

# TRIATLÓN

## Real Canoe N.C.



BOLETÍN INFORMATIVO  
Semana 26- 22 Junio 2020

### MOMENTOS DE REFLEXIÓN

Durante estos tres meses todos hemos tenido buenos momentos de reflexión, de pensar en el momento que estábamos viviendo y que aún seguimos en el.

No podemos descuidarnos...

Me duele bastante decir a los padres, madres y niñ@s de la **Escuela** que desde marzo no hemos podido hacer nada y que cuando entra el verano, **hoy entra el verano**, la escuela se acaba. Tener que decirnos que hemos acabado el curso 2019-2020 es sencillamente duro, pero ya lo habéis vivido con el colegio.

Solo a los triatletas de la Escuela deseamos que paséis un buen verano y seguiremos en contacto con vosotros por medio de estos boletines.

A los **mayores**, a los que son cadetes hacia arriba, esto sigue, aunque no sabemos aún por donde seguimos, también os iremos informando por este medio.

Si tenéis dudas, preguntas...un mail a [triatlon@realcanoe.es](mailto:triatlon@realcanoe.es) y rápido os contestaré. Sobre próximas pruebas, van contando en las redes sociales que habrá tal o cual prueba, pero seguro no se sabe nada de nada.

Lo que está claro que el futuro está ahí y tenemos que ir viviéndolo en el día a día, con mucho cuidado para todos y sin duda para vuestras familias.

Felipe Gutierrez  
[triatlon@realcanoe.es](mailto:triatlon@realcanoe.es)

### GRUPO DE ENTRENAMIENTO SEMANAL 1ª semana después de...

Esta semana que acaba los que entrenan en el **grupo** hemos tenido la posibilidad de entrenar a las 6´45 de la mañana. De lunes a viernes hemos tenido en total 36 presenciales que han entrenado a esas horas. Lunes 7, martes 9, Miércoles 10, Jueves 4 y Viernes 6.

Hemos acabado por lo tanto la 1ª semana de las 4 que tenemos en un bloque de 20 entrenamientos de "vuelta a la natación".



De momento seguiremos...

### Próximas pruebas

Parece que se van proponiendo la realización de pruebas, aunque sin duda aún tendrán que resolver muchas pegas. De momento y por si quieres inscribirte ahí tienes lo próximo, siempre con medidas especiales y con un triatlón diferente.

- 19 de Julio TRIATLÓN DE TRES CANTOS
- 25 de Julio CAMPEONATO DE ESPAÑA DE TRIATLÓN CROS-ALMAZAN
- 26 de Julio CAMPEONATO DE ESPAÑA DE DUATLÓN CROS-ALMAZAN

**Semana 26**  
**Del 22 de Junio al 28 Junio 2020**

**LUNES 22 JUNIO**

6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25

**MARTES 23 JUNIO**

6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25

**MIERCOLES 24 JUNIO**

6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25

**JUEVES 25 JUNIO**

6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25

**VIERNES 26 JUNIO**

6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25

**SABADO 27 JUNIO**

**DOMINGO 28 JUNIO**

**Semana 27<sup>a</sup>**  
**Del 29 de Junio al 5 de Julio 2020**

**LUNES 29 JUNIO**

6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25

**MARTES 30 JUNIO**

6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25

**MIERCOLES 1 JULIO**

6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los han confirmado su asistencia. Piscina 25

**JUEVES 2 JULIO**

6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los han confirmado su asistencia. Piscina 25

