

# Centre Régional Entraînement Nantes



## Dossier de Présentation

Président : Luc Bouron

Conseiller Technique de Ligue :  
Tristan Le Corvec

Année 2021-2022

# SOMMAIRE

|                               |     |
|-------------------------------|-----|
| 1) INTRODUCTION               | P3  |
| 2) INTERLOCUTEURS             | P5  |
| 3) MOYENS MIS EN OEUVRE       | P7  |
| 4) CRENEAUX ENTRAINEMENTS     | P8  |
| 5) PRISE EN CHARGE FINANCIERE | P9  |
| 6) REGLEMENT DE LA STUCTURE   | P10 |
| 7) ANNEXE CONVENTION          | P12 |

# **1) Introduction**

Le dispositif « Centre Régional d'Entrainement » mis en place par la Ligue de Triathlon des Pays de la Loire vise à créer un environnement d'étude et d'entraînement. Afin d'offrir la possibilité à certains jeunes de pouvoir construire un projet sportif en lien avec la réussite de leurs études scolaires.

L'objectif de la Ligue de Triathlon des Pays de la Loire est de défendre un projet d'entraînement vers l'excellence nationale.

Le choix de Nantes, est assez naturel car facile d'accès. C'est une Ville desservie par les transports ( SNCF, voitures, Tram, « station bicloo »...). Elle offre un panel varié pour s'entraîner en bord de Loire. Elle donne un accès direct aux études supérieures à la fin du cursus Lycée.

De ce fait, le centre régional permet à court et à moyen terme, l'assurance d'un encadrement et d'un suivi scolaire et sportif des jeunes triathlètes de la ligue des Pays de la Loire de la seconde à la terminale. Ce dispositif permet alors de faire le lien vers le chemin de l'excellence sportive. A ce titre, les athlètes bénéficient d'un emploi du temps aménagé. Le Lycée La Colinière offre un parcours sportif personnalisé avec des créneaux libérés.

Lundi 16H-18H.

Mardi 10H-12H/16H-18H.

Mercredi 14H-18H.

Jeudi 16H-18H.

Ce dispositif s'étend à la première année d'étude supérieure et concerne aussi les catégories Junior 2. Une convention spécifique sera mise en place avec les athlètes en étude supérieure après présentation de leur projet.

Les athlètes disposent grâce au centre d'entraînement, d'horaires d'entraînements prédéterminés à des heures réparties dans la journée. Un emploi du temps sportif est donc mis en place en fonction des créneaux libérés par le lycée, en plus de l'emploi du temps scolaire. (cf « planning hebdomadaire type CRE Nantes »).

Les jeunes triathlètes émergents peuvent bénéficier d'un projet d'entraînement pour accéder au haut niveau. Tout en assurant leurs études et leur réussite au Baccalauréat, Etude supérieure. Un point d'honneur est mis sur la santé du sportif, grâce au suivi médical coordonnée par la Médecin de Ligue FFTRI Stéphanie Lebert.

Les référents et responsables de l'entraînement établissent une planification annuelle qui permet de mettre en place un document guide du centre. Ils assurent ainsi une coordination via un outil interactif de suivi de la performance, c'est la plateforme « Nolio ». En découle l'entraînement physique des jeunes triathlètes où, compétitions, performances et tests sont analysés en lien avec les championnats de France Jeunes de Triathlon ,Duathlon, et d'Aquathlon qui sont régissent la saison sportive.

Le Centre Régional d'Entraînement de la Ligue Pays de la Loire se situant à Nantes, a pour missions principales :

°La formation scolaire

°L'entraînement des jeunes athlètes de la Seconde à la 1ère année d'étude supérieur.

Nantes est une ville facile d'accès qui est également très bien desservie par les transports en commun.

