

CUS PARMA TRIATHLON

Attività giovanile
2025/26



MINICUCCIOLI (nati nel 2020-2019) e CUCCIOLI (nati nel 2018-2017)

Tecnici di riferimento: Angelo Boscia, Yazmina Herguido Sifre

OPZIONE 1: BICI-CORSA

BICI-CORSA: Martedì h. 17.00-18.30 c/o Pista Atletica Campus oppure Palalottici (al chiuso, solo in inverno).

I nati del 2017, previo accordo con il tecnico, potranno partecipare anche all'allenamento BICI-CORSA del Giovedì assieme alla cat. Esordienti. Per chi sceglie questa opzione la quota di iscrizione sarà equiparata alla categoria ESORDIENTI. (v. slide successiva).

- L'attività inizia il 15 settembre 2025 e proseguirà fino a giugno 2026.
- Quota: 250,00 euro
- Le iscrizioni apriranno il 1 SETTEMBRE e termineranno raggiunto il numero massimo di iscritti. La quota deve essere pagata c/o Segreteria CUS Parma (Lun-Ven 10.30-18.30) oppure tramite bonifico e inviando la modulistica via mail seguendo le istruzioni riportate qui: <https://cusparma.it/sezioni-sportive/triathlon/tesseramento/> (KIDS 2020-2007)
- È obbligatorio il Certificato Medico Non Agonistico (Libretto Verde). Agli allenamenti bisogna presentarsi con casco, MTB e abbigliamento adatto al clima.

OPZIONE 2: BICI-CORSA (+NUOTO)

BICI-CORSA: Martedì h. 17.00-18.30 c/o Pista Atletica Campus oppure Palalottici (al chiuso, solo in inverno).

L'attività BICI-CORSA inizia il 15 settembre 2025 e proseguirà fino a luglio 2026.

NUOTO: corso mono o bi-settimanale. Lezioni da 45' a scelta da Lunedì a Venerdì 16.00 -19.00 , Sabato 09.00-16.00 , Domenica 10.00-11.30c/o Piscina E.Negri.

- L'attività NUOTO è trimestrale (1° periodo: 8 settembre - 23 dicembre) e può essere MONOSETTIMANALE o BISETTIMANALE. La quota varia in base a giorni e orari scelti (a partire da 524 euro complessivi per tre trimestri in base al giorno scelto). Essendo l'attività NUOTO gestita dalla società SPORTCENTER, la quota NUOTO deve essere pagata presso la piscina E.Negri. Per ulteriori info: www.sportcenterparma.it

NOTA: Chi ha già esperienza di nuoto può richiedere ad Alberto Giampietri (CUS PARMA) l'iscrizione all'attività preagonistica "NUOVE LEVE", che prevede due allenamenti settimanali da 1h30' in giorni non consecutivi, tra lunedì e venerdì (fascia oraria 17:00 - 19:00) e sabato (fascia oraria 11:00-12:30). Per iscriversi è necessario effettuare una prova per verificare il livello di ingresso dell'atleta. L'inizio attività sarà il 29 settembre. Costo 812,00 euro.

- Quota BICI -CORSA: 200,00 euro. Le iscrizioni apriranno il 1 SETTEMBRE e termineranno raggiunto il numero massimo di iscritti. La quota BICI-CORSA è da pagare c/o Segreteria CUS Parma (Lun-Ven 10.30-18.30) oppure tramite bonifico e inviando la modulistica via mail seguendo le istruzioni riportate qui: <https://cusparma.it/sezioni-sportive/triathlon/tesseramento/> (KIDS 2020-2007). **IMPORTANTE: PRIMA DI PAGARE LA QUOTA BICI-CORSA OCCORRE AVERE GIÀ PAGATO LA QUOTA NUOTO.**
- È obbligatorio il Certificato Medico Non Agonistico (Libretto Verde) dal compimento dei 6 anni. Agli allenamenti BICI-CORSA bisogna presentarsi con casco, MTB e abbigliamento adatto al clima.



