

## ESCUELA

**Dirigida** a niños y niñas de edades comprendidas entre los 7 y 16 años.

**Categorías** de Prebenjamín a Cadete.

**Objetivo:** promocionar el Triatlón entre los menores.

**Matrícula:** 25€ (incluye ficha federativa).

**Cuota mensual:** 20€ (a partir de octubre).

**Comienza** el 10 de septiembre de 2020.

**Finaliza** en junio de 2021 (fecha por determinar).

Los **horarios** para el primer trimestre son:

Martes y jueves, Natación, 7 a 8pm (Benjamines y Alevines) 8 a 9pm (Infantiles y Cadetes).

Miércoles, Carrera, 6 a 7pm Todas las categorías por grupos.

Sábados, Ciclismo y Transiciones, según climatología y disponibilidad.

Las **instalaciones** donde entrenamos son:

Natación: Piscina Climatizada José Carlos Casado en Segovia y Piscina climatizada de La Lastrilla.

Carrera a pie: Pistas de Atletismo Antonio Prieto de Segovia.

Para iniciarse en la **competición** proponemos un calendario (recomendado) de **pruebas Escolares** tanto de Duatlón como de Triatlón, que son:

-Nada-Corre y Toma de Tiempos en Río Esgueva. Valladolid. Organiza Federación de Triatlón de Castilla y León. Enero 2021.

-Duatlón Escolar de Cuéllar. Febrero 2021.

-Duatlón Escolar de Palazuelos. Marzo 2021

-Acuatlón Menores de la Victoria. Valladolid. Abril 2021.

-Triatlón Cros Menores de La Lastrilla. Mayo 2021

-Acuatlón Menores Río Esgueva. Valladolid. Junio 2021

-Triatlón Menores de Cuéllar. Junio 2021.

-Triatlón de Menores de Bernardos. Julio 2021.

**Nota:** el horario y las instalaciones están pendientes de confirmación tanto por parte de las empresas e instituciones como por la situación sanitaria.

## ÁREA DE TÉCNIFICACIÓN

Dirigida a los **socios** del Club que quieran mejorar su técnica de nado, carrera, transiciones y ciclismo.

**Objetivo:** la mejorar la técnica de los socios encauzada a la competición, con capacidad de compromiso para llevar una programación de entrenamientos.

**Matrícula:** 0€ con ficha federativa en vigor.

**Comienzo:** el 1 de octubre de 2020.

**Finaliza** con la temporada de Triatlón 2021.

**Competición:** pruebas del calendario Nacional y Territorial, Campeonatos de España de Duatlón y Triatlón; y de Castilla y León (ver calendario FETRI).

Los **horarios** son:

Martes y jueves, Natación, 8 a 9pm

Miércoles, Carrera, 6 a 7pm

Sábados, transiciones bici – carrera.

Domingos, salidas en bici (según climatología y disponibilidad).

RR.HH. Los Técnicos en Triatlón del club son:

1 Entrenador Superior Nacional (N3), 2 Entrenadores Triatlón (N1), 3

Monitores de Triatlón por la Federación de Triatlón de CyL.

### Actividades:

**Clínic\_Natación** 6 de diciembre de 2020.

**Organizamos** el **Triatlón Cros de Revenga**. (500-9-2) en la zona de Puente Alta, con el objeto de promocionar en Segovia nuestro deporte. Junio 2021.

**Jornadas Técnicas de Triatlón** para Categorías menores (niños y niñas entre 7 y 16 años), a lo largo del verano de 2021.

## HOJA DE INSCRIPCIÓN

### CURSO 2020/2021

#### **Deportista:**

Nombre..... Apellidos.....

Fecha de nacimiento..... DNI. ....

Dirección.....CP.....

Localidad..... Provincia.....

#### **Datos del representante:**

Nombre..... Apellidos .....

Teléfono ..... DNI .....

como padre/madre/tutor **Autoriza** a participar en la Escuela de Triatlón

Lacerta durante el curso 2020/2021

Fdo. interesado.:..... \*Fdo. representante.:.....

En ..... a ..... de ..... de 2020

\*En el caso de menores de edad no emancipados, deberá firmar la solicitud también su padre/madre/tutor, autorizando de este modo la participación del menor.

**Enviar** por correo electrónico a [triatlonlacerta@hotmail.com](mailto:triatlonlacerta@hotmail.com)



# C. D. TRIATLÓN LACERTA

## SEGOVIA

### CURSO 2020/2021

#### **Patrocinadores:**