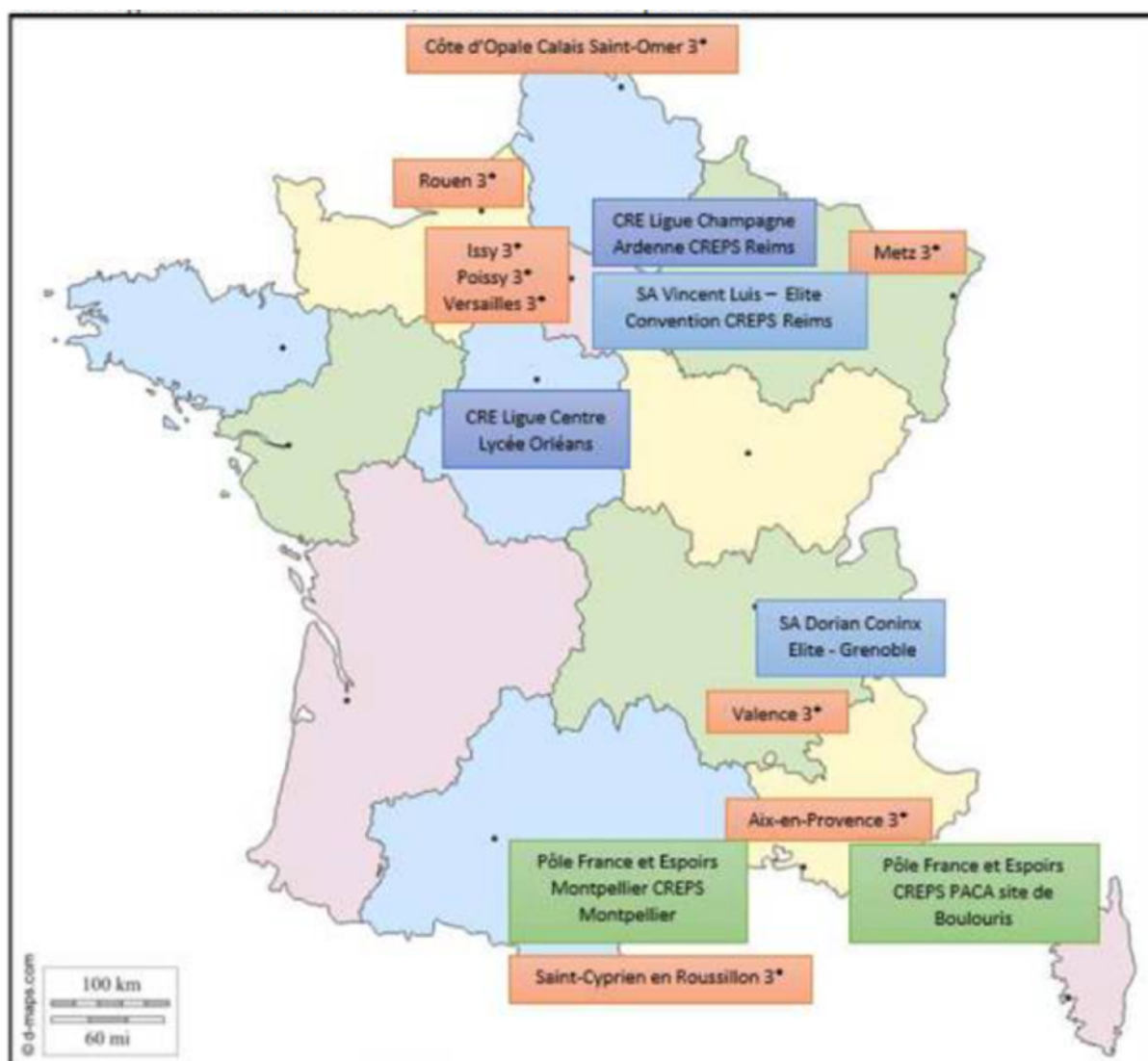
Que vous veniez en train, en avion, ou encore en voiture, vous n'aurez aucun mal à venir à Nantes.

Avec 15 départs par jour, la ville est à environ 2h de Paris en TGV et l'aéroport international Nantes atlantique est à 20min seulement du centre-ville.



**Toutes les informations sur:**  
**<https://www.sfgp2019-nantes.fr/venir-a-nantes/>**

# Le Projet de Performance Fédérale



Le CRE de Nantes a pour volonté de s'inscrire dans le projet de Performance de la Fédération Française de Triathlon.

C'est à dire être une structure reconnue d'accession au sport de Haut Niveau, tel que sont les Centres Régionaux de Reims ou d'Orléans.

La zone grand ouest ne présente pas ce type de structure .C'est donc un outil intéressant pour l'accompagnement des jeunes vers un projet de performance.

