



FÉDÉRATION
FRANÇAISE DE
TRIATHLON

Outil Espace Tri santé

Envie de différence ? Vibrez Triathlon !



La santé prend un coup de jeune

Nouveau logo, nouveaux noms...

Le SBEL devient le SBE

Le **coaching tri santé** devient
le **Triathlon Mon bilan forme**

le CTS (N1) devient le module bien être du BF2

le N2 devient le module santé du BF3



les principaux changements sur l'outil

- Géolocalisation automatique et éphémère
- Suppression du questionnaire médical
- Résultats qui peuvent être remplis directement par le pratiquant, puis validation par l'éducateur
- Suppression des pistes d'entraînement
- archivage de différents tests pour une seule personne


le président doit cocher sur le profil club:

- à l'affiliation chaque année
- en cours d'année


♥ Coaching Tri santé		Modifier
Je souhaite que mon club soit référencé club santé bien être: J'atteste que mon club dispose d'éducateur(s) diplômé(s) (BF2 module bien être) qui met/mettent en place des sessions de test de Triathlon, mon bilan forme.	Oui	
Je souhaite que mon club soit référencé club santé: J'atteste que mon club dispose d'éducateur(s) diplômé(s) (BF3 module santé) ou intervenants de santé pouvant encadrer des porteurs de pathologie chronique ou des patients relevant du sport sur ordonnance.	Non	

validation si et seulement si un BF licencié dans le club


Le club apparaît si un des membre du club a un BF2 Module santé
(demander l'équivalence)




Changer mon type de licence




Changer de club/ligue




Données perso



Formation



Offres Licenciés F.F.TRI.



Docs Utilis

Liste des formations

M'inscrire à une formation

Etat de mon inscription

Mes diplômes

Demande d'allègement

Demande d'équivalence

Tuteur

Mes diplômes | Liste de mes diplômes

Veuillez trouver ici vos diplômes d'éducateur en triathlon délivrés par la F.F.TRI, dénommés brevets fédéraux.


Pour vous inscrire à la formation de niveau 2 (BF2), vous devez être titulaire d'un diplôme de premier secours, à jour du recyclage. Aussi, veuillez ajouter le diplôme de premier secours et si nécessaire l'attestation de révision, en cliquant sur le bouton ajouter.

Vous pouvez également ajouter vos diplômes dans le champ du sport de type :


- BNSSA
- Brevet d'état
- BPJEPS
- DEJEPS
- CQP
- Professeur d'EPS

Pour ces ajouts, sélectionnez le type "Autre sport" dans le menu déroulant et si l'un de ces diplômes concerne le triathlon, sélectionnez triathlon. Si vous exercez professionnellement, il vous est demandé de téléverser votre carte professionnelle.


L'ajout de ces éléments complémentaires pourra être retenu pour des allègements de formation (voir onglet demande allègement). Pour ce faire, il conviendra de prendre contact avec le conseiller technique de ligue avant votre inscription.




Changer mon type de licence




Changer de club/ligue



Données perso



Formation



Offres Licenciés F.F.TRI.

Docs Utilis

Liste des formations

M'inscrire à une formation

Etat de mon inscription

Mes diplômes

Demande d'allègement

Demande d'équivalence

Tuteur

Mes diplômes | Ajouter ou modifier un diplôme

Ajouter ou modifier un diplôme

Choix du niveau * Niveau 2

Tronc commun ☐ NON

Année d'obtention *

Module acquis Sélectionnez un module

Enregistrer

Mais le club disparaîtra de la carte si aucun test n'est passé dans les 6 mois (le club est en veille, pour le réactiver, il faudra organiser un test)

Carte Interactive



profil espace tri santé de l'éducateur:

Liste des pratiquants

Export stats clubs Export des tests

Liste des pratiquants										+ Remplir un recueil d'informations
Afficher	50	éléments par page								
Civilité/genre			Année							
Tous			Toutes							
Date du recueil d'informations	Nom de naissance	Prénom	Date de naissance	Civilité/genre	Club triathlon santé	Licencié	Date du dernier test	Statut		
08/03/2024	DAMIENS	JEAN-BERNARD	09/05/1985 (38 ans)		BLANQUEFORT NATATION/TRIATHLON	-	08/03/2024	Soumis		
08/03/2024	JOJOLAMALICE	Delamalice	03/02/1994 (30 ans)		BLANQUEFORT NATATION/TRIATHLON	-	08/03/2024	Soumis		

