

GRUPOS Y HORARIOS DE ENTRENAMIENTO DE LA “ESCUELA TRIATLÓN DIABLILLOS DE RIVAS” 2009/2010:

Benjamines (00-01) +

Prebenjamines (02-posteriores):

ENTRENADOR: SERGIO DE SANTOS: 636.64.45.19

(de_santos_sergio@hotmail.com)

	<u>LUNES</u>	MIERCOLES	VIERNES
NATACIÓN			16:50h – 17:35h
BICI		17:00h - 18:00h	
CARRERA	17:00h - 18:00h		

Alevines (98-99):

ENTRENADOR: OSCAR LADO: 669.20.91.88

(oscartri@hotmail.com)

	<u>LUNES</u>	MARTES	MIERCOLES	JUEVES
NATACIÓN	16:50h - 18:10h		16:50h - 18:10h	
BICI				17:00h - 18:00h
CARRERA		17:00h - 18:00h		

Infantiles (96-97):

ENTRENADOR: MARCOS CHAMIZO: 625.62.57.01

(marcos_chami@hotmail.com)

	<u>LUNES</u>	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
NATACIÓN		16:50h - 18:10h		16:50h - 18:10h	16:00h – 17:00h
BICI			17:00h - 18:00h		
CARRERA	17:00h - 18:00h				

GRUPOS Y HORARIOS DE ENTRENAMIENTO DEL “CLUB TRIATLÓN DIABLILLOS DE RIVAS” 2009/2010:

Desde Cadetes (94-95) en adelante, sin

límites de edad:

ENTRENADORES:

Daniel Puerta: 646.63.33.60 (triatlondani@hotmail.com)

Sergio de Torres: 615.87.82.16 (detorressergio@hotmail.com)

Oscar Lado: 669.20.91.88 (oscartri@homail.com)

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
NATACIÓN	Cadetes: 21:20h Adultos: 22:00h	Cadetes: 21:20h Adultos: 22:00h	Cadetes: 21:20h Adultos: 22:00h	Cadetes: 21:20h Adultos: 22:00h	Todos: 21:00h		
BICI			16:00h		16:00h		10:00h
CARRERA		20:15h		20:15h		12h	

Director Técnico: Daniel Puerta.

Horarios de los entrenamientos que se hacen en grupo:

- **Carrera:**
 - Martes y Jueves: a las 20:15 h en el aparcamiento del Polideportivo Cerro del Telégrafo.
- **Ciclismo:**
 - De Octubre a Marzo:
 - Domingos: a las 10:00h en el C. P. Los Almendros
 - Viernes: Spining a las 19:30h en el Polideportivo Parque del Sureste.
 - De Enero a Septiembre:
 - Miércoles y Viernes: a las 16:00h
 - Domingos a las 10:00h en el C. P. Los Almendros.
- **Natación:**
 - En la piscina del Polideportivo Cerro del Telégrafo de Lunes a Viernes.

Si quieres ser un diablillo más pero no puedes venir a entrenar con nosotros, también puedes pertenecer al equipo sin pagar ninguna cuota además de la licencia federativa. Si quieres más información contacta con Rubén Barquero en rbarquero@gmail.com

- ***El Polideportivo Cerro del Telégrafo está entrando por la primera salida de la Ctra. Valencia. (Rivas Oeste)***
- ***El C. P. De Los Almendros está al final de la Avda. de Los Almendros, que es la Avda que se sigue al entrar en Rivas por la primera salida de la Ctra. De Valencia.***
- ***Puedes probar nuestro club, sin pagar nada, unas semanas, hasta que estés convencido de que te interesa.***
- ***Tenemos bicicletas de carretera para ceder a los triatletas que lo necesiten.***
- ***Hacemos actividades complementarias, durante la temporada, como son el viaje de fin de semana a la nieve (ski de fondo), y una concentración de club en el puente de mayo...***
- ***Todos los componentes del Club se pueden beneficiar de los descuentos que tenemos en la ropa.***
- ***En las pruebas oficiales nacionales y del circuito Madrileño os gestionamos las inscripciones. También Inscripciones "on line" en nuestra pagina WEB***

www.diablillosderivas.org

INFORMACIÓN DE CONTACTO CON EL CLUB

Entrenador del Club y Coordinador/Responsable Categorías Menores:

Daniel Puerta Morante.
Tlf: 646.63.33.60
Email: **triatlondani@hotmail.com**

Entrenador categoría Infantil (años 96-97):

Marcos Chamizo Llamas
Tlf: 625.62.57.01
Email: **marcos_chami@hotmail.com**

Entrenador categoría Alevín (año 94-95):

Oscar Lado Fernández
Tlf: 669.20.91.88
Email: **oscartri@hotmail.com**

Entrenador categoría Benjamín y Pre-Benjamín (año 00-01 y en adelante):

Sergio de Santos Medina
Tlf: 636.64.45.19
Email: **de_santos_sergio@hotmail.com**

Para consultas sobre recibos:

Esther Barquero Rivas
Tlf: 649.68.41.77
Email: **estherirene@hotmail.com**

Presidente:

Rubén Barquero Rivas
Tlf: 669.697.758
Email: **rbarquero@gmail.com**