Pour bien comprendre le projet de performance FFTRI :

<https://www.fftri.com/haut-niveau/projet-de-performance-federal/structures-dentrainement/>

## 2) Interlocuteurs

| Présentation Contact Structure |                                                |                |                                                                                                |
|--------------------------------|------------------------------------------------|----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Nom Prénom                     | Qualité                                        | Téléphone      | Mail                                                                                           |
|                                | Responsables                                   |                |                                                                                                |
| Bouron Luc                     | Président Ligue Triathlon des Pays de la Loire | 681411990      | <a href="mailto:luc.bouron@hotmail.fr">luc.bouron@hotmail.fr</a>                               |
| Piveteau Jean-Baptiste         | Proviseur Adjoint Lycée La Colinière           | 02 40 93 93 33 | <a href="mailto:piveteau@ac-nantes.fr">piveteau@ac-nantes.fr</a>                               |
| Turan Hélène                   | Présidente Section Natation Asptt Nantes       | 251723000      | <a href="mailto:natation@aspttnantes.fr">natation@aspttnantes.fr</a>                           |
| Lebert Stéphanie               | Médecin Ligue                                  | 618860503      | <a href="mailto:stephanie.lebert.tri@gmail.com">stephanie.lebert.tri@gmail.com</a>             |
| Devoise Jérôme                 | Médecin Référent CRE                           | 660784670      |                                                                                                |
|                                | Responsables Sportifs                          |                |                                                                                                |
| Le Corvec Tristan              | Coordinateur CRE                               | 606857968      | <a href="mailto:ctl.paysdelaloire@gmail.com">ctl.paysdelaloire@gmail.com</a>                   |
| Bridoux Gaetan                 | Entraîneur Natation                            | 667320196      | <a href="mailto:gaetan.aspttnantesnatation@gmail.com">gaetan.aspttnantesnatation@gmail.com</a> |

### **3) Moyens mis en oeuvre**

La Ligue de Triathlon des Pays de la Loire intervient principalement sur la gestion du centre :

#### **-Coordination de l'Entrainement :**

Tristan Le Corvec Conseiller Technique de la Ligue de Triathlon des Pays de la Loire.

Licence STAPS Entrainement Sportif Option Triathlon / BF4 « Entraîneur Fédéral »

Chargé Entrainement Course à pied et Cycliste , coordination de la planification , de la gestion administrative ,des relations avec les parents et les instances ainsi que du développement de la structure.

N°de carte professionnelle: 02212ED0156

#### **-Entrainement Natation:**

Gaetan Bridoux Entraîneur Natation ASPTT NANTES /DEJEPS perfectionnement Natation Course.

En charge de la planification et du suivi de l'entraînement sur la partie natation.

N°de carte professionnelle: 02915ED0061

#### **-Suivi Scolaire :**

Piveteau Jean-Baptiste Proviseur-Adjoint du Lycée La Colinière

Les infrastructures à disposition du Centre Régional d'Entrainement des Pays de la Loire:

- Piscine Leo Lagrange Nantes (Bassin 50m)
- Salle de Musculation Leo Lagrange
- Piste athlétisme La Durantière (400m)
- Vélodrome La Durantière

## 4) Créneaux Entraînements

|                 | Natation                                                                                                                                               | Vélo                                                                                                | Course à pied                                                                          | PPG                                                                                      |
|-----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Lundi</b>    | <b>Piscine Leo Lagrange</b><br><b>18H/20H</b> Natation ASPTT<br>NATATION<br><i>Encadrant : Gaetan Bridoux</i>                                          |                                                                                                     | <i>Footing Autonomie. (Planif Nolio)</i>                                               | <i>PPG Autonomie Nolio</i>                                                               |
| <b>Mardi</b>    | <b>Piscine Leo Lagrange</b><br><b>18H30-20H</b> Natation ASPTT<br>NATATION<br><i>Encadrant : Gaetan Bridoux</i>                                        | <b>Séance Vélo / HT/ Renfo : Lycée La Colinière 10H-12H</b><br><i>Encadrant : Tristan Le Corvec</i> | <b>Stade Athlétisme la Durantière 16H30/18H</b><br><i>Encadrant: Tristan Le Corvec</i> |                                                                                          |
| <b>Mercredi</b> | <b>Piscine Leo Lagrange</b><br><b>17H-18H40</b> ASPTT<br>NATATION<br><i>Encadrant : Gaetan Bridoux</i>                                                 | <b>Maison des Sports de Nantes 14H/16H30</b><br><i>Encadrant: Tristan Le Corvec</i>                 |                                                                                        |                                                                                          |
| <b>Jeudi</b>    | <b>Piscine Leo Lagrange</b><br><b>18H30-20H (Hors Interne)</b><br>Natation ASPTT<br>NATATION<br><i>Encadrant : Gaetan Bridoux</i>                      |                                                                                                     | <b>Rdv Piscine Léo Lagrange 17H/18H</b><br><i>Encadrant : Tristan Le Corvec</i>        |                                                                                          |
| <b>Vendredi</b> | <b>Piscine Leo Lagrange</b><br><b>17H30-18H30</b><br>Musculature / <b>18H30-20H</b><br>Natation<br>ASPTT NATATION<br><i>Encadrant : Gaetan Bridoux</i> |                                                                                                     |                                                                                        | <b>17H30/18H30 Leo Lagrange Salle Muscu</b><br><i>Tristan Le Corvec / Gaetan Bridoux</i> |
| <b>Samedi</b>   | <i>Retour dans les clubs / Coordination Entraînement CTL (Nolio)</i>                                                                                   | <i>Retour dans les clubs / Coordination Entraînement CTL (Nolio)</i>                                | <i>Retour dans les clubs / Coordination Entraînement CTL (Nolio)</i>                   | <i>Retour dans les clubs / Coordination Entraînement CTL (Nolio)</i>                     |
| <b>Dimanche</b> | <i>Retour dans les clubs / Coordination Entraînement CTL (Nolio)</i>                                                                                   | <i>Retour dans les clubs / Coordination Entraînement CTL (Nolio)</i>                                | <i>Retour dans les clubs / Coordination Entraînement CTL (Nolio)</i>                   | <i>Retour dans les clubs / Coordination Entraînement CTL (Nolio)</i>                     |

