce groupe doivent participer à 3 des 4 séances de Natation de la semaine, dont celui du samedi matin.

2.3. NATIONAL LEAGUE

<i>Jours</i>	<i>Entraînement #1</i>	<i>Lieux</i>
<i>Lundi</i>	6:00 / 7:00 Natation 17:00 / 18:30 Cyclisme	Nid-du-Crô
<i>Mardi</i>	18:40 / 20:00 Natation	Nid-du-Crô
<i>Mercredi</i>	6:00 / 7:00 Natation 18:00 / 19:30 Course à pied	Nid-du-Crô Colombier
<i>Jeudi</i>	17:00 / 18:30 Cyclisme 19:40 / 21:00 Natation	Nid-du-Crô
<i>Vendredi</i>	19:10 / 20:30 Natation	Nid-du-Crô
<i>Samedi</i>	7:15 / 8:30 Natation 8:45 / 9:45 Course à pied	Nid-du-Crô

La reprise des entraînements est fixée au **mardi 20 aout 2019** sur ces horaires.

Les athlètes de ce groupe doivent participer à 5 des 6 séances de Natation de la semaine, dont celle du samedi matin – suivie de la course à pied.

Les mardis, jeudis et vendredis soirs, les athlètes arriveront 20 minutes avant le début de la séance dans l'eau afin de procéder à une routine d'échauffement à sec.

2.4. ADOLESCENTS / ADULTES

<i>Jours</i>	<i>Entraînement #1</i>	<i>Lieux</i>
<i>Lundi</i>	17:00 / 18:30 Cyclisme	Nid-du-Crô
<i>Mardi</i>	20:00 / 21:30 Natation	Nid-du-Crô
<i>Mercredi</i>	18:00 / 19:30* Course à pied	Colombier
<i>Jeudi</i>	17:00 / 18:30 Cyclisme 20:00 / 21:30 Natation	Nid-du-Crô
<i>Vendredi</i>	19:00 / 20:00 Natation	Nid-du-Crô
<i>Samedi</i>	07:15 / 08:30 Natation 8:45 / 9:45* Course à pied	Nid-du-Crô

*les entraînements de course à pied et de vélo sont organisés pour les membres ayant pris « l'option complète »

La reprise des entraînements est fixée au **jeudi 22 aout 2019**.

LES GROUPES

Découvrez l'un après l'autre, la composition des groupes proposés de la section Triathlon (La composition des groupes est susceptible d'évoluer en fonction des décisions des entraîneurs en charge de la section).

3.1. REGIO CUP

1	Degoumois Inès	Femme	2007
2	Droz Vanessa	Femme	2007
3	Gumy Naël	Homme	2008
4	Losey Lou	Femme	2007
5	Pereira Diego	Homme	2007
6	Richard Loane	Femme	2009
7	Richard Manon	Femme	2007
8	Scurti Anja	Femme	2007
9	Vorobyova Ekaterina	Femme	2007

3.2. YOUTH LEAGUE

1	Bialon Nicolas	Homme	2006
2	Birbaum Hugo	Homme	2005
3	Brunner Mael	Homme	2006
4	Posta Loic	Homme	2004
5	Protais Timothée	Homme	2005
6	Ruiz Flora	Femme	2005
7	Scurti Ivo	Homme	2005

3.3. NATIONAL LEAGUE

1	Alisone Edoardo	Homme	2003
2	Betschen Elia	Femme	1999
3	Betschen Loic	Homme	2004
4	Betschen Matias	Homme	2004
5	Guenin Victoria	Femme	2004
6	Chiffelle Inès	Femme	2004
7	Chollet Laurent	Homme	2002
8	Cohen Alexis	Homme	1999
9	Corsini Eva	Femme	2003
10	De Pury Romain	Homme	2003
11	Leimgruber Arthur	Homme	2004
12	Lhérieau Alexis	Homme	2000
13	Milz Julien	Homme	2004
14	Rasia Maddalena	Femme	2004
15	Ribotel Anthony	Homme	2001

3.4. ADOLESCENTS / ADULTES

1	Bart Jean-Jacques	Homme	1972
2	Caron Valérie	Femme	1982
3	Colomb Marc	Homme	1987
4	Correvon Jari	Homme	1987
5	Cosnard Raphaël	Homme	1985
6	De Pury Hervé	Homme	1971
7	Di Mantino Michel	Homme	1973
8	Doublet Geneviève	Femme	1988
9	Fiorillo Julien	Homme	1984
10	Fiorillo-Teodoridis Lea	Femme	1986
11	Gaberell Vincent	Homme	1984
12	Gadler David	Homme	1992
13	Gerber Tanja	Femme	1989
14	Jobin Guillaume	Homme	1990
15	Kohler Erwan	Homme	1992
16	Laynat Stéphane	Homme	1980
17	Molino Luca	Homme	1989
18	Pastor Tania	Femme	1986
19	Renard Stéphane	Homme	1973
20	Ribotel Emmanuelle	Femme	1974
21	Schouwey Valentine	Femme	1992
22	Scurti Daniele	Homme	1976
23	Soete Charlotte	Femme	1988
24	Stauffer Laurent	Homme	1966
25	Viel Maximilien	Homme	1973
26	Wälle Sylésia	Femme	1996