ESORDIENTI (nati nel 2016-2015)

Tecnico di riferimento: Veronica Grenti

OPZIONE 1: BICI-CORSA

CORSA: Martedì h. 17.00-18.30 c/o Pista Atletica Campus oppure Palalottici (al chiuso, solo in inverno)

BICI: Giovedì h. 17.00-18.30 c/o Bike Arena Campus (a fianco della pista di atletica).

- L'attività inizia dal 15 settembre 2025 e prosegue fino a luglio 2026. Eventuali allenamenti estivi sono compresi nella quota.
- Quota: 400,00 euro
- Le iscrizioni apriranno il 1 SETTEMBRE e termineranno raggiunto il numero massimo di iscritti. La quota deve essere pagata c/o Segreteria CUS Parma (Lun-Ven 10.30-18.30) oppure tramite bonifico e inviando la modulistica via mail seguendo le istruzioni riportate qui: <https://cusparma.it/sezioni-sportive/triathlon/tesseramento/> (KIDS 2020-2007)
- È obbligatorio il Certificato Medico Non Agonistico (Libretto Verde). Agli allenamenti bisogna presentarsi con casco, MTB e abbigliamento adatto al clima.

OPZIONE 2: BICI-CORSA (+NUOTO)

CORSA: Martedì h. 17.00-18.30 c/o Pista Atletica Campus oppure Palalottici (al chiuso, solo in inverno)

BICI: Giovedì h. 17.00-18.30 c/o Bike Arena Campus (a fianco della pista di atletica).

NUOTO: Due giorni a scelta tra Lunedì, Mercoledì e Venerdì h. 17.00-18.45 c/o Piscina E.Negri.

- L'attività inizia dal 1 settembre (corsa e bici dal 15 settembre) e prosegue fino a luglio 2026. Eventuali allenamenti estivi BICI-CORSA sono compresi nella quota.
- Quota: 330,00 euro + 770,00 euro + 15,00 euro Tesseramento FIN
- Le iscrizioni apriranno il 1 SETTEMBRE e termineranno raggiunto il numero massimo di iscritti. La quota BICI-CORSA (330,00 euro) deve essere pagata c/o Segreteria CUS Parma (Lun-Ven 10.30-18.30) oppure tramite bonifico e inviando la modulistica via mail seguendo le istruzioni riportate qui: <https://cusparma.it/sezioni-sportive/triathlon/tesseramento/> (KIDS 2019-2006). La quota NUOTO (770,00 + 15,00 euro) deve essere pagata c/o Piscina E.Negri. **IMPORTANTE: PRIMA DI PAGARE LA QUOTA BICI-CORSA OCCORRE AVERE GIÀ PAGATO LA QUOTA NUOTO.**
- È obbligatorio il Certificato Medico Non Agonistico (Libretto Verde). Agli allenamenti BICI-CORSA bisogna presentarsi con casco, MTB e abbigliamento adatto al clima.



RAGAZZI (nati nel 2014-2013)

Tecnici di riferimento: Sara Favilli, Corrado Morini

OPZIONE 1: BICI-CORSA

CORSA: Lunedì e Mercoledì h. 18.00-19.30 c/o Pista Atletica Campus o Palalottici (al chiuso, solo in inverno, solo il mercoledì)

BICI: Venerdì h.18.00-19.30 c/o Bike Arena Campus (a fianco della pista di atletica).

