

TRIATHLON

COMITÉ DE SAVOIE |

Des vacances studieuses

Trente-six jeunes du comité de Savoie en stage à Aix-les-Bains.

Pendant la première semaine de vacances de Toussaint, c'est sous un temps clément et ensoleillé que 36 jeunes triathlètes en herbe venant de quatre clubs savoyards (Aix-les-Bains, Albertville, Chambéry, Team FMR) ont participé avec enthousiasme au stage organisé par le Comité Savoie de Triathlon à Aix-les-Bains.

Au programme, ils ont enchaîné du 22 au 25 octobre à raison de 5 à 6 heures par jour des séances de natation à la piscine d'Aqualac,

des sorties de vélo de route ou VTT selon l'âge, de la course à pied, des séances de PPG (préparation physique générale), le tout sous la houlette de cinq coachs titulaires du BF4 ou BF5.

Une belle fin de saison qui aura permis aux jeunes Savoyards de faire connaissance, de s'entraîner dans un cadre agréable afin de mieux maîtriser les trois techniques du triathlon et de peaufiner leur entraînement en vue des cross hivernaux que certains disputeront soit sous les couleurs de l'UNSS soit en FFA.



A.G Un stage de triathlon réussi pour les 36 jeunes du Comité de Savoie de triathlon à Aix les Bains