

TRIATLÓN

Real Canoe N.C.



BOLETÍN INFORMATIVO
Semana 42- 12 Octubre 2020

CAMBIO DEL CALENDARIO DE PRUEBAS

- La Federación Madrileña “retrasa” algunas pruebas aunque con la posibilidad que en algún momento se suspendan definitivamente.
- La FETRI está en el mismo camino y las cosas son difíciles de organizar. Así que si os interesa alguna prueba seguir viendo el planing para ver qué puede pasar aún
- Nosotros os ponemos un RANKING, un reto para las tres semanas de octubre en la modalidad de 100 metros libres y con premios. ¿Te atreves a valorar tus 100 metros?
- Pues seguimos...

Felipe Gutierrez
triatlon@realcanoe.es

AGENDA A SEGUIR

SI ESTAS INSCRITO EN ALGUNA PRUEBA DINOSLO PARA QUE CONSTE EN LA AGENDA

INVITACIÓN

¿Te gustaría participar en alguna sesión de la Escuela?

Pues invitamos a aquell@s que quieran vivir una o más sesiones con los triatletas de la Escuela.

Ven y disfruta del momento



100 METROS LIBRES PARA TODOS...”LOS QUE QUIERAN”

NATACIÓN 100 M.



Durante lo que queda de mes o sea semanas 42, 43 y 44 haremos un test de **100 metros libres** opcional para el que quiera. Solo tiene que decírmelo en alguna sesión presencial. Pueden hacerlo los del

- **grupo de entrenamiento**
- **los socios federados con el equipo y**
- **los que no entrenan en el club que solo tendrán que avisar el día para concederles el pase a la instalación para hacer la prueba.**

HABRÁ 1 PREMIO (**ROPA DEL CLUB POR VALOR DE 100 EUROS**) PARA EL PRIMER HOMBRE Y LA PRIMERA MUJER. Y HABRÁ UN PREMIO ESPECIAL DE LA MISMA CANTIDAD POR SORTEO PARA ALGUIEN QUE HAYA PARTICIPADO, EL PREMIO.

RANKING OCTUBRE 100 METROS LIBRES**masculino**

Quieres formar parte de este ranking que acaba el 31 de octubre

femenino

Quieres formar parte de este ranking que acaba el 31 de octubre

Semana 42^a**Del 12 al 18 Octubre 2020****LUNES 12 OCTUBRE**

x

MARTES 13 OCTUBRE6'45- Natación Grupo Entrenamiento RC
13'45- Natación Grupo Entrenamiento RC
19'00- Carrera Grupo Entrenamiento RC**MIERCOLES 14 OCTUBRE**6'45- Natación Grupo Entrenamiento RC
13'45- Natación Grupo Entrenamiento RC
17'00- Natación Entrenamiento Escuela (9)**JUEVES 15 OCTUBRE**6'45- Natación Grupo Entrenamiento RC
13'45- Natación Grupo Entrenamiento RC
17'00- Carrera Entrenamiento Escuela (10)
19'00- Carrera Retiro Grupo Entrenamiento RC**VIERNES 16 OCTUBRE**6'45- Natación Grupo Entrenamiento RC
13'45- Natación Grupo Entrenamiento RC
17'00- Natación Entrenamiento Escuela (11)**SABADO 17 Octubre**

9'00- Ciclismo+Carrera Entrenamiento Escuela en el Retiro (12)

Pruebas importantes- **Copa del Rey de Triatlón y Copa de la Reina de Triatlón - Roquetas de Mar****DOMINGO 18 Octubre****Pruebas Importantes**- **Campeonato de España de Triatlón por Relevos - Roquetas de Mar****Semana 43^a****Del 19 al 25 Octubre 2020****LUNES 19 OCTUBRE**