Demande de Test Triathlon mon bilan forme

<https://espacetri.fftri.com/health-sport/player-attempt/fill-form>

lien qui sera sur une page dédiée (inactive jusqu'à sa mise à jour)



TRIATHLON
MON BILAN FORME

OUTILS DE DIAGNOSTIC ET D'ACCUEIL AU SEIN D'UN CLUB

Triathlon Santé - Recueil d'informations pratiquant

❗ Ce questionnaire est strictement confidentiel

Note d'information à destination des pratiquants

Vous allez passer des tests physiques pour évaluer votre forme. Comme pour toute activité physique, il est préférable d'avoir consulté un médecin notamment si vous avez eu des blessures ou des problèmes de santé récents.

Si jamais vous aviez déjà présenté l'un de ces symptômes, à savoir :

- douleur thoracique "qui serre"
- palpitations (= rythme cardiaque irrégulier)
- sensation de malaise
- perte de connaissance
- essoufflement intense ou anormal
- fatigue inhabituelle

la pratique sportive est contre-indiquée et implique de consulter votre médecin dans les meilleurs délais.

Ces tests sont réservés à des pratiquants majeurs. Ils seront réalisés à votre demande, au sein de clubs F.F.TRI. et sous le contrôle d'éducateurs ou d'éducatrices formés.

Les seules informations conservées concernant votre état civil, vos coordonnées, les types de test réalisés et les résultats obtenus. Ces derniers seront utilisés :

- de manière anonyme par la F.F.TRI. à des fins statistiques.
- par les clubs de la F.F.TRI. en cas de prise de licence, afin d'adapter au mieux vos séances d'entraînement. Si vous êtes atteint de pathologie chronique, votre programme devra être élaboré et suivi en partenariat avec un médecin référent.

Pour toute question ou renseignement complémentaire, vous pouvez contacter santé@fftri.com

Afin de valider le questionnaire, vous devez cocher la case "Accepter les cgus".

Note d'information à destination des pratiquants

Accepter les cgus *

☐ J'atteste avoir pris connaissance de la note d'information ci-dessus et en accepter ces termes. J'assure répondre avec sincérité à l'ensemble des questions qui me sont proposées dans le formulaire qui suit.

Demande de Test Triathlon mon bilan forme

→ LE, LA PRATIQUEUR(E)

Êtes-vous licencié FFTRI ?

☐ Oui

☐ Non

Date de naissance *

jj/mm/aaaa

Nom *

Prénom *

Téléphone *

Email *

Sexe *

☐ Homme

☐ Femme

Adresse complète *

Indiquez un lieu

Carte Interactive

Plan Satellite



Des formations sont actuellement en cours, n'hésitez pas à contacter le club de votre ville !

Club sport santé *

Enregistrer

mail au participant:

no-reply-espacetri@fftri.com

À moi ▼

16:56 (il y a 1 heure)



Bonjour DELAMALICE JOJOLAMALICE,

Vous venez de demander à passer un test Triathlon mon Bilan forme et nous vous en remercions.

Un éducateur formé « Triathlon bien être » va prendre contact avec vous dans les 15 prochains jours. Vous fixerez ensemble une date pour venir, au sein du club, réaliser des exercices qui vous permettront d'avoir une photographie de votre condition physique actuelle.

Le jour de votre test, vous rentrerez vos résultats sur ce lien : [Saisie du résultat](#)

Vous recevrez ensuite votre bilan de condition physique que vous pourrez enregistrer et imprimer.

Merci de votre participation.

