

TRIATLÓN

Real Canoe N.C.



BOLETÍN INFORMATIVO
Semana 29- 13 Julio 2020

UN POSIBLE CALENDARIO DE PRUEBAS

Parece que ya algunas pruebas se están programando y poco a poco iremos viendo más. Después el participar o no solo depende de vosotros mismos, no presionaremos a nadie para que compita en tal o cual prueba.

Quien no quiera competir está claro que lo entenderemos y siempre primando el deporte salud.

Ya tenemos [mascarillas](#) del equipo de TRIATLÓN, la próxima semana llegan las del Canoe que son iguales pero no pone TRIATLÓN ni AUSTRAL.



Felipe Gutierrez
triatlon@realcanoe.es



GRUPO DE ENTRENAMIENTO SEMANAL

Hemos acabado el bloque de **4 semanas** que nos propusimos cuando pudimos volver a utilizar la piscina. Durante estos 20 días opcionales algunos han estado viniendo a hacer su sesión de trabajo, evidentemente unos mas otros menos, pero nadie cumplió con la cita de los 20 días. El grupo de estas cuatro semanas se llamaba "**cocodrilos mañaneros**" y el título de "más días de entrenamientos" lo lleva David Garcia con 16 sesiones, por delante de Jimena 14 y Diego 14. Ellos hacen el top 3. El día con más nadadores fue el 17 de Junio con 10. Después entre... "vacaciones", "hoy no puedo" y esas cosas la participación ha ido disminuyendo.

Però seguimos los entrenamientos de 6'45 a 8 a.m. y nos vienen 3 semanas hasta acabar Julio. En Agosto...ya veremos cuantos estáis en Madrid. Para ir hay que pedirlo cada día, tenemos que saber quiénes van con anterioridad.

AGENDA del CLUB

SI SABEIS DE MAS PRUEBAS O SI ESTAIS INSCRITOS EN ALGUNA DECIRNOSLO

Las pruebas puntúan para el ranking interno del club pero teniendo en cuenta lo siguiente:

En cada prueba un deportista puede tener como máximo **tres puntuaciones** a sumar:

- (1) Puesto que ocupa del Triatlón R.Canoe en la prueba
- (2) Si eres de los tres primeros (o los que puntúen según normativa) del equipo sumaran los puntos según el puesto que consiga el equipo.

- 3) Puntuaras el doble de los puntos conseguidos con el punto 1 y 2 si lo haces con mono, con camiseta manga corta, camiseta tirantes....en definitiva con las prendas que podéis ver en la web de Austral y que son las oficiales del club.
Tenéis que haceros una foto bien a la salida o a la meta o en plena carrera y enviárnosla para pode puntuar doble y para dejar constancia
- (4) Los que participen y se retiren en la prueba tendrán 1 punto.
- (5) Si es descalificado no puntuará.

Semana 28ª	
Del 6 al 12 de Julio 2020	
DOMINGO 12 JULIO	
<i>...otras pruebas</i>	
MAD	DUATLÓN CROS VILLANUEVA DEL PARDILLO
	<ul style="list-style-type: none"> Diego Argüello Blanca Jimenez
Semana 29ª	
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	
MIÉRCOLES 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	
SABADO 18 JULIO	
DOMINGO 19 JULIO	
<i>...otras pruebas</i>	
MAD	TRIATLÓN DE TRES CANTOS
Semana 30ª	
Del 20 al 26 de Julio 2020	
LUNES 20 JULIO	
6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25	
MARTES 21 JULIO	
6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25	
MIÉRCOLES 22 JULIO	
6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25	
JUEVES 23 JULIO	
6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25	
VIERNES 24 JULIO	
6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25	
SABADO 25 JULIO	
<i>pruebas importantes</i>	
CLE	CAMPEONATO DE ESPAÑA DE TRIATLÓN CROS- ALMAZAN
	<ul style="list-style-type: none"> Diego Argüello
DOMINGO 26 JULIO	
<i>pruebas importantes</i>	
CLE	CAMPEONATO DE ESPAÑA DE DUATLÓN CROS- ALMAZAN
	<ul style="list-style-type: none"> Diego Argüello
Semana 31ª	
Del 27 Julio al 2 Agosto 2020	
LUNES 27 JULIO	
6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25	
MARTES 28 JULIO	
6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25	
MIÉRCOLES 29 JULIO	
6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25	
JUEVES 30 JULIO	
6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25	
VIERNES 31 JULIO	
6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25	
SABADO 1 AGOSTO	
DOMINGO 2 AGOSTO	
<i>otras pruebas</i>	
ARA	ACUATLÓN TRIATLÓN CIERZO
CLE	TRIATLÓN CIUDAD DE VALLADOLID
Semana 32ª	
Del 3 al 9 Agosto 2020	
LUNES 3 AGOSTO	

