

ESCOLA DE TRIATLO O2	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
18H00 – 18H45	NATAÇÃO		CICLISMO		CICLISMO
18H50 – 19H50	CORRIDA		CORRIDA		NATAÇÃO

GRUPO 1

ESCOLA DE TRIATLO O2	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
18H00 – 18H45	CICLISMO	CORRIDA	CICLISMO	CORRIDA	
18H50 – 19H50	CICLISMO	NATAÇÃO		NATAÇÃO	

GRUPO 2

ESCALÕES

Benjamins – 7 a 9 anos

Infantis – 10 a 11 anos

Iniciados – 12 a 13 anos

Juvenis – 14 a 15 anos

Cadetes – 16 ou mais anos

TREINADORES

Inês Bringel – natação
corrida

Marco Ramos - ciclismo