

Triathlon

Polyvalence au rendez-vous

Le triathlon est une épreuve dont le résultat dépend de nombreux facteurs. Peu de disciplines sportives exigent autant de capacités et d'habiletés réunies en un subtil équilibre.

Tous les facteurs de la performance sont requis pour maîtriser un triathlon, mais dans des proportions qui permettent à tout le monde ou presque d'y trouver du plaisir. En effet, il ne s'agit pas d'être expert dans chaque discipline mais plutôt de disposer d'un socle de compétences équilibré. C'est une des raisons qui explique que le triathlon convient particulièrement bien aux jeunes.