x

MARTES 20 OCTUBRE6'45- Natación Grupo Entrenamiento RC
13'45- Natación Grupo Entrenamiento RC
19'00- Carrera Grupo Entrenamiento RC**MIERCOLES 21 OCTUBRE**6'45- Natación Grupo Entrenamiento RC
13'45- Natación Grupo Entrenamiento RC
17'00- Natación Entrenamiento Escuela (13)**JUEVES 22 OCTUBRE**6'45- Natación Grupo Entrenamiento RC
13'45- Natación Grupo Entrenamiento RC
17'00- Carrera Entrenamiento Escuela (14)
19'00- Carrera Retiro Grupo Entrenamiento RC**VIERNES 23 OCTUBRE**6'45- Natación Grupo Entrenamiento RC
13'45- Natación Grupo Entrenamiento RC
17'00- Natación Entrenamiento Escuela (15)**SABADO 24 OCTUBRE**

9'00- Ciclismo+Carrera Entrenamiento Escuela en el Retiro (16)

Pruebas Importantes- **Campeonato de España de Duatlón - Soria**

DOMINGO 25 OCTUBRE	
Pruebas Importantes	
- Campeonato de España de Duatlón de Media Distancia, GG.EE. Estándar y ParaTriatlón - Soria	
Semana 44^a	
Del 26 Octubre al 1 Noviembre 2020	
LUNES 26 OCTUBRE	
c	
MARTES 27 OCTUBRE	
6'45- Natación Grupo Entrenamiento RC 13'45- Natación Grupo Entrenamiento RC 19'00- Carrera Grupo Entrenamiento RC	
MIÉRCOLES 28 OCTUBRE	
6'45- Natación Grupo Entrenamiento RC 13'45- Natación Grupo Entrenamiento RC 17'00- Natación Entrenamiento Escuela (17)	
JUEVES 29 OCTUBRE	
6'45- Natación Grupo Entrenamiento RC 13'45- Natación Grupo Entrenamiento RC 17'00- Carrera Entrenamiento Escuela (18) 19'00- Carrera Retiro Grupo Entrenamiento RC	
VIERNES 30 OCTUBRE	
6'45- Natación Grupo Entrenamiento RC 13'45- Natación Grupo Entrenamiento RC 17'00- Natación Entrenamiento Escuela (19)	
SABADO 31 OCTUBRE	
9'00- Ciclismo+Carrera Entrenamiento Escuela en el Retiro (20)	
Pruebas Importantes	
- Copa de España Triatlón MD y LD - Half Triatlón de Sevilla	
DOMINGO 1 NOVIEMBRE	
...otras pruebas	
Tri Half y Short Madrid	
Semana 45^a	
Del 2 al 8 Noviembre 2020	
LUNES 2 NOVIEMBRE	
x	
MARTES 3 NOVIEMBRE	
6'45- Natación Grupo Entrenamiento RC 13'45- Natación Grupo Entrenamiento RC 19'00- Carrera Grupo Entrenamiento RC	
MIÉRCOLES 4 NOVIEMBRE	
6'45- Natación Grupo Entrenamiento RC 13'45- Natación Grupo Entrenamiento RC 17'00- Natación Entrenamiento Escuela (21)	
JUEVES 5 NOVIEMBRE	
6'45- Natación Grupo Entrenamiento RC 13'45- Natación Grupo Entrenamiento RC 17'00- Carrera Entrenamiento Escuela (22) 19'00- Carrera Retiro Grupo Entrenamiento RC	
VIERNES 6 NOVIEMBRE	
6'45- Natación Grupo Entrenamiento RC 13'45- Natación Grupo Entrenamiento RC 17'00- Natación Entrenamiento Escuela (23)	
SABADO 7 NOVIEMBRE	
9'00- Ciclismo+Carrera Entrenamiento Escuela en el Retiro (24)	
DOMINGO 8 NOVIEMBRE	
Pruebas Interesantes	
- Ecodumad- Cto Madrid Duatlón Contrarreloj por equipos	
Semana 46^a	
Del 9 al 15 Noviembre 2020	
LUNES 9 NOVIEMBRE	
x	
MARTES 10 NOVIEMBRE	

