



# **STAGE TRIATHLON**

Le Comité Départemental 77 triathlon met en place un stage sportif d'une semaine ouvert aux plus de 18 ans. **ATTENTION PLACES LIMITÉES**

## **Dates et lieux :**

Du dimanche 22 au vendredi 27 mai 2022 à Colonia San Jordi – Baléares (Espagne).

## **Objectifs :**

Favoriser l'interaction entre les clubs, travailler les 3 disciplines de façon intensive, conseils techniques et tactiques, améliorer les enchaînements.

## **Programme :**

1h30/ jour de natation en bassin de 50 m

Course à pied par groupe de niveau

Sorties vélo par groupe

Nage eau libre dans la mer

Triathlon - multi enchaînement

## **Encadrement :**

Les entraînements seront dispensés par deux entraîneurs diplômés (BEESAN, DEJEPS, BF4).

Des groupes de niveaux seront mis en place pour un entraînement adapté au mieux.

## **Hébergement / restauration :**

Hébergements en pension complète dans un hôtel dans des chambres de 2 à 3 personnes.

Pension complète. (Les chambres individuelles sont disponibles en supplément de 85 €).

## **Transport :**

En avion.

## **Inscriptions / tarifs :**

Les inscriptions se feront en ligne ou par retour papier. **Attention, les places sont limitées.**

**Tarifs :** 525 euros / Accompagnant : 650 euros.

Parrainage : 10 % pour le parrain par inscription et 5 % pour le parrainé.

DATE LIMITE INSCRIPTION : 10 mai 2022

Inclus dans le tarif :

Transport - Assurance voyage multirisque - Bagage en soute (25kg) - Bagage vélo

**Contact :** [comite77triathlon@gmail.com](mailto:comite77triathlon@gmail.com) – 06 67 93 11 23

### **REGLEMENT INTERIEUR STAGE CD77 TRIATHLON**

L'encadrement, doit prendre toutes les mesures nécessaires à la sécurité, la santé physique et morale des participants. En conséquence, les règles de vie suivantes doivent être admises et respectées de tous :

1. Le programme de stage est fixé par les techniciens directeurs du stage, en collaboration avec leur équipe d'encadrement. Ils prévoient les plages horaires d'entraînement, de récupération et de loisir.
2. Le respect mutuel entre stagiaires, cadres et personnel des sites d'accueil est le principe fondamental de leurs relations.
3. Le bon déroulement du stage implique des règles de vie acceptées par tous :
  - a. être ponctuel aux différents RDV
  - b. ne pas dégrader les sites qui nous accueillent.
4. La récupération doit être présente au cours du stage. Elle s'appuie sur les qualités réparatrices du sommeil, de l'hygiène. La consommation et l'introduction de drogue étant strictement prohibées.
5. L'athlète inscrit à ce stage s'engage à respecter les **règles de conduite** qui s'appliquent à un tel stage. Le non-respect de ces règles sera immédiatement sanctionné. Les stagiaires perturbant le bon déroulement du stage (propos déplacés, tenue incorrecte, gestes agressifs, vols, ensemble de faits troublant la cohésion des groupes et les bonnes relations entre stagiaires, voire la sécurité) seront, sans remboursement, renvoyés du stage. Il sera demandé de rentrer par ses propres moyens.
6. **Paiement, Conditions particulières du règlement** : Les montants totaux des stages sont acquittés intégralement au plus tard 2 mois avant le départ.
7. **Annulation et remboursement** : Dans le cas d'une annulation par le prestataire, l'athlète inscrit sera remboursé.

Dans le cas d'une annulation par l'athlète : 3 mois avant : remboursement à 100%. Jusqu'à 2 mois avant : remboursement à 75%. Jusqu'à 30 jours : remboursement à 50%. Au-delà : aucun remboursement mais possibilité de se faire remplacer par une personne remplissant les critères d'admissions ci-dessus jusqu'au 10 mai 2022. Remboursement totale (franchise déduite) si l'athlète a souscrit une assurance voyage multirisque.

**8. Renseignements médicaux** : Tout stagiaire doit être en parfaite santé, et remplir dans les informations diverses toutes les informations médicales le concernant le cas échéant. En cas d'accident ou de maladie : Les frais médicaux et/ou les frais nécessités par un traitement sont à la charge des intéressés.

Également ils autorisent les responsables du stage à prendre toutes les mesures d'urgence en cas d'accident, d'affection aigue, ou tout autre cas grave nécessitant une hospitalisation ou une intervention chirurgicale avec anesthésie générale.

Toute personne fréquentant le stage du CD77 Triathlon connaît et accepte le présent règlement.

**Fait à :**

**Le :**

**Signature :**







**Situé à 2 min à pied de la piscine**

**Chambres tout confort séparés avec salle de bains privative**

**Restauration sur place en pension complète formule buffet à volonté avec soft drink inclus.**

**Wifi gratuit**

**1 x 1,5 litre d'eau par personne par jour disponible à la piscine.**