- L'attività inizia dal 15 settembre 2025 e prosegue fino a luglio 2026. Eventuali allenamenti estivi sono compresi nella quota.
- Quota: 420,00 euro
- Le iscrizioni apriranno il 1 SETTEMBRE e termineranno raggiunto il numero massimo di iscritti. La quota deve essere pagata c/o Segreteria CUS Parma (Lun-Ven 10.30-18.30) oppure tramite bonifico e inviando la modulistica via mail seguendo le istruzioni riportate qui: <https://cusparma.it/sezioni-sportive/triathlon/tesseramento/>
- È obbligatorio il Certificato Medico Agonistico per TRIATHLON/NUOTO/CICLISMO/ATLETICA LEGGERA. Agli allenamenti BICI bisogna presentarsi con casco, MTB e abbigliamento adatto al clima

OPZIONE 2: BICI-CORSA (+NUOTO)

CORSA: Lunedì e Mercoledì h. 18.00-19.30 c/o Pista Atletica Campus o Palalottici (al chiuso, solo in inverno, solo il mercoledì)

BICI: Venerdì h.18.00-19.30 c/o Bike Arena Campus (a fianco della pista di atletica).

NUOTO: Martedì e Giovedì h. 19.00-20.30 , Sabato h. 14.00-16.30 c/o Piscina E.Negri.

- L'attività inizia dal 1 settembre 2025 (BICI-CORSA dal 15 settembre) e prosegue fino a luglio 2026. Eventuali allenamenti estivi BICI-CORSA sono compresi nella quota.
- Quota: 350,00 euro + 800,00 euro + 15,00 euro Tesseramento FIN
- Le iscrizioni apriranno il 1 SETTEMBRE e termineranno raggiunto il numero massimo di iscritti. La quota BICI-CORSA (350,00 euro) deve essere pagata c/o Segreteria CUS Parma (Lun-Ven 10.30-18.30) oppure tramite bonifico e inviando la modulistica via mail seguendo le istruzioni riportate qui: <https://cusparma.it/sezioni-sportive/triathlon/tesseramento/> . La quota NUOTO (800,00 + 15,00 euro) deve essere pagata c/o Piscina E.Negri. **IMPORTANTE: PRIMA DI PAGARE LA QUOTA BICI-CORSA OCCORRE AVERE GIÀ PAGATO LA QUOTA NUOTO.**
- È obbligatorio il Certificato Medico Agonistico per TRIATHLON/NUOTO/CICLISMO/ATLETICA LEGGERA. Agli allenamenti BICI bisogna presentarsi con casco, MTB e abbigliamento adatto al clima.



YOUTH A (nati nel 2012-2011)

Tecnico di riferimento: Alberto Giampietri

OPZIONE 1: BICI-CORSA

L'attività inizia dal 23 settembre e prosegue fino a settembre 2026.

- Quota: 400,00 euro
- Le iscrizioni apriranno il 2 SETTEMBRE e termineranno raggiunto il numero massimo di iscritti. La quota deve essere pagata c/o Segreteria CUS Parma (Lun-Ven 10.30-18.30) oppure tramite bonifico e inviando la modulistica via mail seguendo le istruzioni riportate qui: <https://cusparma.it/sezioni-sportive/triathlon/tesseramento/>
- È obbligatorio il Certificato Medico Agonistico per TRIATHLON/NUOTO/CICLISMO/ATLETICA LEGGERA. Agli allenamenti BICI bisogna presentarsi con casco, bici da corsa e abbigliamento adatto al clima.

OPZIONE 2: BICI-CORSA (+NUOTO)

- L'attività inizia dal 2 settembre (CORSА-BICI dal 23 settembre) e prosegue fino a settembre 2025.
- Quota: 400,00 euro + 780,00 euro + 15,00 euro Tesseramento FIN
- Le iscrizioni apriranno il 2 SETTEMBRE e termineranno raggiunto il numero massimo di iscritti. La quota BICI-CORSA (400,00 euro) deve essere pagata c/o Segreteria CUS Parma (Lun-Ven 10.30-18.30) oppure tramite bonifico e inviando la modulistica via mail seguendo le istruzioni riportate qui: <https://cusparma.it/sezioni-sportive/triathlon/tesseramento/>. La quota NUOTO (780,00 + 15,00 euro) deve essere pagata c/o Piscina E.Negri. **IMPORTANTE: PRIMA DI PAGARE LA QUOTA BICI-CORSA OCCORRE AVERE GIÀ PAGATO LA QUOTA NUOTO.**
- È obbligatorio il Certificato Medico Agonistico per TRIATHLON/NUOTO/CICLISMO/ATLETICA LEGGERA. Agli allenamenti BICI bisogna presentarsi con casco, bici da corsa e abbigliamento adatto al clima.