**VIERNES 3 JULIO**

6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25

**SABADO 4 JULIO**

**DOMINGO 5 JULIO**

**Semana 28<sup>a</sup>**  
**Del 6 al 12 de Julio 2020**

**LUNES 6 JULIO**

6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25

**MARTES 7 JULIO**

6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25

**MIERCOLES 8 JULIO**

6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25

**JUEVES 9 JULIO**

6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25

**VIERNES 10 JULIO**

6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25

**SABADO 11 JULIO**

**DOMINGO 12 JULIO**

**Semana 29<sup>a</sup>**  
**Del 13 al 19 de Julio 2020**

**LUNES 13 JULIO**

6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25

**MARTES 14 JULIO**

6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25

**MIERCOLES 15 JULIO**

6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25

**JUEVES 16 JULIO**

6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25

**VIERNES 17 JULIO**

6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25

<b>SABADO 18 JULIO</b>
<b>DOMINGO 19 JULIO</b>
<b>OTRAS PRUEBAS</b>
• <b>TRIATLÓN DE TRES CANTOS</b>
<b>Semana 30ª</b>
<b>Del 20 al 26 de Julio 2020</b>
<b>LUNES 20 JULIO</b>
6´45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25
<b>MARTES 21 JULIO</b>
6´45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25
<b>MIERCOLES 22 JULIO</b>
6´45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25
<b>JUEVES 23 JULIO</b>
6´45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25
<b>VIERNES 24 JULIO</b>
6´45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25
<b>SABADO 25 JULIO</b>
<b>PRUEBAS IMPORTANTES</b>
• <b>CAMPEOATO DE ESPAÑA DE TRIATLÓN CROS-ALMAZAN</b>
<b>DOMINGO 26 JULIO</b>
<b>PRUEBAS IMPORTANTES</b>
• <b>CAMPEONATO DE ESPAÑA DE DUATLÓN CROS-ALMAZAN</b>
<b>Semana 31ª</b>
<b>Del 27 Julio al 2 Agosto 2020</b>
<b>LUNES 27 JULIO</b>
6´45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25
<b>MARTES 28 JULIO</b>
6´45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25
<b>MIERCOLES 29 JULIO</b>
6´45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25
<b>JUEVES 30 JULIO</b>
6´45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25
<b>VIERNES 31 JULIO</b>
6´45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25
<b>SABADO 1 AGOSTO</b>
<b>DOMINGO 2 AGOSTO</b>

## MASCARILLAS TRIATLÓN REAL CANOE

VAMOS A ENCARGAR UNAS MASCARILLAS CON NUESTROS COLORES, SI QUEREIS COMPRAR UNA O MAS TENEIS QUE ENCARGARNOSLA Y OS LA PEDIMOS.

El precio que vamos a poner es de 10 €.



**HC**  
**MASCARILLA HIGIÉNICA REUTILIZABLE**

**CONDICIONES**

- Pedido Mínimo 25 Mascarillas HC
- Plazos de Entrega: 10-15 días laborables (aprox)
- Pedidos Superiores a 100 mascarillas: Portes Pagados
- Pedidos inferior a 100 mascarillas: Portes 6,50€ (Península y Baleares) [Canarias 25 €]

**TALLAS**

Mascarilla Niños (4-8 AÑOS, 8-12 AÑOS)  
Mascarilla Adulto (ADULTO)

**ADVERTENCIA**

Animamos al consumidor a informarse correctamente antes de la compra de cualquier mascarilla, tanto de la certificación como de sus materiales:

- Si esta compuesta por varios tejidos, que uno de ellos o sus filtros cumplan con la normativa UNE 0065:2020 NO SIGNIFICA que la mascarilla esté homologada.
- Que la mascarilla esté homologada con alguno de los parámetros incluidos en la normativa UNE 0065:2020 o tenga certificados de otro tipo no garantiza su eficacia.
- Según la normativa UNE 0065:2020 la Mascarilla Higiénica Reutilizable debe tener una Protección Filtración Bacteriana (BFE) superior a 90% y Respirabilidad [Pa/cm2] inferior a 60.

La Mascarilla Higiénica Reutilizable HC no tiene la consideración de Producto Sanitario en el sentido de la Directiva 93/42 o del Reglamento (UE) 2017/745, ni se considera un EPI en el sentido del Reglamento (UE) 2016/425

**Austral** nos presenta esta mascarilla y nos da la posibilidad de poder hacerlas con los colores del equipo de Triatlón.  
 La firma **AUSTRAL** ha estado en estos últimos meses trabajando todo el tema de mascarillas, batas, etc., todo el material sanitario que era necesario en España.



### 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.

**UN CAMPUS DEL QUE NOS INFORMA MARTA BAUTISTA  
 I CAMPUS DE TRIATLÓN Y CICLISMO BESTYOURSELF TRAINING 2020  
 DEL 20 AL 26 DE JULIO**

**GUIJO DE EXTREMADURA (CACERES)**

Marta Bautista triatleta del club nos informa de un Campus al que ella asistirá y os enviamos la información adjunta por si alguien está interesado, Como club no tenemos nada que ver con la actividad solo os pasamos la información



Calle del Pez Volador, 30  
 Madrid

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