

Crédit Agricole Sports Triathlon (CAST)



- 1** Les animateurs de la Section
- 2** La Section Triathlon
- 3** Prestations
- 4** Activités
- 5** Triathlon de Deauville
- 6** Démarches

1 Les animateurs de la Section



- ❑ **Président de la section : Sébastien ROMAIRE-DENIZET (Tel 233920)**
 - Pratiquant depuis 2012, secrétaire et entraîneur du club de Triathlon de St Germain en Laye, fondateur de la section Triathlon de CA-CIB avec Philippe ROBERT
 - Entraîneur diplômé BF5 (1^{er} niveau Fédéral) et prochainement BF4 (2nd niveau fédéral incluant la surveillance de baignade)
 - Travaille chez CASA, à Saint Quentin et Montrouge

- ❑ **Co-responsable de la section : Philippe ROBERT (Tel 872468)**
 - Pratiquant depuis 2009, compétiteur amateur de niveau mondial en Longue Distance (IRONMAN),
 - Travaille chez CACIB, basé à Montrouge

- ❑ **Co-responsable de la section : Olivier JAUNET (Tel 871858)**
 - Adeptes des 3 sports depuis l'adolescence, pratiquant le triathlon depuis 2017
 - Travaille chez CACIB, basé à Montrouge

2 La Section Triathlon



- ❑ La but de Section Triathlon est de **partager entre collègues de l'ensemble du Groupe** :
 - **Notre passion** pour ce sport, ainsi que l'expérience acquise au fil des années
 - **Une structure conviviale** afin de pratiquer les trois disciplines (*)
 - Faire découvrir le triathlon et accompagner les néophytes
 - Progresser ensemble et relever de nouveaux défis
 - **Nous retrouver ensemble** sur des épreuves sous les couleurs de notre groupe

- ❑ L'expérience réussie au sein de CA-CIB a permis de démontrer la pertinence et la viabilité du projet à l'échelle des implantations parisiennes et a convaincu CA Sports de l'intérêt de créer une nouvelle section Triathlon au sein de CA Sports

- ❑ Depuis janvier 2019, la Section Triathlon est ouverte à tous les employés du Groupe Crédit Agricole

* Au moins natation et course-à-pied sur/proche site

3 Prestations



Licence Fédération Française de Triathlon (FFTRI) à prix coûtant

La licence n'est pas obligatoire pour les adhérents de la Section

Elle procure une assurance lors de la pratique et évite de payer le pass-compétition lors des épreuves

Faire une demande de licence sur le site de la FFTRI (pas de paiement) puis la joindre à son adhésion à la Section Triathlon de CA Sports



Prise en charge de frais d'inscription à des épreuves

Jusqu'à 100 euros, dans la limite de 50% des frais engagés

Club Strava

<https://www.strava.com/clubs/CAST>

Afin de pouvoir partager les entraînements, de donner rendez-vous pour d'autres sorties et se retrouver sur les compétitions

- ❑ Sorties **Course à Pied** (non encadrée sauf exception)
 - SQY : Etangs de la minière
 - EVG : Parc Montsouris ou Cité Universitaire (mardi et autres jours sur proposition)

- ❑ Entraînements de **Natation**
 - Piscine de Montrouge sur 2 créneaux hebdomadaires avec un MNS : 30' échauffement ou récupération libre, et 30' de cours encadré tout niveau par groupe de 3 ou 4 axé majoritairement sur la technique. Forfaits de 10 ou 20 cours subventionnés à 50% par CA Sports (disponibles sur la boutique de la Section)
 - Piscine proche de SQY Park - à l'étude : possibilité de réserver une ligne d'eau à l'heure + MNS en cours semi-particulier à St Cyr ou de mutualiser des créneaux avec nos amis du club de Triathlon de l'Association Sportive de Bouygues.