6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25	
MARTES 4 AGOSTO	
6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25	
MIERCOLES 5 AGOSTO	
6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25	
JUEVES 6 AGOSTO	
6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25	
VIERNES 7 AGOSTO	
6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25	
SABADO 8 AGOSTO	
DOMINGO 9 AGOSTO	
Semana 33ª	
Del 10 al 17 Agosto 2020	
LUNES 10 AGOSTO	
6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25	
MARTES 11 AGOSTO	
6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25	
MIERCOLES 12 AGOSTO	
6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25	
JUEVES 13 AGOSTO	
6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25	
VIERNES 14 AGOSTO	
6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25	
SABADO 15 AGOSTO	
<i>otras pruebas</i>	
ARA	TRIATLON CROS LA ESTANCA DE ALCANIZ
DOMINGO 16 AGOSTO	
<i>otras pruebas</i>	
ARA	MOTORLAND ARAGÓN HALF TRI
Semana 34ª	
Del 17 al 23 Agosto 2020	
LUNES 17 AGOSTO	
6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25	
MARTES 18 AGOSTO	
6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25	
MIERCOLES 19 AGOSTO	
6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25	
JUEVES 20 AGOSTO	
6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25	
VIERNES 21 AGOSTO	
6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25	
SABADO 22 AGOSTO	
<i>pruebas importantes</i>	
GAL	CAMPEONATO DE ESPAÑA DE TRIATLÓN SPRINT- PONTEVEDRA
DOMINGO 23 AGOSTO	
<i>pruebas importantes</i>	
GAL	CAMPEONATO DE ESPAÑA DE TRIATLÓN SPRINT- PONTEVEDRA
Semana 35ª	
Del 24 al 30 Agosto 2020	
LUNES 24 AGOSTO	
6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25	
MARTES 25 AGOSTO	
6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25	
MIERCOLES 26 AGOSTO	
6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25	
JUEVES 27 AGOSTO	
6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25	
VIERNES 28 AGOSTO	
6'45 Entrenamiento del Grupo de Tri con los que han confirmado su asistencia. Piscina 25	
SABADO 29 AGOSTO	
DOMINGO 30 AGOSTO	
<i>otras pruebas</i>	
ARA	TRIATLÓN OLIMPICO DE EGEA
Semana 36ª	
Del 31 Agosto al 6 Septiembre 2020	
LUNES 31 AGOSTO	
MARTES 1 SEPTIEMBRE	
MIERCOLES 2 SEPTIEMBRE	
JUEVES 3 SEPTIEMBRE	
VIERNES 4 SEPTIEMBRE	

SABADO 5 SEPTIEMBRE	
<i>pruebas importantes</i>	
CAT	CAMPEONATO DE ESPAÑA DE TRIATLÓN - BANYOLAS
DOMINGO 6 SEPTIEMBRE	
<i>pruebas importantes</i>	
CAT	CAMPEONATO DE ESPAÑA DE TRIATLÓN RELEVOS MIXTOS - BANYOLAS
<i>pruebas interesantes</i>	
MAD	DUATLÓN CROS DE VALDEBEBAS- Campeonato de Madrid
Semana 37ª	
Del 7 al 13 Septiembre 2020	
LUNES 7 SEPTIEMBRE	
MARTES 8 SEPTIEMBRE	
MIÉRCOLES 9 SEPTIEMBRE	
JUEVES 10 SEPTIEMBRE	
VIERNES 11 SEPTIEMBRE	
SABADO 12 SEPTIEMBRE	
DOMINGO 13 SEPTIEMBRE	
<i>pruebas interesantes</i>	
MAD	TRIATLÓN MEDIA DISTANCIA ARANJUEZ- Campeonato de Madrid de Media Distancia
<i>otras pruebas</i>	
ARA	DUATLÓN CROS VILLA DE ALFAJARIN
Semana 38ª	
Del 14 al 20 Septiembre 2020	
LUNES 14 SEPTIEMBRE	
MARTES 15 SEPTIEMBRE	
MIÉRCOLES 16 SEPTIEMBRE	
JUEVES 17 SEPTIEMBRE	
VIERNES 18 SEPTIEMBRE	
SABADO 19 SEPTIEMBRE	
<i>pruebas importantes</i>	
AND	COPA DEL REY Y REINA- ROQUETAS DEL MAR- ALMERIA
<i>pruebas interesantes</i>	
MAD	TRIATLÓN DE VILLALBILLA SUPER SPRINT- Cto de Madrid
NAV	COPA DE ESPAÑA DE TRIATLÓN DE MD/LD-PAMPLONA
DOMINGO 20 SEPTIEMBRE	
<i>pruebas importantes</i>	
CAMPEONATO DE ESPAÑA DE TRIATLÓN DE RELEVOS- ROQUETAS DEL MAR- ALMERIA	
Semana 39ª	
Del 21 al 27 Septiembre 2020	
LUNES 21 SEPTIEMBRE	
MARTES 22 SEPTIEMBRE	
MIÉRCOLES 23 SEPTIEMBRE	
JUEVES 24 SEPTIEMBRE	
VIERNES 25 SEPTIEMBRE	
SABADO 26 SEPTIEMBRE	
DOMINGO 27 SEPTIEMBRE	
Semana 39ª	
Del 21 al 27 Septiembre 2020	
LUNES 21 SEPTIEMBRE	
MARTES 22 SEPTIEMBRE	
MIÉRCOLES 23 SEPTIEMBRE	
JUEVES 24 SEPTIEMBRE	
VIERNES 25 SEPTIEMBRE	
SABADO 26 SEPTIEMBRE	
<i>pruebas interesantes</i>	
EUS	COPA DE ESPAÑA DE TRIATLÓN MD/LD- BILBAO
DOMINGO 27 SEPTIEMBRE	
Semana 40ª	
Del 28 Septiembre al 4 Octubre 2020	
LUNES 28 SEPTIEMBRE	
MARTES 29 SEPTIEMBRE	
MIÉRCOLES 30 SEPTIEMBRE	

