



Groupes Adultes 2026 / 2027

300 licenciés en 2026

Un accueil pour tous : compétitions, loisirs, dirigeants,
entraîneurs, arbitres bénévoles

Triathlon, Swim Run et Natation



La Région
Auvergne-Rhône-Alpes



PLANNING HEBDOMADAIRE DES ENTRAÎNEMENTS

Planning prévisionnel pouvant être modifié à la rentrée 2026/2027

JOUR	DISCIPLINE	HORAIRE	LIEU	GROUPE
LUNDI	Natation	7h10 – 8h15	Piscine J Pommier	Tous
	Natation	12h – 13h30	Piscine J.Pommier	1 – 2 – 3 – 4
	Natation	20h – 21h30	Piscine C.Muffat	1- 2 - 3 - 4 - 5
MARDI	Natation	12h – 13h30	Piscine C.Muffat	1 – 2 – 3 – 4
	Natation	20h – 21h30	Piscine J.Pommier	3 – 4 - 5
	Course à pied	18h30 – 20h	Stade Pompidou	Tous
MERCREDI	Natation	12h – 13h	Piscine J.Pommier	1 – 2 – 3 – 4
	Natation	19h00 – 20h00	Piscine J.Pommier	4 – 5 – 6
JEUDI	Course à pied	18h30 – 20h	Stade Pompidou	Tous
	Ench C��p/Nat	19h00 – 19h45	Stade C Besson	3 �� 6
	Natation	20h – 21h00	Piscine J Pommier	3 �� 6
VENDREDI	Natation	7h – 8h15	Piscine C.Muffat	1 – 2 – 3 – 4 – 5
	Natation	12h – 13h30	Piscine J.Pommier	1 – 2 – 3 – 4
	Natation	16h15 – 17h15	Piscine J.Pommier	Tous
SAMEDI	Natation	8h – 9h	Piscine J. Pommier	Tous
	Enchaînements ou course �� pied ou vélo selon période			
DIMANCHE	VTT ou vélo selon période			

Ce planning d'entraînement est celui des périodes dites « scolaires ».

Des entraînements sont maintenus à chaque vacances scolaires : les lieux et horaires peuvent varier.

TEMPS FORTS DE LA SAISON

Planning prévisionnel

Octobre/Novembre : Commande des tenues club

Novembre : Organisation du Trail de la Raye

Décembre : Organisation du Trail Nocturne de Noël

Avril : Assemblée Générale

Avril – Mai : stage vélo ou triathlon

Adultes - Groupes 1 à 4

Compétitions / Entraînements

Catégories : séniors et vétérans / Femmes et Hommes

Le niveau du groupe est déterminé par le niveau « natation » :

Groupe 1 : maîtrise des 4n et – de 6'00 au 400m NL

Groupe 2 : maîtrise des 4n et – de 6'45 au 400m NL

Groupe 3 : maîtrise de 3n et – de 7'15 au 400m NL

Groupe 4 : maîtrise du CR et – de 8'30 au 400m NL

1 à 3 entraînements natation / semaine.

Course à pied et vélo.

Stage club, séances occasionnelles en VTT, trail, ski de fond, vélo, enchaînements, test VMA.

Adultes - Groupes 5 et 6

Initiation compétition / loisir / apprentissage natation

Catégories : séniors et vétérans / Femmes et Hommes

Le niveau du groupe est déterminé par le niveau « natation » :

Groupe 5 : maîtrise du CR

Groupe 6 : apprentissage du CR

1 à 2 entraînements natation / semaine.

Course à pied et vélo.

Stage club, séances occasionnelles en VTT, trail, ski de fond, vélo, enchaînements, test VMA.



Tarifs Saison 2026 - 2027

INSCRIPTIONS		
Ecole de triathlon – Licence Jeune	260 €	Valable à l'année
Ecole de Triathlon et Natation - Licence Jeune	320 €	Valable à l'année
Section Adulte – Licence compétition triathlon	260 €	Valable à l'année
Section Adulte – Licence « loisir » triathlon	230 €	Valable à l'année
Section Adulte – Licence compétition triathlon et natation	320 €	Valable à l'année
Section Adulte – Pass Club (essai)	Gratuit	Valable 1 mois

Toutes ces formules d'inscriptions sont couvertes par une assurance fédérale (FFTRI et / ou FFN).

Réduction de 10€ par licence, cumulée, par foyer : 1^{ère} personne tarif plein, 2^{ème} personne tarif plein moins 10€, 3^{ème} personne tarif plein moins 20€ etc...

L'inscription au club ayant un caractère volontariste, aucun remboursement ne saurait être exigé en cas d'abandon.

Les lieux et horaires d'entraînement peuvent être modifiés pendant les vacances scolaires.

Valence Triathlon

Maison de la vie associative – 74 route de Montélier -
26000 Valence

Courriel : contact@valence-triathlon.com
Site internet : www.valence-triathlon.com

