

TRIFITNESS 31

Des de el club de **Triatló Trifitnes31** promoguem la escola de triatló, projecte orientat a la practica de triatló de xiquets i xiquetes en edat escolar. El xiquets realitzaran tot tipus de activitats relacionades amb aquest apassionant esport amb el següents objectius:

- La pràctica de activitat física adaptada a cada edat com a hàbit saludable.
- Que els xiquets i xiquetes es formen, s'eduquen i aprenquen valors junt a la pràctica del esport.
- Divertir-se en la pràctica del esport junt als seus amics.
- Treballar en equip per al benefici comú.
- Desenvolupar els hàbits motrius basics i les capacitats físiques corresponents a la seua edat.
- En definitiva que naden que pedalejen i que correguen.

ACTIVITATS I GRUPS

Grup A. Multiesportiu. *Categoria Pre-Benjamí* (edat de 6-8 anys)
Categoria Benjamí (edat de 9-10 anys).

Un dia de natació i un dia de ciclisme/atletisme per setmana.

Grup B. Iniciació. *Categoria aleví* (edat 11-12 anys)
Categoria infantil (edat 13-14 anys).

Un dia a la setmana de cada disciplina, natació, ciclisme i atletisme.

Grup C. Perfeccionament. *Categoria cadet* (15-17 anys).

Un dia a la setmana de cada disciplina, natació, ciclisme i atletisme.

horari

Grup A

Dimecres (**ciclisme/atletisme**) De **17:30** fins **18:30**
Divendres (**natació**) De **19:00** fins **20:00**

Grup B

Dimecres (**atletisme**) De **18:30** fins **19:30**
Divendres (**natació**) De **20:00** fins **21:00**
Dissabte (**ciclisme**) De **11:00** fins **12:30**

Grup C

Dimecres (**atletisme**) De **19:30** fins **20:30**
Divendres (**natació**) De **20:00** fins **21:00**
Dissabte (**ciclisme**) De **11:00** fins **12:30**

Horaris i grups subjectes a canvis en funció dels xiquets i xiquetes inscrits a l'escola

TRIFITNESS 31



PREUS INSCRIPCIÓ

Grup A: 25 € / mensuals.

Grup B i C: 28 €/ mensuals.

INSTAL·LACIONS

Per al primer trimestre les instal·lacions seran les següents:

- 1 Poliesportiu de Càrcer.
- 2 Piscina Avanza Fitness de Xàtiva.

ENTRENADORS

Jordi Pascual Sales.

Llicenciat en INEF i entrenador nacional de triatló.

COORDINADORS:

Román López Varoch

Jose Ignacio Tapies Munera

CONTACTO

Fitness 31: 96 258 07 64

J. Ignacio: 630 277 241

Roman: 646 84 28 75

escuelatrifitness31@gmail.com

FACEBOOK: trifitness 31

www.trifitness31.com



**Caldrà formalitzar
la inscripció
al gimnàs fitness31**

