



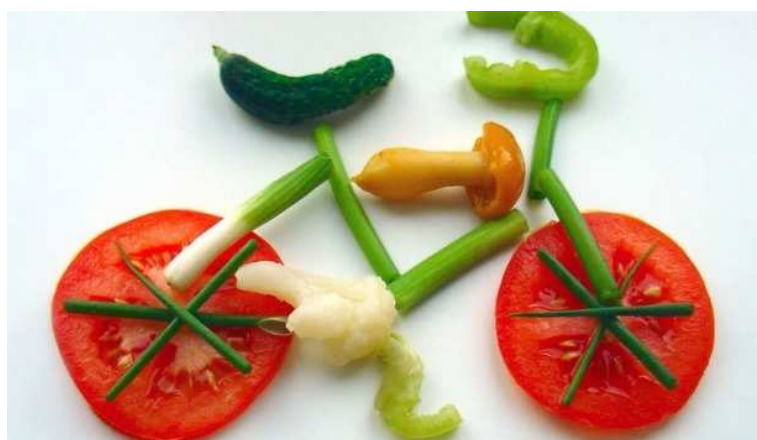
COMITÉ DÉPARTEMENTAL DE  
**TRIATHLON**  
RHÔNE

Envie de différence ? Vibrez Triathlon !



## Anthony BERTHOU

(Nutritionniste expert en nutrition sportive, formateur auprès des entraîneurs de la F.F.Tri)  
t'invite à table



### *Au menu:*

Comment optimiser naturellement ses performances au quotidien ?  
Quelle alimentation choisir en course ?  
Comment prévenir les blessures et les troubles digestifs ?

**Quand: Le 21 Novembre 2014 à 19h15**

**Ou: SALLE DES FETES**

Croisement Rue Centrale/Avenue Jean Bergeron 69290 Craponne

- 19h15 : Accueil
- 19h30- 21h : Exposé
- 21h-21h30 : Echange



- **Pour licenciés du Rhône:**

**Educateurs/Dirigeants gratuit**

**Autres:10€**

- **Pour licenciés hors département:15€**

**Bulletin d'inscription accompagné du chèque  
(ordre comité Rhône triathlon)**

A retourner avant le 30 Octobre 2014  
à Copetti Bruno 25 allée Claude Debussy 69230 St Genis Laval



**BI pour la formation du 21 Novembre 2014**

NOM :

Prénom :

Adresse mail (impératif) :

Portable:

Club :

**Je suis (cochez la ou les mentions utiles)**

**Licencié du Rhône**

- Educateur d'un club du Rhône:   auprès des   Jeunes   et/ou   Adultes

Diplôme:           BF5    BF4    BF3    BNSSA    BEESAN    **Inscription gratuite**

- Dirigeant d'un club du Rhône.           **Inscription gratuite**

Président

Secrétaire

Trésorier

- Autres

**Prix inscription=10€**

**Licencié Hors département**

**Prix inscription =15€**