6'45- Natación Grupo Entrenamiento RC 13'45- Natación Grupo Entrenamiento RC 19'00- Carrera Grupo Entrenamiento RC
MIERCOLES 11 NOVIEMBRE
6'45- Natación Grupo Entrenamiento RC 13'45- Natación Grupo Entrenamiento RC 17'00- Natación Entrenamiento Escuela (25)
JUEVES 12 NOVIEMBRE
6'45- Natación Grupo Entrenamiento RC 13'45- Natación Grupo Entrenamiento RC 17'00- Carrera Entrenamiento Escuela (26) 19'00- Carrera Retiro Grupo Entrenamiento RC
VIERNES 13 NOVIEMBRE
6'45- Natación Grupo Entrenamiento RC 13'45- Natación Grupo Entrenamiento RC 17'00- Natación Entrenamiento Escuela (27)
SABADO 14 NOVIEMBRE
9'00- Ciclismo+Carrera Entrenamiento Escuela en el Retiro (28)
Pruebas Importantes
- Campeonato de España Duatlón Contrarreloj por equipos- Avilés
otras Pruebas
- Duatlón Popular Liberbank- Avilés
DOMINGO 15 NOVIEMBRE
Pruebas Importantes
- Campeonato de España Duatlón por Relevos - Avilés
Otras pruebas
- Duatlón de Valdebebas
Semana 47ª
Del 16 al 22 Noviembre 2020
LUNES 16 NOVIEMBRE
x
MARTES 17 NOVIEMBRE
6'45- Natación Grupo Entrenamiento RC 13'45- Natación Grupo Entrenamiento RC 19'00- Carrera Grupo Entrenamiento RC
MIERCOLES 18 NOVIEMBRE
6'45- Natación Grupo Entrenamiento RC 13'45- Natación Grupo Entrenamiento RC 17'00- Natación Entrenamiento Escuela (29)
JUEVES 19 NOVIEMBRE
6'45- Natación Grupo Entrenamiento RC 13'45- Natación Grupo Entrenamiento RC 17'00- Carrera Entrenamiento Escuela (30) 19'00- Carrera Retiro Grupo Entrenamiento RC
VIERNES 20 NOVIEMBRE
6'45- Natación Grupo Entrenamiento RC 13'45- Natación Grupo Entrenamiento RC 17'00- Natación Entrenamiento Escuela (31)
SABADO 21 NOVIEMBRE
9'00- Ciclismo+Carrera Entrenamiento Escuela en el Retiro (32)
DOMINGO 22 NOVIEMBRE
Pruebas Interesantes
- Duatlón Villa de Madrid - Campeonato de Madrid de Duatlón Corto - Celina Sanchez
Otras Pruebas
- DuCros Madrid - Diego Argüello
Semana 48ª
Del 23 al 29 Noviembre 2020
LUNES 23 NOVIEMBRE
x
MARTES 24 NOVIEMBRE

6´45- Natación Grupo Entrenamiento RC 13´45- Natación Grupo Entrenamiento RC 19´00- Carrera Grupo Entrenamiento RC
MIERCOLES 25 NOVIEMBRE
6´45- Natación Grupo Entrenamiento RC 13´45- Natación Grupo Entrenamiento RC 17´00- Natación Entrenamiento Escuela (29)
JUEVES 26 NOVIEMBRE
6´45- Natación Grupo Entrenamiento RC 13´45- Natación Grupo Entrenamiento RC 17´00- Carrera Entrenamiento Escuela (30) 19´00- Carrera Retiro Grupo Entrenamiento RC
VIERNES 27 NOVIEMBRE
6´45- Natación Grupo Entrenamiento RC 13´45- Natación Grupo Entrenamiento RC 17´00- Natación Entrenamiento Escuela (31)
SABADO 28 NOVIEMBRE
9´00- Ciclismo+Carrera Entrenamiento Escuela en el Retiro (32)
DOMINGO 29 NOVIEMBRE
Pruebas Interesantes
- Duatlón Villa de Madrid - Campeonato de Madrid de Duatlón Corto - Celina Sanchez
Otras Pruebas
- Duatlón Villa de Madrid-Sprint - David Garcia - Fernando Vicente



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

