

PROG STAGE BF2 PARATRIATHLON CREPS Vichy février 2024			
	Vend 2 février	sam. 3 février	dim 4 février
7:00		Petit Déj	Petit Déj
		(possibilité footing)	(possibilité footing)
8:00			
			La partie CàP
9:00		Généralités paratriathlon	en paratriathlon
			spécificités
10:00		Historique	déterminants de la perf
		Classifications	Séance CàP
11:00		Règlementation	Observation
		Transitions	Matériel
12:00			Mise en situation gymnase
		Déjeuner	Déjeuner
13:00			
			La partie cycliste
14:00		La natation en	en paratriathlon
		paratriathlon	spécificités
15:00		spécificités	déterminants de la perf
		déterminants de la perf	
16:00		adaptations entraînement	présentation matériel
	Arrivées CREPS		Débrief formation
17:00		La natation en	Départ CREPS
		paratriathlon	
18:00		observation	
		mise en situation	
19:00			
	Dîner	Dîner	
20:00			
	Présentation	Retour sur séance	
21:00	formation	natation	