- ✘ Vélo : rien à ce stade du fait du temps nécessaire et de la dispersion géographique des adhérents
 - ✘ Des tentatives ont été faites le soir et le week-end mais sans succès
 - Proposition : utiliser les réseaux sociaux sportifs comme Strava pour faciliter les rencontres et les sorties communes entre adhérents le week-end, ou se joindre au groupe WhatsApp Eole Cycling Club récemment créé
 - Rapprochement avec nos collègues saint-quentinois intéressés par le vélo/VTT

4 Activités (2/2) : Regroupements



- ❑ **Sorties en eau libre** entre mai et octobre dans les bases de loisirs franciliennes (Cergy, Verueil, Torcy)
 - Convention à l'étude avec la base de loisirs de Cergy
 - Rendez-vous ponctuels

- ❑ **Regroupement sur des compétitions**
 - Participation en groupe à un évènement annuel, en individuel ou en relais : Deauville (2019), La Baule (15 triathlètes CACIB soit 5 équipes présentes en septembre 2017 et inscrites pour 2018)
 - Bike & run durant la saison hivernale (course en binôme avec un vélo pour deux, changements vélo/CàP libre) : Guyancourt, Versailles, Jablines, Poissy, Meaux, ...
 - Triathlons Découverte ou Courte Distance au printemps : Versailles, Enghein, Paris, ...

5 Triathlon de Deauville (21-23 juin 2019)

Epreuves individuelles ou en relais :



Découverte : Natation 300 m – Vélo 20 km – Course 5 km

Olympique (DO) : Natation 1,5 km – Vélo 40 km – Course 10 km

Olympique avec seulement 750m de natation (DO750)

Longue Distance (L) : Natation 1,9 km – Vélo 90 km – Course 21 km

Pour plus d'informations <http://triathlondeauville.com/>

Des dossards ont été réservés par la Section auprès de l'Organisation

Des hébergements ont également été réservés dans la résidence Pierre & Vacances à proximité du départ

https://www.pierreetvacances.com/fr-fr/fp_TQL_location-residence-premium-presqu-ile-de-la-touques/hebergement

5 Triathlon de Deauville (21 au 23 juin)



Inscription

1. **Commande sur la page de la Section du site CA Sports d'un package dossard + hébergement** (paiement en ligne selon la participation aux frais ci-dessous)

2. **Inscription sur le site du Triathlon de Deauville**

En utilisant le code de réservation qui sera communiqué suite à la commande sur le site CA Sports.

Rien à payer. CA Sports prend directement en charge le coût des dossards et des pass-compétition éventuels.

Votre commande sur le site de la Section devra être réalisée le 10 avril au plus tard.

Participation aux frais (subvention de 50% par CA Sports)

| | Articles | Prix | Quantité disponible |
|--|--------------------------|---------|------------------------------|
| 1. Hébergement | 2 nuits | 10,00 € | 24 |
| 2. Dossard (y compris 2ème dossard) | L | 60,00 € | 6 |
| | DO | 30,00 € | 4 |
| | En relais (par personne) | 10,00 € | 3 (1 équipe) |
| | DO750 | 30,00 € | 4 |
| | Découverte | 10,00 € | 4 |
| | En relais (par personne) | - € | 3 (1 équipe) |
| 3. Option accompagnateur | 2 nuits | 60,00 € | Inclus dans les 24 ci-dessus |

6 Démarches



❑ Pour adhérer à la Section :

<https://www.ca-sports.fr/billetterie/offre/93311-e-triathlon>

(utiliser Firefox)

Inscription au site CA Sports et à CA Sports nécessaire

Coût de l'adhésion à la Section : 35 euros



❑ Pour demander une licence FFTRI :

<https://espacetri.fftri.com/>

(sélectionner CAST dans la ligue Ile de France)



❑ Pour s'inscrire au Triathlon de Deauville :

<https://www.ca-sports.fr/billetterie/offre/102520-a-triathlon-de-deauville>

(utiliser Firefox), puis

<http://triathlondeauville.com/>

