



## Termini TRENINGA TRIATLONA 10-5 mjesec

Treninzi se održavaju na dvije lokacije: trkački i biciklistički dio na Jarunu te plivački na bazenu "Mladost".

### AGE GROUP NATJECATELJI

	Ponedjeljak	Utorak	Srijeda	Četvrtak	Petak	Subota	Nedjelja
Prijepodne		<b>PLIVANJE</b> Bazen Mladost  09:00-10:00		<b>PLIVANJE</b> Bazen Mladost  09:00-10:00		<b>TRČANJE</b> + <b>BICIKL</b> Jarun  8:00-9:30	<b>PLIVANJE</b> Bazen Mladost  8:00-10:00h
Poslijepodne	<b>PLIVANJE</b> Bazen Mladost  17:00- 18:00	<b>TRČANJE +</b> <b>BICIKL</b> Jarun  17:30-19:00	<b>PLIVANJE</b> Bazen Mladost  17:00- 18:00	<b>TRČANJE +</b> <b>BICIKL</b> Jarun  17:30-19:00	<b>PLIVANJE</b> Bazen Mladost  17:00- 18:00		

#### Napomena

1. Na sve treninge dolazi se 10 min ranije kako bi se stigli presvući.
2. Na bazenu se nalazimo u svlačionici broj 22, a ključ se uvijek nalazi kod gđa u garderobi.
3. Na bazenu koristimo plivačke naočale, plivačku kapu ako je kosa duža te plivačke gaće ili ženski sportski badić. Nije dozvoljeno plivanje u širokim hlačicama.
4. Tribine - (trening trčanja/bicikla) nalaze se na otoku Univerzijade na Jarunu.

#### Članstvo i članarina

Redovni član **AGE GROUP** licenciran prema HTS-u (natjecatelj): mjesečna članarina 40 eura

**Redovni član AGE GROUP licenciran prema HTS-u (nastupa na utrkama)**



- Članarina u iznosu **40 eura** mjesečno, uključuje do 7 vođenih treninga tjedno, grupni plan i program, mogućnost izrade individualnog plana i programa, inicijalna i tranzitivna testiranja, analize tehnike plivanja i trčanja, plan natjecanja, klupski popusti kod partnera.
- Član je dužan nastupiti **minimalno na jednoj službenoj utrci** u Hrvatskoj u organizaciji HTS-a
- Na početku godine plaća se dodatnih 22 eura za licencu HTS-a i obaveznu policu osiguranja od nezgode.
- Član je dužan kupiti službeni klupski triatlonski dres
- Obavezan je valjani liječnički pregled 2 puta godišnje kod ovlaštenog sportskog liječnika

#### **Upisnina i članarina**

- Redovnim članom Kluba postaje se uplatom upisnine u iznosu od 7 eura (plaća se jednokratno) i prve članarine
- Redovni član dužan je svaki mjesec podmiriti članarinu u zadanom iznosu do 10-og u mjesecu te u slučaju izostanka tog mjeseca obavijestiti klub putem službenog klupskog maila [zrinski.novatec@gmail.com](mailto:zrinski.novatec@gmail.com) o nemogućnosti dolaska taj mjesec radi bolovanja, službenog puta ili slično te za taj mjesec neće biti dužan podmiriti članarinu; u protivnom član je dužan platiti članarinu za taj mjesec.
- U jednoj kalendarskoj godini član smije najviše 2 mjeseca ne platiti članarinu zbog opravdanog razloga izostanka. U slučaju da ne plati članarinu 3 mjeseca u godini, član gubi članstvo u Klubu.

**Uplata članarine vrši se na račun kluba- svakom članu šalje se uplatnica iz aplikacije RELAGO.**

**Iznos: 40 eura**