Pour toutes questions, n'hésitez pas à contacter :

Votre éducateur (dont les coordonnées apparaissent sur la carte interactive) ou sante@fftri.com

mail à l'éducateur:



Bonjour,

LIONEL BOECHAT vient de renseigner la fiche de recueil d'informations santé. Il-elle souhaite réaliser les tests au sein de votre club. Merci de le-la contacter au plus vite. Vous trouverez ci-dessous ses coordonnées ainsi que les tests auxquels il-elle a accès :

LIONEL BOECHAT

- lionel.boechat@outlook.fr
- +33644323779
- Homme, 63 ans

Lors du passage des exercices de condition physique, vous pourrez [remplir directement en ligne](#) à partir de votre espace personnel les performances réalisées. Le-la pratiquant-e s'il-elle n'est pas licencié-e doit prendre un pass club (la démarche lui prendra 5'). Ceci lui permettra d'être assuré-e lors du passage des exercices déterminant sa condition physique.

Merci de votre engagement pour le triathlon santé.

Pour toutes questions :

sante@fftri.com

Remplir les résultats des tests

Résultats des tests : Saisir les résultats des tests

Informations pratiquant

delamalice jojolamalice

cgrasso@vme.fr

0645149495

Femme, 30 ans

Résultats des tests

[Télécharger la fiche de recueil de résultats.](#)

[Télécharger l'ensemble des protocoles de tests.](#)

Date du test: 08/03/2024

Le score ne sera établi que s'il est supérieur à 0 et qu'un barème lui est défini.

Force membres inférieurs

Nombre de répétitions effectuées

Score

[Télécharger le protocole de test - Force membres inférieurs](#)

Force membres supérieurs - Normales

Nombre de répétitions effectuées (Normales)

Score

[Télécharger le protocole de test - Force membres supérieurs](#)

Force membres supérieurs - A genoux

Nombre de répétitions effectuées (A genoux)

Score

[Télécharger le protocole de test - Force membres supérieurs](#)

Vitesse

Temps en centième de seconde

Score

[Télécharger le protocole de test - Vitesse](#)

Coordination

Nombre de points

Score

[Télécharger le protocole de test - Coordination](#)

RECUEIL DES RESULTATS

TRIATHLON
MON BELAN FORME

Nom : STORCHTEST

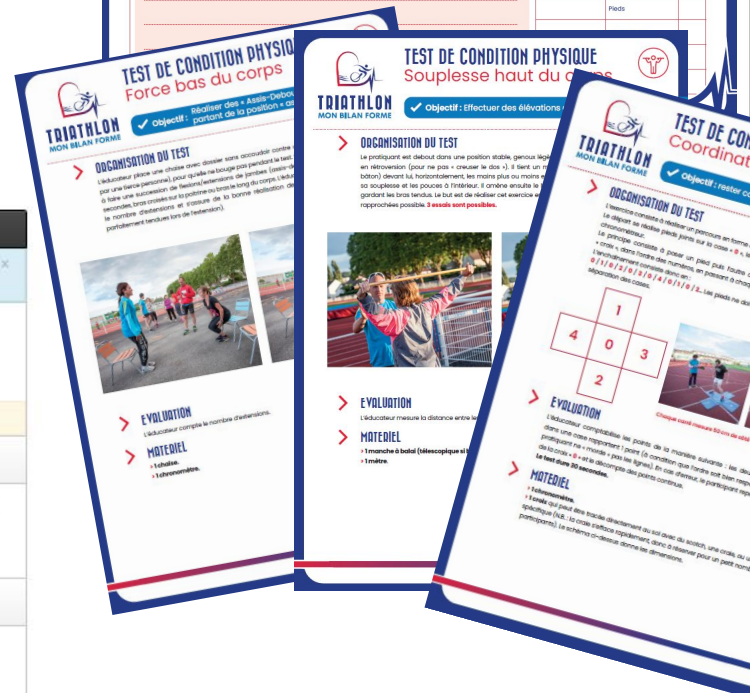
Prénom : HUGO TEST

Date

Lieu

FORCE MEMBRES INFÉRIEURS (nombre de répétitions)	FORCE MEMBRES SUPÉRIEURS (nombre de répétitions)		VITESSE (temps en centièmes de sec.)	COORDINATION (nombre de points)	ENDURANCE (distance en mètres)		SOUPLESSE MEMBRES SUPÉRIEURS (distance en cm sur 3 essais)	SOUPLESSE DE LA CHAÎNE POSTÉRIEURE (nombres)
	Normales	A genoux			Marche	Course		
							1. Genoux	
							2. Milieu des fémurs	
							3. Bas des fémurs	
							4. Coudes de pied	
							5. Pieds	