PROGRAMMA COMPLETO TRIATHLON YA:

- Lunedì: corsa dalle 14:30 alle 15:15, nuoto* dalle 15:15 alle 16:30. Presso centro sportivo Ercole Negri
 - Martedì: palestra dalle 14:30 alle 15:15, nuoto* dalle 15:15 alle 17:00. Presso centro sportivo Ercole Negri
 - Mercoledì: corsa dalle 18:00 alle 19:45. Presso pista di atletica del campus universitario
 - Giovedì: nuoto* dalle 14:30 alle 17:00. Presso centro sportivo Ercole Negri
 - Venerdì: nuoto* dalle 14:30 alle 16:30. Presso centro sportivo Ercole Negri
 - Sabato: bici su strada dalle 14:30 alle 16:30. Presso ciclodromo di Fognano oppure su strada
 - Domenica: riposo
- *=da non considerarsi per chi sceglie bici/corsa

YOUTH B (nati nel 2010-2009)

Tecnico di riferimento: Alberto Giampietri

OPZIONE 1: BICI-CORSA

- L'attività inizia dal 14 ottobre e prosegue fino al 30 settembre 2026.

- Quota: 460,00 euro
- Le iscrizioni apriranno il 2 SETTEMBRE e termineranno raggiunto il numero massimo di iscritti. La quota deve essere pagata c/o Segreteria CUS Parma (Lun-Ven 10.30-18.30) oppure tramite bonifico e inviando la modulistica via mail seguendo le istruzioni riportate qui: <https://cusparma.it/sezioni-sportive/triathlon/tesseramento/>
- È obbligatorio il Certificato Medico Agonistico per TRIATHLON/NUOTO/CICLISMO/ATLETICA LEGGERA. Agli allenamenti BICI bisogna presentarsi con casco, bici da corsa e abbigliamento adatto al clima.

OPZIONE 2: BICI-CORSA (+NUOTO)

- L'attività inizia dal 2 settembre (CORSА-BICI dal 14 ottobre) e prosegue fino al 30 settembre 2026.
- Quota: 400,00 euro + 780,00 euro + 15,00 euro Tesseramento FIN
- Le iscrizioni apriranno il 2 SETTEMBRE e termineranno raggiunto il numero massimo di iscritti. La quota BICI-CORSA (400,00 euro) deve essere pagata c/o Segreteria CUS Parma (Lun-Ven 10.30-18.30) oppure tramite bonifico e inviando la modulistica via mail seguendo le istruzioni riportate qui: <https://cusparma.it/sezioni-sportive/triathlon/tesseramento/>. La quota NUOTO (780,00 + 15,00 euro) deve essere pagata c/o Piscina E.Negri. **IMPORTANTE: PRIMA DI PAGARE LA QUOTA BICI-CORSA OCCORRE AVERE GIÀ PAGATO LA QUOTA NUOTO.**
- È obbligatorio il Certificato Medico Agonistico per TRIATHLON/NUOTO/CICLISMO/ATLETICA LEGGERA. Agli allenamenti BICI bisogna presentarsi con casco, bici da corsa e abbigliamento adatto al clima.