JUEVES 1 OCTUBRE	
VIERNES 2 OCTUBRE	
SABADO 3 OCTUBRE	
DOMINGO 4 OCTUBRE	
<i>pruebas interesantes</i>	
CLE	COPA DE ESPAÑA DE TRIATLÓN MD/LD- SALAMANCA
Semana 41ª	
Del 5 al 11 de Octubre 2020	
LUNES 5 OCTUBRE	
MARTES 6 OCTUBRE	
MIERCOLES 7 OCTUBRE	
JUEVES 8 OCTUBRE	
VIERNES 9 OCTUBRE	
SABADO 10 OCTUBRE	
<i>pruebas importantes</i>	
MUR	CAMPEONATO DE ESPAÑA DE TRIATLÓN POR CLUBES- AGUILAS
DOMINGO 11 OCTUBRE	
<i>pruebas importantes</i>	
MUR	CAMPEONATO DE ESPAÑA DE TRIATLÓN SUPERSPRINT POR CLUBES- AGUILAS
<i>...otras pruebas</i>	
EUS	IM VITORIA
Semana 42ª	
Del 12 al 18 de Octubre 2020	
LUNES 12 OCTUBRE	
MARTES 13 OCTUBRE	
MIERCOLES 14 OCTUBRE	
JUEVES 15 OCTUBRE	
VIERNES 16 OCTUBRE	
SABADO 17 OCTUBRE	
<i>otras pruebas</i>	
ARA	XXIII DUATLÓN CROS T.MAYENCOS- JACA
DOMINGO 18 OCTUBRE	
Semana 43ª	
Del 19 al 25 de Octubre 2020	
LUNES 19 OCTUBRE	
MARTES 20 OCTUBRE	
MIERCOLES 21 OCTUBRE	
JUEVES 22 OCTUBRE	
VIERNES 23 OCTUBRE	
SABADO 24 OCTUBRE	
<i>pruebas importantes</i>	
CLE	CAMPEONATO DE ESPAÑA DE DUATLÓN- SORIA
<i>otras pruebas</i>	
MAD	TRIA TLÓN CASA CAMPO
DOMINGO 25 OCTUBRE	
<i>pruebas importantes</i>	
CLE	CAMPEONATO DE ESPAÑA DE DUATLÓN MEDIA DISTANCIA- ALMAZAN
<i>pruebas interesantes</i>	
BAL	COPA DE ESPAÑA DE TRIATLÓN MD/LD- IBIZA
<i>otras pruebas</i>	
ARA	XIII DUATLÓN CROS CIUDAD DE ALCANIZ
MAD	TRIA TLÓN CASA CAMPO
Semana 44ª	
Del 26 de Octubre al 1 Noviembre 2020	
LUNES 26 OCTUBRE	
MARTES 27 OCTUBRE	
MIERCOLES 28 OCTUBRE	
JUEVES 29 OCTUBRE	
VIERNES 30 OCTUBRE	
SABADO 31 OCTUBRE	
DOMINGO 1 NOVIEMBRE	
<i>pruebas interesantes</i>	
AND	COPA DE ESPAÑA DE TRIATLÓN MD/LD- SEVILLA

MASCARILLAS TRIATLÓN REAL CANOE

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.



Calle del Pez Volador, 30
Madrid

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