Notes



Par le pratiquant lui même
(avec demande de validation
de l'éducateur)

ou
Par l'éducateur lui même sur
son espace trisanté

mail au pratiquant:

no-reply-espacetri@fftri.com

À moi ▼



Bonjour DELAMALICE JOJOLAMALICE,

Vous venez de passer les exercices du « Triathlon mon bilan forme » et de saisir vos résultats. Dès validation de vos résultats par l'éducateur, vous allez recevoir directement votre fiche bilan personnalisé.

Vous pouvez également suivre un plan d'entraînement pour améliorer vos qualités physiques en vous rendant sur [wikitri rubrique santé](#) (accès gratuit aux licenciés FFTRI).

Merci de votre participation.

Pour toutes questions, n'hésitez pas à contacter :

Votre éducateur ou sante@fftri.com

mail à l'éducateur:



Bonjour,

LIONEL BOECHAT a effectué son bilan forme le 08/03/2024

Les résultats de ses tests ont été remplis par le pratiquant lui-même. Pour activer l'envoi automatique de son bilan forme personnalisé, vous devez vérifier les informations saisies puis les valider. Merci de le faire dès que possible. Vous pouvez accéder à la page des tests à valider [cliquer ici](#).

Merci de votre engagement pour le triathlon santé.

Pour toutes questions :

sante@fftri.com

mail au pratiquant:



Bonjour TESTCLAIRE TESTCLAIRE,

Vous venez de passer les exercices de condition physique.

Vous trouverez ci-dessous votre bilan de condition physique. N'hésitez pas à l'enregistrer et à l'imprimer.

Attention, les barèmes des exercices de condition physique sont susceptibles d'évoluer. Cela peut entraîner de légères modifications lors de vos prochains bilans de condition physique.

[Voir vos résultats](#)

Vous pouvez dès maintenant, si vous le désirez, vous licencier au sein du club de votre choix : [Formulaire de demande de licence](#)

Vous pouvez également suivre un plan d'entraînement pour améliorer vos qualités physiques en vous rendant sur [wikitri rubrique santé](#) (accès gratuit aux licenciés FFTRI).

Merci de votre participation.

Pour toutes questions, n'hésitez pas à contacter :

Votre éducateur ou sante@fftri.com



Accueil

Admin
F.F.TRI.

Statistiques



Les Ligues



Les Clubs



Les Licenciés

Paramètres
d'export

Organisateurs



Manifestations



Arbitrage

Triathlon
Santé

Quotas



Formation

Écoles de
Triathlon

Paramétrages

Liste des éducateurs santé

Liste des pratiquants

Bilan des tests

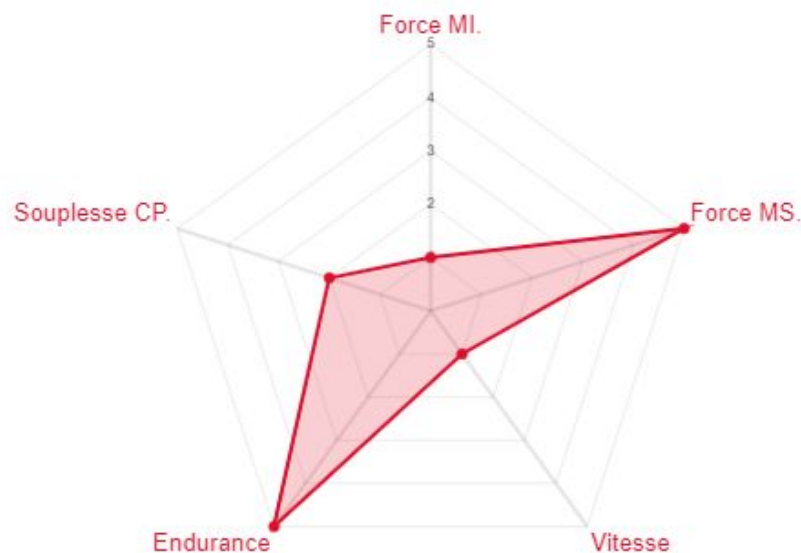
Visualiser le résultat de mes tests, et mes conseils de pratique personnalisés

