

Stages de triathlon région de Martigny pour les enfants de 6 à 12 ans.

6 entraînements inter clubs de triathlon auront lieu dans la région de Martigny.

Les passionnés de triathlon et la Fédération valaisanne de triathlon ont uni leurs efforts pour créer une opportunité pour les enfants de se rassembler et de pratiquer le sport du triathlon dans un environnement sûr et facile d'accès. Les dates sont : 06.05/ 10.06/ 12.08/ 06.09/ 30.09/ 14.10.

À quoi pouvez-vous vous attendre ?

Nous commençons par des jeux de course et de vélo travaillant sur l'agilité, la sécurité, la vitesse et la transition.

Nous terminons par une baignade. La baignade en piscine est accessible à tous les âges et l'eau est en 24 degrés. Les séances au bord de l'eau hors saison piscine sont facultatives et ouvertes uniquement aux enfants à partir de 8 ans. Si la température de l'eau est inférieure à 18 degrés, cette partie sera annulée. Les enfants sont autorisés à porter une combinaison en eau libre ainsi que dans la piscine extérieure.

Pourquoi nous rejoindre ?

La pratique multisports est une excellente occasion de profiter de la nature, de trouver un mode de vie actif et durable à long terme, d'augmenter sa confiance et son estime de soi.

Le sport du triathlon n'est pas réservé qu'aux Ironman et aux femmes !

Equipe professionnelle

Notre équipe est composée d'enseignants professionnels avec de nombreuses années d'expérience de travail avec les enfants et l'éducation physique.

Ce qu'il faut apporter :

Assurez-vous d'apporter un vélo muni d'un porte-bouteille d'eau et vous permettant de rouler sur de l'herbe et de la route et faites vérifier le vélo pour vous assurer que les freins et les vitesses fonctionnent bien.

Vélo, chaussures de course, vêtements de sport, nageurs, lunettes, combinaison (si vous en avez une, nous aurons quelques shortys à distribuer), serviette, gourde remplie, collation pour après l'entraînement.

Saviez-vous?

Vous pouvez rejoindre le club de triathlon de Verbier pour faire du vélo, courir et nager toute l'année.

Des sessions Bike & Run sont organisées entre avril et novembre le mercredi de 13h00 à 14h30. Des séances de natation collectives sont organisées tous les jours de la semaine : août à décembre / hiver / avril à juin.

Comment puis-je m'inscrire et quels sont les coûts ?

Vous pouvez envoyer un email à info@123cross.com ou vous inscrire directement en ligne sur www.123cross.com et vous trouvez les séances dans la calendrier.

<https://www.123cross.com/verbier-triathlon-registrati...>

Vous pouvez également contacter Karin Pethebridge si vous avez des questions : 0793830852

Ce programme est inclus pour les enfants membres du club de triathlon de Verbier ou de Sion. Les enfants non-membres peuvent s'inscrire à ce programme pour 85 CHF ou venir essayer une formation gratuitement. Après une séance est à 20 CHF (en espèces ou TWINT). Le programme comprend du matériel d'entraînement et de transition. L'entrée à la piscine n'est pas incluse et doit être payé en espèces ou twint à notre équipe. TWINT: 0793830852