

TRIATLÓN

Real Canoe N.C.



BOLETÍN INFORMATIVO
18 Noviembre - Semana 47

La próxima semana...

Noviembre 19	
Semana 47ª	
Del 18 de Noviembre al 24 de Noviembre 2019	
LUNES 18 NOVIEMBRE	
MARTES 19 NOVIEMBRE	
6'30/7- 1ª Sesión de NATACIÓN -Grupo de entrenamiento Canoe	
14'00- 2ª Sesión de NATACIÓN - Grupo Entrenamiento Canoe	
17'30- Sesión de CARRERA de la ESCUELA en el Retiro	
19'00- Sesión de CARRERA en el Retiro	
MIÉRCOLES 20 NOVIEMBRE	
6'30/7- 1ª Sesión de NATACIÓN -Grupo de entrenamiento Canoe	
14'00- 2ª Sesión de NATACIÓN - Grupo Entrenamiento Canoe	
17'00- Sesión de NATACIÓN de Escuela	
JUEVES 21 NOVIEMBRE	
6'30/7- 1ª Sesión de NATACIÓN -Grupo de entrenamiento Canoe	
14'00- 2ª Sesión de NATACIÓN - Grupo Entrenamiento Canoe	
17'15- Sesión de CARRERA de la ESCUELA en el Parque Roma	
19'00- Sesión de CARRERA en el Retiro	
VIERNES 22 NOVIEMBRE	
6'30/7- 1ª Sesión de NATACIÓN -Grupo de entrenamiento Canoe	
14'00- 2ª Sesión de NATACIÓN - Grupo Entrenamiento Canoe	
17'00- Sesión de NATACIÓN de Escuela	
SABADO 23 NOVIEMBRE	
9'00- Sesión de CICLISMO de Escuela en Parque del Retiro	
OTRAS PRUEBAS	
AND	VII DUATLÓN CROS LAGUNA DE EL PORTIL-HUELVA
MEL	CAMPEONATO DE MELILLA DUATLÓN CROS
OTRAS ACTIVIDADES	
CROS UNIVERSITARIO ALFONSO X EL SABIO (VILLANUEVA DE LA CAÑADA)	
6000m masculino - 3000m femenino	
http://www.crossuniversitariomadrid.com/carreras/index.aspx	
- David Garcia	
DOMINGO 24 NOVIEMBRE	
OTRAS PRUEBAS	
AND	III DUATLÓN BAHIA DE MALAGA
	III DUATLÓN MENORES BAHIA DE MALAGA
ARA	XXVIII DUATLÓN SIERRA DE ARMANTES.CALATAYUD-ZARAGOZA
EXT	CAMPEONATO EXTREMADURA DUATLÓN CROS- VI DUATLÓN CROSTORTA DEL CASAR DE CACERES
OTRAS ACTIVIDADES	
TROFEO JOSE CANO-CANILLEJAS	
- Marta Bautista	
Semana 48ª	
Del 25 de Noviembre al 1 de Diciembre 2019	
LUNES 25 NOVIEMBRE	
MARTES 26 NOVIEMBRE	
6'30/7- 1ª Sesión de NATACIÓN -Grupo de entrenamiento Canoe	
14'00- 2ª Sesión de NATACIÓN - Grupo Entrenamiento Canoe	
17'30- Sesión de CARRERA de la ESCUELA en el Retiro	

19'00- Sesión de CARRERA en el Retiro	
MIÉRCOLES 27 NOVIEMBRE	
6'30/7- 1ª Sesión de NATACIÓN -Grupo de entrenamiento Canoe 14'00- 2ª Sesión de NATACIÓN - Grupo Entrenamiento Canoe 17'00- Sesión de NATACIÓN de Escuela	
JUEVES 28 NOVIEMBRE	
6'30/7- 1ª Sesión de NATACIÓN -Grupo de entrenamiento Canoe 14'00- 2ª Sesión de NATACIÓN - Grupo Entrenamiento Canoe 17'15- Sesión de CARRERA de la ESCUELA en el Parque Roma 19'00- Sesión de CARRERA en el Retiro	
VIERNES 29 NOVIEMBRE	
6'30/7- 1ª Sesión de NATACIÓN -Grupo de entrenamiento Canoe 14'00- 2ª Sesión de NATACIÓN - Grupo Entrenamiento Canoe 17'00- Sesión de NATACIÓN de Escuela	
ESTA TARDE ES LA ASAMBLEA DEL CANOE, LOS QUE SOIS SOCIOS COMPROMISARIOS DEBERIAIS ASISTIR	
SABADO 30 NOVIEMBRE	
9'00- Sesión de CICLISMO de Escuela en Parque del Retiro	
OTRAS PRUEBAS	
AND	II DUATLÓN CROS MENORES SAN ROQUE-CADIZ
OTRAS ACTIVIDADES	
CROS UNIVERSITARIO CEU SAN PABLO (MONTEPRINCIPE) 6600m masculino - 3300m femenino http://www.crossuniversitariomadrid.com/carreras/index.aspx - David Garcia	
Diciembre 19	
DOMINGO 1 DICIEMBRE	
OTRAS PRUEBAS	
AND	VI DUATLÓN CROS DOLMEN DE SOTO-HUELVA
OTRAS PRUEBAS FUERA DE ESPAÑA	
ARGENTINA- I.M. MAR DE PLATA - Luis Miguel Gomez - Alberto Velasco - Antonio Gomez	
OTRAS ACTIVIDADES	
XXXIX Trofeo Akiles- Lago Casa de Campo- 5 km y 10 Km	



EN ESTOS MOMENTOS TENEMOS EN LA WEB CON AUSTRAL LAS PRENDAS QUE DIRECTAMENTE PODEIS VER Y PEDIR Y CON VUESTRA TARJETA PAGAR. LUEGO AUSTRAL OS LO ENVIA A VUESTRA CASA.

Si quieres entrar en la web Triatlón Real Canoe y poder adquirir alguna de las prendas que os ofrecemos junto a Austral, puedes hacerlo con este link
link : <http://clientes.austral.es/clubs/canoe/>

Usuario: canoe

Contraseña: CanOe156

Todas las gestiones de compra la podrás hacer aquí.

IMPORTANTE

- Cuando hagáis una inscripción el nombre del club es **TRIATLÓN REAL CANOE** y **NO** canoe, triatlón canoe, canoe triatlón, etc...
- Os recuerdo que existe un chat en whatshap **TRI CANOE: OPINA DE TRI**. Si quieres estar en él dínoslo.
- **Si nos mandáis una foto y vestís con los colores del equipo puntuareis el doble en el ranking del club,**



Calle del Pez Volador, 30

Madrid

MÁS INFORMACIÓN: Felipe Gutiérrez- 609124502 triatlon@realcanoe.es