

** LOS GRUPOS DE TRABAJO NO ESTÁN HECHOS EN FUNCIÓN DE LAS CATEGORIAS DE LA FTCV, SEGUIMOS NUESTRA RUTINA DE TRABAJO EN FUNCIÓN DE LA EDAD ESCOLAR.

TRI TRAIL	GRUPO	
	PREBENJAMIN 2014/2015	1º CICLO PRIMARIA

HORARIOS						
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
SESIONES						
ATLETISMO-CICLISMO + NATACION	ATLETISMO-CICLISMO			ATLETISMO-CICLISMO + NATACION		
CORRER O BICICLETA	CORRER O BICICLETA			CORRER O BICICLETA		
17:30 - 18:30 1HR PREBENJAMIN UJI	17:30 - 18:30 1HR PREBENJAMIN UJI			17:30 - 18:30 1HR PREBENJAMIN UJI		
NADAR				NADAR		
18:30 - 19:30 1HR PREBENJAMIN UJI				18:30 - 19:30 1HR PREBENJAMIN UJI		

PREBENJAMIN	NATACION 1 SESION	ATLETISMO 1 SESION	CICLISMO 1 SESION	SECO X
--------------------	-----------------------------	------------------------------	-----------------------------	------------------

TRI TRAIL	GRUPO	
	BENJAMIN 2012/2013	2º CICLO PRIMARIA

HORARIOS						
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
SESIONES						
CICLISMO	CICLISMO	ATLETISMO + NATACION	ATLETISMO + NATACION	NATACION + SECO		
BICICLETA	BICICLETA	CORRER	CORRER	NADAR + SECO		
17:30 - 18:45 1HR15' BENJAMIN Grupo A UJI	17:30 - 18:45 1HR15' BENJAMIN Grupo B UJI	17:30 - 18:30 1HR BENJAMIN Grupo A UJI	17:30 - 18:30 1HR BENJAMIN Grupo B UJI	17:30 - 19:00 1HR30' BENJAMIN Grupo A-B UJI		
		NADAR	NADAR			
		18:30 - 19:30 1HR BENJAMIN Grupo A UJI	18:30 - 19:30 1HR BENJAMIN Grupo B UJI			

BENJAMIN	NATACION 2 SESIONES	ATLETISMO 1 SESION	CICLISMO 1 SESION	SECO 1 SESION
-----------------	-------------------------------	------------------------------	-----------------------------	-------------------------

TRI TRAIL	GRUPO	
	ALEVIN 2010/2011	3º CICLO PRIMARIA

HORARIOS						
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
SESIONES						
CICLISMO	CICLISMO	NATACION + ATLETISMO	ATLETISMO + NATACION	NATACION + SECO		
BICICLETA	BICICLETA	NADAR O CORRER	CORRER	NADAR + SECO		
17:30 - 18:45 1HR15' ALEVIN Grupo A UJI	17:30 - 18:45 1HR15' ALEVIN Grupo B UJI	17:30 - 18:30 1HR ALEVIN Grupo A UJI	17:30 - 18:30 1HR ALEVIN Grupo A UJI	17:30 - 19:00 1HR30' ALEVIN Grupo A-B UJI		
		CORRER	NADAR			
		18:30 - 19:30 1HR ALEVIN Grupo B UJI	18:30 - 19:30 1HR ALEVIN Grupo B UJI			

ALEVIN	NATACION 2 SESIONES	ATLETISMO 1 SESION	CICLISMO 1 SESION	SECO 1 SESION
---------------	-------------------------------	------------------------------	-----------------------------	-------------------------



GRUPO	
INFANTIL 2008/2009	1º Y 2º ESO

HORARIOS						
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
SESIONES						
SECO + NATACION	SECO + NATACION / ATLETISMO	SECO + NATACION / CICLISMO / TRAIL	CICLISMO / ATLETISMO / NATACION	SECO + NATACION / TRAIL		CICLISMO
SECO + NADAR	SECO + NATACION	SECO + NADAR	BICICLETA - TRANSICIONES	SECO + NADAR		
16:00 - 17:30 1HR30' ** INFANTIL UJI	17:00 - 18:30 1HR30' ** INFANTIL UJI	16:00 - 17:30 1HR ** INFANTIL UJI	17:00 - 18:30 1HR30' INFANTIL UJI	16:00 - 17:30 1HR30' ** INFANTIL UJI		RUTA INICIACION 1HR30' INFANTIL Horario por determinar
SECO + NADAR	CORRER	BICICLETA - TRANSICIONES	CORRER	TRAIL		
17:00 - 18:30 1HR30' ** INFANTIL UJI	18:00 - 19:30 1HR30' INFANTIL UJI	16:30 - 18:00 1HR30' INFANTIL UJI	18:00 - 19:30 1HR30' INFANTIL UJI	16:00 - 17:30 1HR30' INFANTIL HOSPITAL MAGDALENA		
		TRAIL	NADAR			
		17:30 - 19:00 1HR30' INFANTIL UJI	19:30 - 20:30 1HR ** INFANTIL UJI			

