

Talent Day samedi 24 février 2018

8h - 8h20	accueil des jeunes à la piscine du geeseknäppchen mot de bienvenu + présentation de la journée constitution de 4 groupes homogènes dépôt des vélos devant la piscine. Des membres de la FLTRI se chargeront de les ranger dans un local fermé.
NATATION	
8h20	vestiaire
8h30 - 10h30	4 ateliers: stabi/stretching prise de performance: 200m: Kids et Youth C 400m: youth B et Youth A 800m: juniors plongeon, saut, culbute... parcours
10h30 - 11h	vestiaire
11h - 11h45	prise de performance course à pied (piste du geeseknäppchen): 1000m Kids et Youth C 1500m Youth B 3000m Youth A et juniors
12h-13h	REPAS à la Pizzeria Peperoncino (spaghetti bolognaise / salade de fruits)
VELO et COURSE A PIED	
13h30 - 14h	récupération des vélos
14h - 17h	les 4 ateliers auront lieu dans le parking couvert du geeseknäppchen: parcours technique cyclisme + mécanique transition technique càp duathlon
17h - 17h30	mot du président et bilan
17h30	récupération des enfants au parking couvert du geeseknäppchen