*\*Les créneaux sont mis en place en pour l'ensemble du groupe et peuvent être adapté en fonction des besoins de chaque athlète. Afin d'individualiser la planification.*

## 5) Prise en charge financière

\*\*\*Cf Règlement de la structure\*\*\*

## 6) Règlement de la structure

Ce document fixe le cadre général organisant l'action du CRE .Il est assorti d'un contrat **(DOSSIER CANDIDATURE)** pour chaque athlète qui porte sa signature et celle de ses parents.

Le présent règlement entre en application à la rentrée scolaire de septembre.

**Art 1 :** Le Centre d'entraînement est ouvert aux triathlètes postulant, **avec une priorité aux athlètes Ligériens**, un tarif pour les éventuels hors Ligériens(filles et garçons), dans la mesure où les triathlètes sont en possession d'une licence de triathlon. La ligue des Pays de la Loire de triathlon se réserve le droit de sélection à l'entrée.

### **TARIFS :**

-Lycéens licenciés triathlon dans un club Ligériens durant saison d'inscription au centre régional d'entraînement.

| Lycée Internat La Colinière /*possibilité externe autonome | Club ASPTT Nantes Natation Licence FFN | Participation CRE Ligue de Triathlon | Total  |
|------------------------------------------------------------|----------------------------------------|--------------------------------------|--------|
| 1600 €                                                     | 325 €                                  | 100 €                                | 2125 € |

-Le règlement est à faire directement auprès de chaque entité, en informant le coordonateur de la structure.

**-Tarif licenciés Hors Ligue = Part Ligue 500€**

**Art 2 :** Le centre concerne les lycéens et la première année d'étude supérieur (convention spécifique athlète).

**Art 3 :** L'engagement d'un triathlète au centre, se fait sur une saison.

**Art 4 :** Les triathlètes lycéens auront un aménagement du temps scolaire (Proviseur du Lycée La Colinière qui les détermine).

**Art 5 :** Les triathlètes faisant partie du dispositif s'engagent à représenter les couleurs de la Ligue des Pays de la Loire sur les compétitions telles que les championnats de France des ligues ou le triathlon UNSS s'ils sont sollicités.

**Art 6 :** Les triathlètes lycéens s'engagent à suivre les cours assidûment et à s'organiser pour mener à bien leurs doubles projets : **études - sport**.

**Art 7 :** L'entraînement est placé sous la direction du responsable du CRE, qui en détermine les modalités.

**Art 8 :** Les horaires d'entraînement doivent être respectées.

**Art 9 :** Toute absence aux entraînements ou compétitions doit obligatoirement être signalée au responsable.

**Art 10 :** L'entraîneur veillera à ce que l'effectif soit contrôlé conformément aux réglementations. L'effectif maximum sur un créneau d'entraînement sera de 8 triathlètes pour 1 encadrant et 16 pour 2 encadrants en cyclisme.

Le calendrier sportif est constitué par l'ensemble des compétitions FFTRI (prioritaire) et UNSS, puis FFN (**interclubs obligatoire**) et FFA au besoin.

