



ESCUELA DE TRIATLÓN COLEGIO CAUDE

Desde el Colegio Caude queremos ofrecer este curso la posibilidad de que nuestros alumn@s (Primaria y Secundaria) tengan la opción de iniciarse en este deporte y formarse como deportistas con esta actividad tan completa.

Los objetivos son que poco a poco empiecen a correr y hacerlo cada día mejor, a mejorar el nado de cara a practicar este deporte y convertirse en pequeños triatletas y a combinarlo con la bicicleta que nos da la posibilidad de disfrutar de la naturaleza y mejorar la coordinación.

El material necesario es básicamente lo que los alumnos ya tienen: en la sesión de **AGUA**, bañador deportivo, gorro, gafas (el del colegio u otro cualquiera); en la sesión de **CARRERA**, ropa deportiva y las zapatillas que usan habitualmente y en la sesión de **CICLISMO** solo pedimos una bici, da igual de montaña, de paseo, de carretera, la que usan en casa. Y lo más importante muchas ganas de aprender y de mejorar pero sobre todo de pasarlo bien.

Los entrenamientos serán en las instalaciones escolares (piscina y patio) pero necesitamos que hayáis firmado la autorización para poder salir asiduamente al parque que tenemos justo enfrente del colegio para cambiar el chip y aprovechar el circuito de carrera que tenemos tan cerca. Las sesiones de bici se desarrollarán igualmente en nuestro patio y en el parque.

HORARIOS PROVISIONALES SEGÚN INSCRIPCIONES

LUNES: 17:00-18:15 Sesión Natación

MIÉRCOLES: 17:00-18:15 Sesión Carrera

VIERNES: 17:00-18:30 Sesión Bici (1 al mes a confirmar en el mismo mes según meteorología etc.)

Si quieres formar parte de esta nueva actividad pasa por la piscina para informarte (Patricia) y rellena la hoja de matrícula de extraescolares, empezamos en Octubre.

Un saludo.

Rafa García
rgarcia@colegiocaude.com