



Dès 6 ans

2020-2021



PARIS UNIVERSITÉ CLUB


TRIATHLON



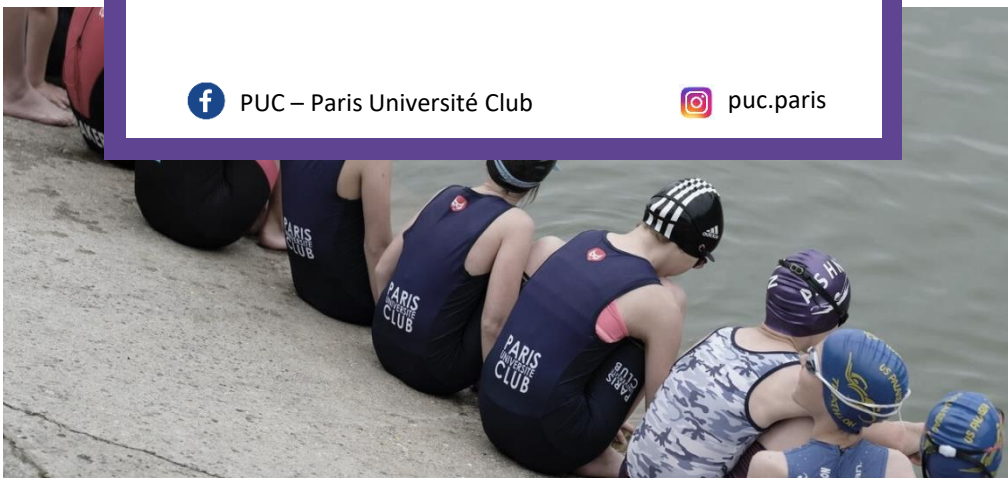
www.puc.paris/triathlon



PUC – Paris Université Club



[puc.paris](https://www.instagram.com/puc.paris)



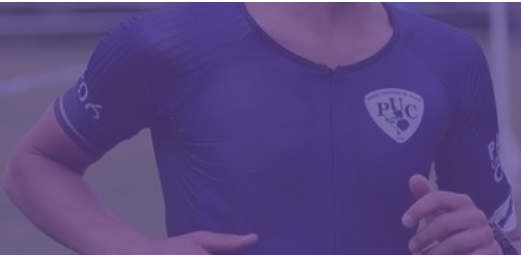


INFORMATIONS GÉNÉRALES

LE TRIATHLON AU PUC

Sport olympique depuis les Jeux Olympiques de 2000, le triathlon c'est une course avec l'enchaînement de 3 activités : natation, vélo et course à pied.

Les triathlètes du PUC ont participé à plusieurs courses en 2019 du format XXS à l'Ironman dont : Paris, Versailles, Fresnes, Deauville, Bois le Roi, Lacanau, Vichy, le Frenchman...



ECOLE DE TRIATHLON

Le PUC Triathlon propose une école de triathlon pour les enfants à partir de 6 ans.

PLANNING ET LIEUX DES ENTRAÎNEMENTS

Reprise le mercredi 21 septembre pour le vélo et course à pied

Reprise le mercredi 7 octobre pour la natation

ECOLE DE TRIATHLON

6-8 ans (2014-2012)

Vélo et course à pied : mercredi 13h45-14h45 | Cité Internationale Universitaire de Paris

Natation : mercredi 15h15 -16h | Piscine de la Cité Internationale Universitaire de Paris

Course à pied : samedi 15h-17h | Stade Charléty

9-10 ans (2011-2010)

Natation : mercredi 14h15-15h | Piscine de la Cité Internationale Universitaire de Paris

Vélo et course à pied : mercredi 15h15-16h15 | Cité Internationale Universitaire de Paris

Course à pied : samedi 15h-17h | Stade Charléty

11-14 ans (2009-2006)

Natation : mardi 18h30-19h30 | niveau 1 | Piscine Elisabeth

Natation : mardi 19h30-20h30 | niveau 2 | Piscine Elisabeth

Natation : mardi 18h30-19h30 | Piscine Elisabeth

Vélo et course à pied : mercredi 16h30-18h | Cité Internationale Universitaire de Paris

Course à pied : dimanche 10h30-12h30 | Stade Charléty

15-17 ans (2005-2003)

Natation : mercredi 18h30-19h30 | Piscine Elisabeth

Vélo : samedi 12h-13h30 | Cité Internationale Universitaire de Paris

Course à pied : dimanche 10h30-12h30 | Stade Charléty

Reprise le mercredi 9 septembre sauf pour piscine de la cité U le 1 octobre

TRIATHLON ADULTE

COURS DE NATATION (avec entraîneur)

Mercredi 19h30-20h30 | intermédiaire | Piscine Elisabeth

Jeudi 12h45-13h45 | intermédiaire | Piscine de la Cité Internationale Universitaire de Paris

Jeudi 20h30-21h30 | Spécifique triathlon | Piscine Elisabeth

Jeudi 21h30-22h30 | confirmé | Piscine Elisabeth

CRENEAUX DE NATATION LIBRE

Mardi 12h-13h45 | Piscine de la Cité Internationale Universitaire de Paris

Mardi 19h-20h | Piscine de la Cité Internationale Universitaire de Paris

Vendredi 11h30-13h30 | Piscine de la Cité Internationale Universitaire de Paris

Dimanche 9h-13h | Piscine de la Cité Internationale Universitaire de Paris

COURSE A PIED (avec entraîneur)

Lundi 19h15-21h | Stade Charléty

Mardi 12h-13h | Stade Charléty

Vendredi 19h-21h | Stade Charléty

VÉLO

Dimanche matin rdv Charléty



INSCRIPTIONS ET COTISATIONS

CATÉGORIES	TARIFS
Universitaire	260 €
Actif	350 €
École Triathlon	500 €

L'inscription se fait **en ligne avec un paiement sécurisé** sur le site Joinly en 1, 2 ou 3 fois.

Pièces à fournir

· 1 photo 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.

CONTACT

PARIS UNIVERSITÉ CLUB

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

SECTION TRIATHLON

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

ACCÈS

STADE CHARLÉTY

17, avenue Pierre de Coubertin
75 013 Paris

RER B : Cité Universitaire
Tram 3 : Stade Charléty
BUS 21, 216 et 67 : Porte de Gentilly

CITÉ UNIVERSITAIRE

17 Boulevard Jourdan
75014 PARIS

RER B : Cité Universitaire
Tram 3 : Cité Universitaire



Essentiel pour moi

