

# LES TARIFS

## HORAIRES JEUNES

CATÉGORIE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
<b>7-11 ANS</b> MINI-POUSSINS POUSSINS PUPILLES	<b>COURSE À PIED</b> 18H30 - 19H30		<b>NATATION</b> <b>VTT</b> 8H30 - 12H00 PISCINE BB			<b>NATATION +</b> <b>ÉVEIL</b> <b>ATHLÉTIQUE</b> 9H00 - 11H00 PISCINE BB	
<b>12-18 ANS</b> LOISIRS BENJAMINS MINIMES CADETS JUNIORS			<b>NATATION</b> <b>VTT</b> 13H30 - 17H30 PISCINE BB			<b>NATATION</b> 14H00 - 15H30 BENJ. MIN.1 14H00 - 15H30 MIN.2, CAD ET JU PISCINE BB	
<b>12-18 ANS</b> ESPOIRS BENJAMINS MINIMES CADETS JUNIORS			<b>NATATION</b> 14H00 - 15H00 <b>VÉLOROUTE</b> 18H00 - 19H15 <b>PRINTEMPS/ÉTÉ</b> LONGCHAMP <b>AUTOMNE/HIVER</b> HOME TRAINER LE GALLO			<b>PPG</b> 19H00 - 20H00	

## STAGES JEUNES

Des stages jeunes sont organisés à Boulogne-Billancourt et environs, une semaine à la Toussaint et une pendant les vacances d'hiver. Chaque jour, une demi-journée natation et l'autre en course à pied et/ou vélo.

## HORAIRES ADULTES

**Licence loisir** : 2 séances de natation

**Licence compétition** : 3 séances de natation

N'hésitez pas à vérifier les horaires sur le site du club.

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
19H30 - 21H00 <b>COURSE À PIED</b> <b>STADE LE GALLO</b>	7H00 - 8H30 <b>NATATION</b>	19H15 - 20H30 <b>HOME TRAINER DE</b> <b>NOVEMBRE À MARS</b> <b>STADE LE GALLO</b>	7H00 - 8H30 <b>NATATION</b>	20H00 - 21H00 <b>NATATION</b>	17H00 - 18H30 <b>NATATION</b>	9H00 - 12H00 <b>VÉLO DE ROUTE</b> <b>EDV BARRIÈRE DE</b> <b>LONGCHAMP</b>	
	20H00 - 21H00 <b>NATATION</b>	<b>ENCHAÎNEMENT</b> <b>VÉLO/CAP LE</b> <b>RESTE DE L'ANNÉE</b> <b>LONGCHAMP</b>	20H00 - 21H30 <b>COURSE À PIED</b> <b>STADE LE GALLO</b>	21H00 - 22H30 <b>NATATION</b>		17H15 - 18H45 <b>NATATION</b>	
	21H00 - 22H30 <b>NATATION</b>	21H00 - 22H30 <b>NATATION</b>					

## STAGES & ACTIVITÉS ADULTES

Des stages sont proposés tout au long de l'année : natation en janvier, vélo en mars, triathlon en avril. Possibilité de nage en eau libre, de séance de natation avec contrôle vidéo (clinique du nageur), d'entraînement course d'orientation ou VTT.

2020-2021

# TRIATHLON

**SWIMRUN - RAIDS MULTISPORTS**

LE TRIATHLON, C'EST POUR TOUT LE MONDE

AÏKIDO  
 ATHLÉTISME  
 AVIRON  
 BADMINTON  
 BASKET - ÉCOLE DE BASKET  
 CANOË-KAYAK  
 CYCLISME  
 CYCLOTOURISME  
 DANSE SPORTIVE  
 ÉDUCATION PHYSIQUE  
 ÉQUITATION  
 ESCRIME  
 FOOTBALL  
 GYMNASTIQUE BABY  
 GYMNASTIQUE ARTISTIQUE  
 GYMNASTIQUE RYTHMIQUE  
 GYMNASTIQUE FITNESS  
 HANDBALL  
 HOCKEY SUR GAZON  
 HOCKEY SUR GLACE  
 JUDO - ÉCOLE DE JUDO  
 JUDO ENFANTS - BABY JUDO  
 KARATÉ - KARATÉ ENFANTS  
 KENDO  
 MUSCULATION WELLNESS  
 NAGINATA  
 NATATION  
 PÊCHES SPORTIVES  
 PÉTANQUE  
 PLONGÉE SOUS-MARINE  
 PONEY  
 RUGBY  
 SAVATE - BOXE FRANÇAISE  
 SPORT BOULES  
 SPORTS DE GLACE  
 STAND UP PADDLE  
 TAI CHI CHUAN & QI GONG  
 TAÏSO  
 TENNIS DE TABLE  
 TIR À L'ARC  
**TRIATHLON**  
 VOLLEY-BALL  
 VO-VIETNAM  
 YOGA



# COMMENT S'INSCRIRE ?

# OÙ ET QUAND PRATIQUER ?

## PROCÉDURE D'INSCRIPTION



- Les inscriptions se font **uniquement** par internet!

