



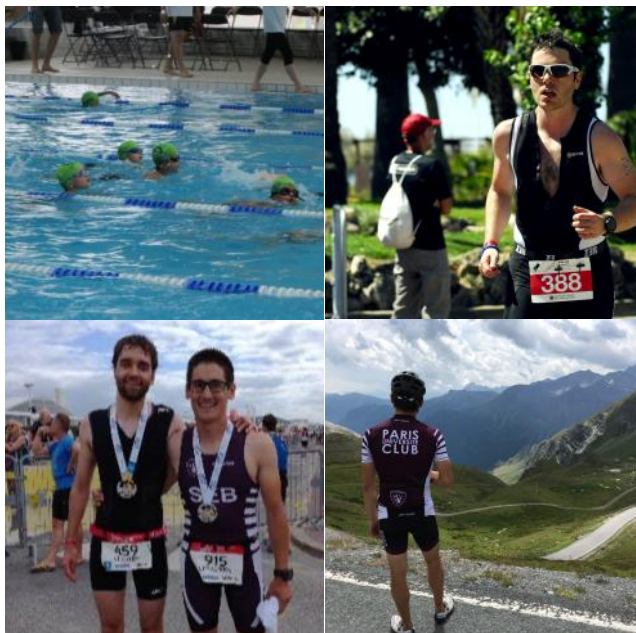
PARIS UNIVERSITE CLUB

l'Esprit Sports

TRIATHLON

2017-2018

Dès 7 ans



www.puc.paris.com/triathlon

ADULTE PLANNING ET LIEU DES ENTRAÎNEMENTS

reprise le 12 septembre 2017

NATATION LIBRE (sans encadrement)

Mardi	12h00-13h30	accès piscine de la cité U
Mardi	19h00-20h00	accès piscine de la cité U
Vendredi	12h00-14h00	accès piscine de la cité U
Vendredi	20h00-21h45	accès piscine de la cité U
Dimanche	9h00-12h45	accès piscine de la cité U

COURS DE NATATION (avec entraîneur)



Vendredi 19h00-20h00 accès piscine de la cité U

COURSE À PIEDS (avec entraîneur)

Lundi 19h15-21h00 entraînement rdv stade Charléty



Vendredi 19h00-21h00 entraînement rdv stade Charléty

VÉLO



Dimanche

RDV COURSE À PIED

matin à définir

Terrain d'honneur

Stade Charléty

17 avenue Pierre de Coubertin

75013 PARIS

VÉLO

Dimanche

NATATION

Piscine

Cité Universitaire
Maison Internationale
Piscine de 25 m
située en sous sol
17 boulevard Jourdan
75014 PARIS

ECOLE DE TRIATHLON PLANNING ET LIEU DES ENTRAÎNEMENTS

reprise le 13 septembre 2017

Pour la rentrée 2017-2018, le PUC propose une école de triathlon pour les enfants à partir de 7 ans. Le triathlon ? Sport olympiques depuis les Jeux Olympiques de 2000. Le triathlon s'est une course avec l'enchaînement de 3 activités : natation, vélo et course à pied.

PLANNING ET LIEU DES ENTRAÎNEMENTS

Pour les 7-10 ans (2010-2007) : les cours débutent le **13 septembre 2017** sur **32 séances** divisées en deux parties :

- **Natation** : mercredi 13h30-14h15 | Cité Internationale Universitaire de Paris
- **Vélo et course à pied** : mercredi 14h30-15h30 | Cité Internationale Universitaire de Paris

Pour les 11-14 ans (2006-2003) : les cours débutent le **13 septembre 2017** sur **32 séances** :

- **Natation** : mercredi 16h10-16h55 | Cité Internationale Universitaire de Paris
- **Vélo et course à pieds** : mercredi 17h10-18h10 | Cité Internationale Universitaire de Paris
- **Course à pied** : dimanche 10h30-12h30 | Stade Charléty

MATERIEL obligatoire :

Natation : Maillot de bain, bonnet, lunettes, serviette

Vélo : short ou collant de course, casques, mitaines, vélos (des vélos pourront être prêtés par le PUC)

Course à pied : Chaussures de running, short ou collant de course.



Les triathlètes du PUC ont participé à plusieurs courses en 2017 du format XXS à l'Ironman dont : Paris, Versailles, Fresnes, Deauville, Bois le Roi, Lacanau, Embrun, Vichy, le frenchman...

INSCRIPTIONS ET COTISATIONS

Vous devez impérativement vous munir des documents suivants :

- 2 photos d'identité.
- 1 certificat médical d'aptitude qui stipule que vous êtes apte à la **pratique du triathlon en compétition** datant de moins de 3 mois pour les nouveaux.
- Le règlement intégral de votre cotisation (soit 1 chèque de la totalité, soit la totalité en 2 ou 3 chèques à votre convenance, le premier chèque sera encaissé en septembre et les autres à la fin de chaque mois suivant).

Le PUC accepte les Tickets Loisirs (CAF), les Coupons Sports (ANCV) et les Réduc'Sports pour les parisiens.

Les **licences sont incluses** dans les tarifs ci-dessous :

Adultes :

Universitaire	250 euros	
Actif	300 euros	
+ Option	50 euros	pour le cours de natation du vendredi de 19h à 20h

Ecole Triathlon :

7-10 ans	500 euros
11-14 ans	550 euros

L'inscription de plusieurs personnes d'une même famille à la section triathlon entraîne les réductions suivantes :

2^{ème} personne : -10%

3^{ème} personne : -20%

4^{ème} personne et plus : -30%

CONTACT

PARIS UNIVERSITE CLUB

17, avenue Pierre de Coubertin
75 013 Paris
01 44 16 62 62
accueil@puc.asso.fr
www.puc.paris

Section Triathlon

Sébastien LE TIEC
01 44 16 62 82 | 06 58 05 31 09
sebastien@puc.asso.fr
www.puc.paris/triathlon

 puc.paris

 puc_1906

 puc.paris

 Paris université club

ACCES

RER B : Cité Universitaire

Tram 3 : Stade Charléty

BUS 21 et 67 : Porte de Gentilly

MAIRIE DE PARIS



Essentiel pour moi



ambassadeur
.paris



DEVELOPPONS ENSEMBLE
L'ESPRIT D'EQUIPE  SOCIETE GENERALE