clairetest clairetest Femme, 30 ans

Télécharger le bilan PDF des tests

Résultats des tests

• Scores tests - 08/03/2024



Résultats aux tests du 08/03/2024 - clairetest clairetest

Nom du test	Bilan de condition physique	Score	Performance individuel au test	Performance de la génération (30-35 ans)
Force membres inférieurs	Votre force doit être améliorée. L'amélioration de la force vous permettra d'être plus à l'aise dans les gestes de la vie quotidienne.		22 répétition(s)	26 répétition(s)
Force membres supérieurs - Normales	Félicitations ! Vous avez d'excellentes qualités de force. Vous êtes parfaitement armé-e pour goûter aux joies du triathlon.		66 répétition(s)	14 répétition(s)

BILAN CONDITION PHYSIQUE : VOS RESULTATS

Marie REY (Femme)
né le 07/04/1981 (42 ans)
0609937844 | nadegegarcia83@gmail.com



FORCE BAS DU CORPS

Félicitations ! Vous avez d'excellentes qualités de force. Vous êtes parfaitement armé-e pour goûter aux joies du triathlon.

Perf. ou test 77 répétition(s) Perf. génération 26 répétition(s)



FORCE HAUT DU CORPS

Votre force doit être améliorée. L'amélioration de la force vous permettra d'être plus à l'aise dans les gestes de la vie quotidienne.

Perf. ou test 5 répétition(s) Perf. génération 13 répétition(s)



VITESSE

Félicitations ! Vous avez d'excellentes qualités de vitesse. Cela vous permettra de rattraper votre bus...

Perf. ou test 5 s Perf. génération 411 s



COORDINATION

Votre coordination peut être améliorée. L'agilité est importante pour vos activités physiques et sportives.

Perf. ou test 5 point(s) Perf. génération 28 point(s)



ENDURANCE

Votre endurance doit être améliorée. Elle permet de lutter contre le surpoids et les maladies cardiovasculaires. Développez votre endurance grâce au triathlon.

Perf. ou test 5 m Perf. génération 331 m



SOUPLESSE HAUT DU CORPS

Félicitations ! Vous avez d'excellentes qualités de souplesse. Une bonne façon de prévenir les blessures et de pratiquer le triathlon en toute sérénité.

Perf. ou test 5 cm Perf. génération 86 cm



SOUPLESSE DE LA CHAÎNE POSTERIEURE

Félicitations ! Vous avez d'excellentes qualités de souplesse. Une bonne façon de prévenir les blessures et de pratiquer le triathlon en toute sérénité.

Perf. ou test Mains à plat au sol Perf. génération Dors à plat au sol



VOTRE SCORE AU TEST du 08.03.2024



Besoin de conseils, envie de convivialité, d'améliorer votre condition physique...
Rejoignez un club de la Fédération Française de Triathlon !

Bilan envoyé et dispo sur EspT

Bilan envoyé au pratiquant,
et disponible sur l'espace tri
santé de l'éducateur



Choix des actions



saisir les résultats d'un test



liste des tests passés (historique)



afficher le bilan des tests



supprimer le participant (merci de supprimer les essais avec des faux tests)

A venir....

- Charte graphique
- Nouveaux outils de communication: plateforme avec film, flyers, etc...
- nouvelles pages internet du site fédéral

Envie de différence ? Vibrez Triathlon !



LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE TRIATHLON SE MOBILISE POUR LA GRANDE CAUSE



GRANDE CAUSE NATIONALE
30'JOUR!
CHAQUE JOUR



https://drive.google.com/file/d/1ZJ2_i3uDVLYHsP8pUKqE054RfEwQFqS5/view?usp=drive_link

https://drive.google.com/file/d/1ZDmiDBwK00_rjPqK7EzN16h6RVHbUvdD/view?usp=drive_link



formulaire pour les opérations Bougez:
<https://forms.gle/VzudV5y4FdBw1aft7>