**Site :** www.acbbtri.org

**Email :** acbbtriathlon@gmail.com

La procédure à suivre est dans la rubrique : **INSCRIPTIONS**

### Documents à fournir pour l'adhésion :

- Inscription en ligne obligatoire (formulaire sur www.acbbtri.org)
- Documents numérisés à fournir lors de l'inscription en ligne :
  - Certificat médical (signé et avec mention inutile rayée).
  - Photo d'identité.
- Dépôt ou envoi du paiement pour validation de l'inscription (chèque à l'ordre de ACBB Triathlon, chèques vacances, espèces), sous enveloppe à l'adresse :

**ACBB Triathlon – Inscriptions, 10, rue Liot 92100 Boulogne-Billancourt**

La demande de licence se fera entre octobre et décembre via le site de la Fédération française de Triathlon.

À la piscine municipale  
165 rue du Vieux Pont de Sèvres, 92100 Boulogne-Billancourt

Informations Adultes : mardi 1<sup>er</sup> et vendredi 4 septembre 2020  
Information Jeunes : samedi 5 septembre 2020

Premier entraînement lundi 7 septembre 2020 à la piste  
18h30 Jeunes - 19h30 Adultes

Seuls les **dossiers complets** seront pris en compte.

## RENSEIGNEMENTS

## REPRISE

## ATTENTION

# OÙ PRATIQUER ?



**PISCINE MUNICIPALE** - 165, rue du vieux pont de Sèvres, 92100 Boulogne.

**STADE LE GALLO** - 28, rue de Sèvres, 92100 Boulogne-Billancourt.

**PARC DE SAINT-CLOUD** - depuis le parking du musée de la céramique.

**LA VALLÉE DE CHEVREUSE**

**LONGCHAMP BARRIÈRE**

**BASE DE LOISIRS DE CERGY-NEUVILLE**

CATÉGORIE	ÂGE	VILLE	LICENCE	TARIF
ADULTES	> 25 ANS	BOULONNAIS	compétition	398 €
			loisir	348 €
		NON-BOULONNAIS	compétition	468 €
			loisir	418 €
	18 - 25 ANS	BOULONNAIS	compétition	348 €
			loisir	298 €
NON-BOULONNAIS		compétition	418 €	
		loisir	368 €	
JEUNES	< 18 ANS	BOULONNAIS	include	215 €
		NON-BOULONNAIS	include	285 €

## ÉCOLE DE TRIATHLON - LABELLISÉE 1\* PAR LA F.F.TRIATHLON

### À partir de 6 ans, viens jouer au triathlon!

Comme un poisson dans l'eau, apprends à te déplacer dans l'eau de façon ludique (jeux, parcours aquatique...). Fais la course et défoule-toi! Nage, cours ou pédale, 3 activités différentes, tu es sûr de ne pas t'ennuyer. Fais tes premiers pas en compétition et fixe-toi de nouveaux défis. Donne-toi des objectifs et les moyens de les atteindre!

### 3 bonnes raisons de faire du triathlon!

Le triathlon est un sport complet qui te permet de garder la forme : nager, pédaler, courir... rien de tel pour se muscler et améliorer la respiration. Développe ta coordination, ta vitesse, ton endurance; mais aussi ta capacité à réagir rapidement et à prendre une décision. Développe ton esprit d'équipe, rencontre de nouveaux amis et ensemble, relevez des challenges lors des compétitions.

## ENFANTS

Mini-Poussins (MPO) 2012-2013  
Poussins (PO) 2010-2011  
Pupilles (PU) 2008-2009

Licence loisir ou compétition si objectif de faire au moins 3 compétitions régionales.

## ADOS - GROUPE LOISIRS

Benjamins (BE) 2006-2007  
Minimes (MI) 2004-2005  
Cadets (CA) 2002-2003

Licence Loisirs avec l'objectif de découvrir le triathlon et ses pratiques enchaînées sur au moins une compétition.

## ADOS - GROUPE PERFORMANCE

Benjamins (BE) 2006-2007  
Minimes (MI) 2004-2005  
Cadets (CA) 2002-2003

Pour intégrer le groupe Performance, la sélection est faite par le responsable de l'école de Triathlon. Cela implique de prendre une licence compétition, de participer à 5 compétitions régionales au moins et aux sélectifs championnats de France.

## CONTACTS

E-mail : acbbtriathlon@gmail.com

www.acbbtri.org