



GOSTAS DE NADAR, PEDALAR E CORRER?

TEMOS A
MODALIDADE
PERFEITA PARA TI

± INFORMAÇÕES EM:

WWW.PIMPOES.PT

262 834 000 (PISCINAS MUNICIPAIS)

CARLA FERREIRA@PIMPOES.PT (9 16 032 264)





ESCALÕES

Benjamins dos 6 aos 9 anos	Infantis dos 10 aos 11 anos	Iniciados dos 12 aos 13 anos
Juvenis dos 14 aos 15 anos	Cadetes dos 16 aos 17 anos	Juniores dos 18 aos 19 anos
Grupos de Idades maiores de 20 anos		

O QUE É O TRIATLO?

- ✓ O Triatlo leva os atletas aos seus limites em três diferentes modalidades: natação, ciclismo e corrida.
- ✓ Cada modalidade exige que o atleta esteja na sua melhor condição física.

HORÁRIOS

Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado
Benjamins/ Infantis/ Iniciados 17h-18h Natação	Benjamins/ Infantis/ Iniciados 17h-18h PFG- Corrida	Benjamins/ Infantis/ Iniciados 17h-18h Natação	Benjamins/ Infantis/ Iniciados 17h-18h PFG- Corrida	Benjamins/ Infantis/ Iniciados 17h-18h Natação	Benjamins/ Infantis/ Iniciados 11h30-13h Ciclismo
Iniciados/ Juvenis/ Cadetes 18h15-19h Ginásio	Iniciados/ Juvenis/ Cadetes 18h15-19h30 PFG- Corrida	Iniciados/ Juvenis/ Cadetes 18h15-19h Ginásio	Iniciados/ Juvenis/ Cadetes 18h15-19h30 PFG- Corrida	Iniciados/ Juvenis/ Cadetes 18h15-19h Ginásio	Iniciados/ Juvenis/ Cadetes 8h-9h20 Natação
19h-20h Natação	19h40-20h40 Natação	19h-20h Natação	19h40-20h40 Natação	19h-20h Natação	9h40-12h40 Ciclismo
Juniores/ Grupos de Idades 20h-21h20 Natação	Juniores/ Grupos de Idades 8h-9h20 Natação	Juniores/ Grupos de Idades 20h-21h20 Natação	Juniores/ Grupos de Idades 8h-9h20 Natação	Juniores/ Grupos de Idades 20h-21h30 Natação	Juniores/ Grupos de Idades 8h-9h20 Natação

