

# ESCUELA DE TRIATLÓN



## REAL CANOE N.C.

### Nº 19- 18 Enero 2021- Semana 3

#### ¿Cómo será la semana 3?

Pues tenemos que comprobarlo, lo que está claro que los dos días de natación podemos hacer la sesión. Mientras que la carrera y el ciclismo dependemos de que abran los parques y del día que tengamos. Iremos viéndolo en el día a día.

Así que os espero el miércoles a las 17 horas en la piscina.

En la Agenda en azul figura los horarios de escuela, en negro del equipo de triatlón.

[triatlón@realcanoe.es](mailto:triatlón@realcanoe.es)

609124502

ENERO							
semana	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
3	18	19 6'30- Natación Entrenamiento Presencial Grupo Entrenamiento RC 14'00- Natación Entrenamiento Presencial Grupo Entrenamiento RC 19'00- Carrera Entrenamiento Presencial Grupo Entrenamiento RC	20 6'30- Natación Entrenamiento Presencial Grupo Entrenamiento RC 14'00- Natación Entrenamiento Presencial Grupo Entrenamiento RC 17'00- Natación Entrenamiento Escuela	21 6'30- Natación Entrenamiento Presencial Grupo Entrenamiento RC 14'00- Natación Entrenamiento Presencial Grupo Entrenamiento RC 17'00- Carrera Entrenamiento Escuela 19'00- Carrera Entrenamiento Presencial Retiro Grupo Entrenamiento RC	22 6'30- Natación Entrenamiento Presencial Grupo Entrenamiento RC 14'00- Natación Entrenamiento Presencial Grupo Entrenamiento RC 17'00- Natación Entrenamiento Escuela	23 9'00- Ciclismo+Carrera Entrenamiento Escuela en el Retiro	24
4	25	26 6'30- Natación Entrenamiento Presencial Grupo Entrenamiento RC 14'00- Natación Entrenamiento Presencial Grupo Entrenamiento RC 19'00- Carrera Entrenamiento Presencial Grupo Entrenamiento RC	27 6'30- Natación Entrenamiento Presencial Grupo Entrenamiento RC 14'00- Natación Entrenamiento Presencial Grupo Entrenamiento RC 17'00- Natación Entrenamiento Escuela	28 6'30- Natación Entrenamiento Presencial Grupo Entrenamiento RC 14'00- Natación Entrenamiento Presencial Grupo Entrenamiento RC 17'00- Carrera Entrenamiento Escuela 19'00- Carrera Entrenamiento Presencial Retiro Grupo Entrenamiento RC	29 6'30- Natación Entrenamiento Presencial Grupo Entrenamiento RC 14'00- Natación Entrenamiento Presencial Grupo Entrenamiento RC 17'00- Natación Entrenamiento Escuela	30 9'00- Ciclismo+Carrera Entrenamiento Escuela en el Retiro	31

#### HA EMPEZADO EL PERIODOD DE DESCUENTO

Tenéis que entrar en la web de AUSTRAL y ver lo que hay del club.

Por otro lado tenéis que ir pensando en ir encargando el mono para competir y el que lo tenga de otros años pues quizá hacerse con alguna prenda del equipo

**PERIODOS PROMOCIONALES: 20% DESCUENTO para pedidos realizados del 15 de ENE al 15 de FEB**

En esas fechas hacen un descuento interesante.



IMPORTANTE

Muchos nos pedís información sobre las diferentes equipaciones del club. En esta página de AUSTRAL podéis encontrar de todo y puedes comprar de todo “depende de tu capricho” y de tu economía.

**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.



**Calle del Pez Volador, 30**

**Madrid**

**MÁS INFORMACIÓN: Felipe Gutiérrez- 609124502- [triatlon@realcanoe.es](mailto:triatlon@realcanoe.es)**