

SU AGEN TRIATHLON



Message du secrétaire

Mes amies, mes amis,

2018 file doucement vers l'hiver.

Pourtant certains d'entre nous sont toujours aussi actifs sur les compétitions, bravo.

D'autres commencent leur foncier hivernal dans la brume et la pluie ; beaucoup mettent un gilet jaune cette année, allez savoir pourquoi.....

Pour 2019 le calendrier de la ligue est pratiquement terminé.

Avec la lettre d'information de janvier, je vous ferais passer le calendrier complet. Vous aurez aussi la possibilité de le visualiser sur notre site internet, voir l'onglet « agenda »

Un conseil pour les nouveaux licenciés : sur certaines compétitions il y a une très forte demande, il est impératif de vous y prendre au plus tôt.

Passez de très bonnes fêtes de fin d'année.

Contenu

Message du secrétaire

Licences 2019

Trail de l'Agenais

Entraînement

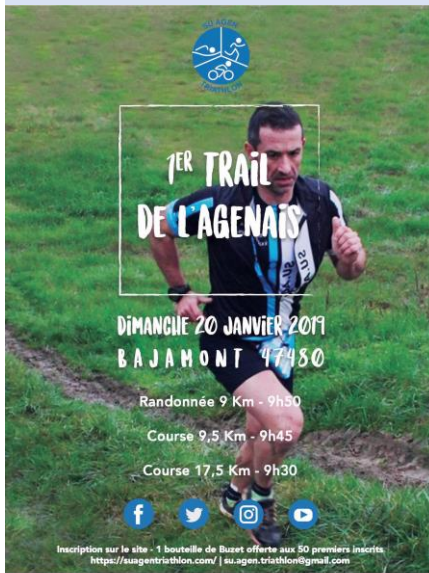
Stage 5 janvier

Compétitions

Pleins feux sur

A faire en décembre

Les anniversaires



AFFICHE DU TRAIL DE L'AGENAIS 2019

DATES A RETENIR

Cauderouge 9 décembre

Stage natation 5 janvier

Galette 5 janvier

TRAIL DE L'AGENAIS

20 JANVIER

Sortie Ariège les

25/26 et 27 janvier

Sortie Rosas les

15/16 et 17 mars

Licence 2019 :

A ce jour nous sommes 75 licenciés au club pour 2019. Il y a encore quelques nouveaux qui vont arriver. Cela nous donnera le même effectif qu'en 2018.

Comme vous le savez nous ne sommes pas dans la recherche d'une augmentation de licenciés. Notre motivation est d'avoir de bonnes conditions d'accueil pour faire nos entraînements en toute sécurité.

1^{er} Trail de l'Agenais : Rappel

Les inscriptions sont ouvertes sur notre site internet.

Rappel des distances :

- 9.5 kms
- 17.5 kms
- 9 kms randonnée

Merci à vous tous de communiquer autour de vous et sur notre épreuve !!! Nous avons des flyers, des affiches A4, A3 et si vous voulez plus grand, passez commande.

Faites-moi aussi un retour pour savoir qui est disponible le 20 janvier, nous avons besoin de bénévoles.

Entraînements :

Les horaires pour 2019 restent identiques à 2018.

Nous avons la chance d'avoir 2 entraîneurs : Alain Maubras et Éric Benech. Ils sont comme les membres du bureau, des bénévoles. Ils consacrent beaucoup de temps pour nous. Profitez de leurs conseils, ils restent à votre écoute.

Stages du 5 janvier :

5 janvier : le matin 7h30, stage piscine avec coach Alain.

Programme ? Secret... mais un petit conseil, mangez des sucres lents la veille !!!

5 janvier : 20h00 galette des rois pour récupérer du matin.

Compétitions 2019:

Voici quelques compétitions très demandées, il faudra vous inscrire rapidement si vous souhaitez y participer : Arcachon 27 avril, Swinrun Catalogne 27 avril, Lacanau 4/5 mai, Tri côte Basque le 19 mai, Les Corsaires le 25 mai, Mimizan le 8 juin, Salagou 25/26 mai, SAM le 30 juin, St Jean de Luz 14 septembre, Toulouse 14/15 septembre



LE SU AGEN TRIATHLON A TACA N

A FAIRE EN DECEMBRE

1. Se reposer
2. Préparer les fêtes
3. Distribuer Affiches et flyers pour le Trail de l'Agenais

NOUS CONTACTER

Mail :	su.agen.triathlon@gmail.com
Site :	https://suagentriathlon.com/
Facebook :	https://www.facebook.com/SU-AGEN-TRIATHLON-784794668259005/
Instagram:	https://www.instagram.com/su.agen.triathlon/
Twitter:	https://twitter.com/su_Agen_Tri



Les anniversaires

De décembre

Christophe Guillen

5 décembre

Simon Douailin

5 décembre

Cédric Sutra

18 décembre

Sébastien Boutet

18 décembre

Laurent Berthou

28 décembre

Enzo Riva Bruel

31 décembre