## **Mon Projet**

### **Ma double réussite**

#### **« Mon sport et mes études »**

Je m'engage à respecter mon planning d'entraînement, mes temps de repos et mes temps d'études.

J'informe mon encadrant de mes séances « supplémentaires » ou courses diverses du week-end.

Celles-ci devront dans l'idéal être planifiées à l'avance avec le responsable technique.

Je m'engage à prévenir en cas d'absence sur mes horaires d'entraînement prédéfinis en début d'année avec l'équipe d'encadrement.

En cas de blessures ou de maladies je tiens informé mes encadrants sur le degré de gravité de ma pathologie.

Je fais de la ponctualité mon point fort !

Je respecte les interventions de mes encadrants ainsi que mes partenaires d'entraînement.

Je m'engage à ne pas recourir à l'utilisation de substances ou produits dopants. De la même manière, je m'engage à ne pas consommer d'alcool, de tabac ou de drogue (quelle qu'en soit la nature).

Pour mener à bien mon projet « mon sport et mes études », je prends conscience de l'importance d'une bonne hygiène de vie et l'applique au quotidien.

**En m'engageant sur ce processus « mon sport et mes études », j'accepte les conditions de ce mode de fonctionnement.**

## **7) Annexe Convention**

# Convention de Partenariat



Entre les soussignés :

D'une part la Ligue de Triathlon des Pays de la Loire représenté par son Président Luc BOURON, et d'autre part l'ASPTT NANTES représentée par son président Damien Leroux.

La présente convention a pour objet de définir les modalités d'organisation du partenariat Entre la Ligue Régionale de Triathlon des Pays de la Loire et de l'ASPTT NANTES.

## ARTICLE 1 - DESCRIPTIF DU PARTENARIAT

Dans le cadre de la création d'un Centre Régional d'Entraînement de Triathlon (CRE) par la Ligue de Triathlon des Pays de la Loire.

- Les athlètes intégrant le CRE s'entraînent avec le groupe région de l'ASPTT NANTES NATATION. Ils s'entraînent sur les créneaux prévus à cet effet.
- Les athlètes s'engagent à être licenciés au sein de la section natation de l'ASPTT NANTES et à représenter le club durant les compétitions FFN prédéfinies par l'équipe technique. L'équipe technique composée notamment de l'entraîneur référent pour la partie Natation, Gaëtan Bridoux. Il travaille en collaboration avec le Conseiller Technique de Ligue Tristan Le Corvec, qui sera le coordinateur du Centre Régional d'Entraînement.
- Les athlètes doivent faire un minimum de trois compétitions de la Fédération Française de Natation (FFN) par saison, dont les Interclubs qui sont obligatoires.
- Ce partenariat inclus un maximum de 8 athlètes pouvant intégrer ce fonctionnement.

## ARTICLE 2 - DISPOSITIONS FINANCIERES

- Le Coordinateur du CRE Tristan Le Corvec travail en collaboration avec l'équipe technique sur la planification annuelle natation et PPG/Musculation.
- Pour se faire le coordinateur du CRE souscritra une Licence Dirigeant au sein de l'ASPTT Nantes Section Natation.
- Les Triathlètes qui font partie du dispositif sont licenciés au sein de la structure de l'ASPTT Nantes Natation, ils souscrivent donc financièrement à l'adhésion du club.
- La Ligue de Triathlon des Pays de la Loire n'apporte pas d'aide financière dans ce partenariat.

### **ARTICLE 3 - MODIFICATION**

- Chacune des parties portent à la connaissance de l'autre les modifications qu'elle désire voir apporter aux dispositions de la présente convention.  
Les modifications, arrêtées d'un commun accord, pourront faire l'objet d'avenants.

### **ARTICLE 4 - PRISE D'EFFET**

- La présente convention est établie pour une durée d'un an à partir du 1er Septembre 2020.  
Elle peut être résiliée par l'une ou l'autre des parties sur préavis de deux mois par lettre recommandée avec accusé de réception.

Monsieur Damien Leroux et Monsieur Luc Bouron sont chargés, chacun en ce qui le concerne, de l'exécution de la présente convention dont il est établi 2 exemplaires originaux.

Date le 21 août 2020 à Nantes,

Signature et Tampon de la structure :

ASPTT NANTES  
Monsieur le président Damien Leroux

LIGUE PAYS DE LA LOIRE DE TRIATHLON  
Monsieur le président Luc Bouron