PROGRAMMA COMPLETO TRIATHLON YB:

- Lunedì: nuoto* dalle 14:30 alle 16:00 presso centro sportivo Ercole Negri, Corsa dalle 18:15 alle 20:00 presso pista di atletica del campus universitario (per chi non riesce a fare entrambi gli allenamenti, è possibile svolgere il programma della categoria YA)
 - Martedì: palestra dalle 14:30 alle 15:15, nuoto* dalle 15:15 alle 17:00. Presso centro sportivo Ercole Negri
 - Mercoledì: bici su strada dalle 14:45 alle 17:00. Ritrovo presso la pista di atletica del campus universitario oppure presso il ciclodromo di Fognano
 - Giovedì: corsa dalle 14:30 alle 15:15, nuoto* dalle 15:15 alle 17:00. Presso il centro sportivo Ercole Negri
 - Venerdì: nuoto* dalle 14:30 alle 16:30. Presso il centro sportivo Ercole Negri
 - Sabato: corsa dalle 14:45 alle 16:45. In cittadella
 - Domenica: Riposo
- *=da non considerarsi per chi sceglie bici/corsa

JUNIOR (nati nel 2008-2007)

Tecnico di riferimento: Alberto Giampietri

OPZIONE 1: BICI-CORSA

L'attività inizia dal 14 ottobre e prosegue fino al 30 settembre 2026.

- Quota: 460,00 euro
- Le iscrizioni apriranno il 2 SETTEMBRE e termineranno raggiunto il numero massimo di iscritti. La quota deve essere pagata c/o Segreteria CUS Parma (Lun-Ven 10.30-18.30) oppure tramite bonifico e inviando la modulistica via mail seguendo le istruzioni riportate qui: <https://cusparma.it/sezioni-sportive/triathlon/tesseramento/>
- È obbligatorio il Certificato Medico Agonistico per TRIATHLON/NUOTO/CICLISMO/ATLETICA LEGGERA. Agli allenamenti BICI bisogna presentarsi con casco, bici da corsa e abbigliamento adatto al clima.

OPZIONE 2: BICI-CORSA (+NUOTO)

- L'attività inizia dal 2 settembre (CORSА-BICI dal 14 ottobre) e prosegue fino al 30 settembre 2026.
- Quota: 400,00 euro + 780,00 euro + 15,00 euro Tesseramento FIN
- Le iscrizioni apriranno il 2 SETTEMBRE e termineranno raggiunto il numero massimo di iscritti. La quota BICI-CORSA (400,00 euro) deve essere pagata c/o Segreteria CUS Parma (Lun-Ven 10.30-18.30) oppure tramite bonifico e inviando la modulistica via mail seguendo le istruzioni riportate qui: <https://cusparma.it/sezioni-sportive/triathlon/tesseramento/>. La quota NUOTO (780,00 + 15,00 euro) deve essere pagata c/o Piscina E.Negri. **IMPORTANTE: PRIMA DI PAGARE LA QUOTA BICI-CORSA OCCORRE AVERE GIÀ PAGATO LA QUOTA NUOTO.**
- È obbligatorio il Certificato Medico Agonistico per TRIATHLON/NUOTO/CICLISMO/ATLETICA LEGGERA. Agli allenamenti BICI bisogna presentarsi con casco, bici da corsa e abbigliamento adatto al clima.



PROGRAMMA COMPLETO TRIATHLON JUNIOR:

- Lunedì: nuoto* dalle 14:30 alle 16:00 presso centro sportivo Ercole Negri, Corsa dalle 18:15 alle 20:00 presso pista di atletica del campus universitario (per chi non riesce a fare entrambi gli allenamenti, è possibile svolgere il programma della categoria YA)
 - Martedì: nuoto* dalle 14:30 alle 17:00. Presso centro sportivo Ercole Negri
 - Mercoledì: bici su strada dalle 14:45 alle 17:00. Ritrovo presso la pista di atletica del campus universitario oppure presso il ciclodromo di Fognano
 - Giovedì: corsa dalle 14:30 alle 15:15, nuoto* dalle 15:15 alle 17:00. Presso il centro sportivo Ercole Negri
 - Venerdì: palestra dalle 14:15 alle 15:15, nuoto* dalle 15:15 alle 16:30 Presso centro sportivo Ercole Negri
 - Sabato: corsa dalle 14:45 alle 16:45. In cittadella
 - Domenica: bici su strada in autonomia
- *=da non considerarsi per chi sceglie bici/corsa

UNDER 23 e UNIVERSITARI (nati nel 2006 e prec.)

