

TRIATHLON

CAMP



GROUPE

1 moniteur pour 12 enfants (8-12 ans)

DESCRIPTION DE LA SPÉCIALITÉ

Le camp Rouge et Or triathlon est enseigné par des athlètes de ce club et permet aux jeunes de tous les niveaux de développer davantage leurs habiletés techniques et tactiques.

Ce camp vise à faire découvrir le triathlon aux jeunes par le plaisir et le dépassement de soi de façon très sécuritaire.

Des sorties à la base de plein air de Ste-Foy (6,5 km sur piste cyclable) et à la Baie de Beauport (20 km sur piste cyclable) sont prévues au courant de la semaine afin de permettre aux jeunes de pratiquer de longues distances et d'avoir accès à un plan d'eau libre. Une période de piscine est également réservée au Peps.

L'horaire des sorties sera communiqué durant la semaine.

*****Le jeune doit avoir une bonne condition physique et être capable de nager en eau libre sans veste de flottaison.*****

À APPORTER

Tenue sportive

Casque de bain

Crème solaire

Gourde

Serviette

Vélo*

Maillot de bain

Cadenas

Casque de vélo

Lunch froid

*Il est possible d'emprunter un vélo pour la semaine de camp et de laisser vos propres vélos au PEPS pour la semaine. **Le port du casque est obligatoire et non fourni par le camp.**

Tous les items doivent être identifiés au nom de l'enfant