INFANTIL	NATACION 3 SESIONES	ATLETISMO 2 SESIONES	CICLISMO 2 SESIONES	SECO 2 SESIONES
----------	------------------------	-------------------------	------------------------	--------------------

** Mínimo 8 personas para poder realizar la actividad de Natación.



GRUPO		GRUPO	
CADETE 2006/2007	3º Y 4º ESO	JUVENIL 2004/2005	1º Y 2º BACHILLER

HORARIOS						
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
SESIONES						
ATLETISMO + NATACION	SECO + NATACION	NATACION + CICLISMO	ATLETISMO + NATACION	NATACION + FUERZA + ATLETISMO		CICLISMO
CORRER	SECO + NADAR	NADAR	CORRER	NADAR		BICICLETA
18:00 - 19:30 1HR30' CADETE + JUVENIL PISTAS GAETA	16:00 - 17:30 1HR30' CADETE + JUVENIL PISCINA OLIMPICA	6:30 - 7:30 1HR CADETE + JUVENIL PISCINA OLIMPICA	18:00 - 19:30 1HR30' CADETE + JUVENIL UJI	16:00 - 17:30 1HR30' CADETE + JUVENIL PISCINA OLIMPICA		RUTA INICIACION 1HR30' CADETE Horario por determinar
NADAR		BICICLETA - TRANSICIONES	NADAR	GIM + CORRER		BICICLETA
20:00 - 21:00 1HR CADETE + JUVENIL PISCINA OLIMPICA		18:00 - 19:30 1HR30' CADETE + JUVENIL PARQUE CICLISTA	19:30 - 20:30 1HR CADETE + JUVENIL UJI	17:30 - 19:00 1HR30' CADETE + JUVENIL PISCINA OLIMPICA + PARQUE		RUTA 2HR CADETE + JUVENIL Horario por determinar

CADETE + JUVENIL	NATACION 4 SESIONES	ATLETISMO 3 SESIONES	CICLISMO 2 SESIONES	FUERZA 2 SESIONES
------------------	------------------------	-------------------------	------------------------	----------------------



GRUPO
JUNIOR ABSOLUTO

HORARIOS						
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
SESIONES						
FUERZA + NATACION	ATLETISMO + NATACION	FUERZA + NATACION	ATLETISMO + NATACION	NATACION		CICLISMO
FUNCIONAL	CORRER	NADAR	CORRER	NADAR		BICICLETA
18:30 - 19:30 1HR JUNIOR + ABSOLUTO UJI	19:00 - 20:30 1HR30' JUNIOR + ABSOLUTO PISTAS GAETA	6:30 - 7:30 1HR JUNIOR + ABSOLUTO PISCINA OLIMPICA	19:00 - 20:30 1HR30' JUNIOR + ABSOLUTO PISTAS GAETA	16:00 - 17:30 1HR30' JUNIOR + ABSOLUTO PISCINA OLIMPICA		RUTA 2HR JUNIOR + ABSOLUTO Horario por determinar
NADAR	NADAR	FUNCIONAL	NADAR			
20:00 - 21:00 1HR JUNIOR + ABSOLUTO PISCINA OLIMPICA	21:00 - 22:00 1HR JUNIOR + ABSOLUTO PISCINA OLIMPICA	19:00 - 20:00 1HR JUNIOR + ABSOLUTO UJI	21:00 - 22:00 1HR JUNIOR + ABSOLUTO PISCINA OLIMPICA			

JUNIOR + ABSOLUTO	NATACION 2/3 SESIONES	ATLETISMO 2 SESIONES	CICLISMO 1 SESIÓN	FUERZA 2 SESIONES
-------------------	--------------------------	-------------------------	----------------------	----------------------