Tecnico di riferimento: Luca Dodi

OPZIONE 1: BICI-CORSA

L'attività inizia dal 14 ottobre e prosegue fino al 30 settembre 2026.

- Quota: 460,00 euro
- Le iscrizioni apriranno il 2 SETTEMBRE e termineranno raggiunto il numero massimo di iscritti. La quota deve essere pagata c/o Segreteria CUS Parma (Lun-Ven 10.30-18.30) oppure tramite bonifico e inviando la modulistica via mail seguendo le istruzioni riportate qui: <https://cusparma.it/sezioni-sportive/triathlon/tesseramento/>
- È obbligatorio il Certificato Medico Agonistico per TRIATHLON/NUOTO/CICLISMO/ATLETICA LEGGERA. Agli allenamenti BICI bisogna presentarsi con casco, bici da corsa e abbigliamento adatto al clima.

OPZIONE 2: BICI-CORSA (+NUOTO)

- L'attività inizia dal 2 settembre (CORSА-BICI dal 14 ottobre) e prosegue fino al 30 settembre 2026.
- Quota: 400,00 euro + 780,00 euro + 15,00 euro Tesseramento FIN
- Le iscrizioni apriranno il 2 SETTEMBRE e termineranno raggiunto il numero massimo di iscritti. La quota BICI-CORSA (400,00 euro) deve essere pagata c/o Segreteria CUS Parma (Lun-Ven 10.30-18.30) oppure tramite bonifico e inviando la modulistica via mail seguendo le istruzioni riportate qui: <https://cusparma.it/sezioni-sportive/triathlon/tesseramento/>. La quota NUOTO (780,00 + 15,00 euro) deve essere pagata c/o Piscina E.Negri. **IMPORTANTE: PRIMA DI PAGARE LA QUOTA BICI-CORSA OCCORRE AVERE GIÀ PAGATO LA QUOTA NUOTO.**
- È obbligatorio il Certificato Medico Agonistico per TRIATHLON/NUOTO/CICLISMO/ATLETICA LEGGERA. Agli allenamenti BICI bisogna presentarsi con casco, bici da corsa e abbigliamento adatto al clima.



PROGRAMMA COMPLETO TRIATHLON U23:

- Lunedì: nuoto* dalle 14:30 alle 16:00 presso centro sportivo Ercole Negri, Corsa dalle 18:15 alle 20:00 presso pista di atletica del campus universitario (per chi non riesce a fare entrambi gli allenamenti, è possibile svolgere il programma della categoria YA)
 - Martedì: nuoto* dalle 14:30 alle 17:00. Presso centro sportivo Ercole Negri
 - Mercoledì: bici su strada dalle 14:45 alle 17:00. Ritrovo presso la pista di atletica del campus universitario oppure presso il ciclodromo di Fognano
 - Giovedì: corsa dalle 14:30 alle 15:15, nuoto* dalle 15:15 alle 17:00. Presso il centro sportivo Ercole Negri
 - Venerdì: palestra dalle 14:15 alle 15:15, nuoto* dalle 15:15 alle 16:30 Presso centro sportivo Ercole Negri
 - Sabato: corsa dalle 14:45 alle 16:45. In cittadella
 - Domenica: bici su strada in autonomia
- *=da non considerarsi per chi sceglie bici/corsa

OPZIONE SOLO CICLISMO (solo per annate 2020-2014)

Tecnico di riferimento: Aldo Cabrini

Per le annate 2020-2014 è possibile scegliere l'opzione SOLO CICLISMO che prevede un'attività agonistica bisettimanale finalizzata alla partecipazione a gare ciclistiche FCI (in collaborazione con Scuola Ciclismo Parma) ed eventualmente gare di duathlon FITRI.,

ANNATE 2020-2018

Martedì h.17-18.30 c/o Bike Arena Campus (a fianco della pista di atletica). QUOTA 250,00 euro

ANNATE 2017

Martedì e Giovedì 17.00-18.30 c/o Bike Arena Campus (a fianco della pista di atletica). QUOTA 400,00 euro

ANNATE 2016-2014

Giovedì h.17.00-18.30 e Venerdì h. 18.00-19.30 c/o Bike Arena Campus (a fianco della pista di atletica). QUOTA 400,00 euro

- Per tutte le annate l'attività inizia dall'10 Settembre e prosegue fino all'ultima gara in calendario (indicativamente giugno 2025).

– Le iscrizioni apriranno il 2 SETTEMBRE e termineranno raggiunto il numero massimo di iscritti. La quota SOLO CICLISMO deve essere pagata c/o Segreteria CUS Parma (Lun-Ven 10.30-18.30) oppure tramite bonifico e inviando la modulistica via mail seguendo le istruzioni riportate qui: <https://cusparma.it/sezioni-sportive/triathlon/tesseramento/>.

- È obbligatorio il Certificato Medico come richiesto nelle precedenti slides in base all'età. Per chi ha compiuto 12 anni è essenziale il certificato medico agonistico con dicitura TRIATHLON. Agli allenamenti bisogna presentarsi con casco, MTB e abbigliamento adatto al clima



Paratriathlon (giovanili e assoluti)

La sezione paratriathlon del CUS PARMA TRIATHLON nasce nel 2016 grazie alla collaborazione tra CUS PARMA, Comune di Parma, Università di Parma e AUSL. Fondazione Cariparma e Parmalat hanno contribuito dal punto di vista finanziario a sostenere la sezione paratriathlon creando il progetto “Nessuna riserva” che consente ai portatori di disabilità fisiche e mentali di praticare il triathlon con agevolazioni economiche sotto l’attenta supervisione di tecnici qualificati e istruttori di supporto.

Per info: triathlon@cusparma.it





SEI INTERESSATO?

GLI OPENDAY CUS PARMA TRIATHLON FANNO PER TE!

È possibile provare gratuitamente l'attività BICI-CORSA.

COME FARE?

1. In base all'anno di nascita di tuo figlio controlla nelle precedenti slides in quali giorni e orari si svolgono gli allenamenti BICI-CORSA della sua categoria. Inoltre, per tutte le categorie, saremo presenti anche sabato 20 e domenica 21 settembre in Cittadella in occasione di ALE' FESTIVAL.
2. Invia una mail a triathlon@cusparma.it con COGNOME, NOME, DATA DI NASCITA, NUMERO DI CELLULARE E INDIRIZZO MAIL di tu* figli* richiedendo la partecipazione all'allenamento. **Importante:** dal compimento dei 6 anni è obbligatorio allegare una foto del libretto verde (certificato medico) in corso di validità.
3. Il giorno dell'allenamento indossare abbigliamento sportivo. Portare la propria bicicletta e il casco.
4. Dove andare? Ci troverete all'interno del Campus Universitario, nei pressi della pista di atletica. Parcheggio consigliato: <https://maps.app.goo.gl/8Tg75XSzu2vQHifM7>

NOTA: Per le annate 2012-2007 le prove sono da concordare direttamente con il tecnico Alberto cell. 333.6726381

CUS PARMA SHOP c/o PalaCampus

**Apertura solo in giorni e orari
comunicati volta per volta**

Presso il CUS PARMA SHOP si può
acquistare tutto il materiale
necessario per praticare triathlon e
duathlon marchiato CUS PARMA e
non solo!

Passa a trovarci!

