



## Fiche de renseignements pour les jeunes (saison 2019/2020)

Notre club accueille des pratiquants de tous les niveaux et de tous les âges, dès 7 ans avec notre école de triathlon, et jusqu'à près de 75 ans pour nos "aînés". Issy Triathlon compte aujourd'hui 650 adhérents (200 jeunes et 450 adultes), et dispose également d'une section élite de niveau international.

Il dispose des deux labels fédéraux FFTRI :

- « école de triathlon 3 étoiles » qui est une reconnaissance de la structuration de notre club et de la qualité de notre formation ;
- « club excellence jeunes ». Seuls 4 clubs en France disposent de ce label qui reconnaît notre club comme structure d'accès au haut niveau dans le cadre du projet de performance fédéral.

Notre club est par ailleurs 16 fois champion régional IDF de triathlon et duathlon chez les jeunes sur les 18 dernières années ainsi que champion de France des écoles de triathlon 2017 et 2018, 2<sup>ème</sup> en 2019.

Notre structure et notre organisation (**26 coachs diplômés**) nous permettent d'accueillir les différents niveaux de pratique. Tous les entraînements sont encadrés par des coachs diplômés.

### **1. Inscriptions**

**Les inscriptions se font uniquement par Internet via notre site [www.issytriathlon.com](http://www.issytriathlon.com), onglet inscription à partir du 27 août 2019**

Les adhésions au club se prennent sur l'année scolaire (de septembre 2019 à fin juin 2020). Pour les frais d'adhésion au club, ils sont en 2019/2020 de 265 euros pour le groupe « Découverte » et de 305 euros pour le groupe « Performance ». Ce tarif comprend la licence FFTRI (de l'ordre de 30 euros, que nous reversons intégralement à la ligue Ile de France de Tri – la licence « compétition » est obligatoire), l'accès gratuit à la piscine pendant les créneaux d'entraînement du club et une dotation.

Vous pouvez payer en 3 fois. Le 1er chèque sera encaissé lors de l'adhésion, les autres à un mois d'intervalle.

Des tarifs spécifiques existent pour les jeunes licenciés au club via les sections UNSS triathlon du Collège Victor Hugo (Issy-les-Moulineaux) et du lycée Michelet (Vanves). Les jeunes de ces sections auront toutes les informations via Christophe et Guillaume (les coachs référents), Alain ou Yolande (secrétariat) ou leur professeur d'EPS.

Les paiements de vos inscriptions peuvent être réalisés directement en ligne sur le site du club avec votre carte bancaire grâce à l'application déployée avec notre partenaire bancaire, le Crédit Mutuel d'Issy-les-Moulineaux.

## **2. Groupe « performance » ou groupe « découverte »**

Pour les jeunes, le club a mis en place quatre groupes (performance 1, performance 2, performance 3 et découverte) correspondant à des pratiques et des objectifs différents.

Le groupe « découverte » correspond à une pratique orientée vers le plaisir du sport, l'apprentissage des trois disciplines du triathlon mais sans objectif de performance chiffré ni de contraintes d'entraînements. Aucun niveau particulier n'est requis pour intégrer le groupe découverte, à part qu'il faut savoir nager (faire 50m d'affilée dans la nage de son choix).

Les groupes « performance » ont été mis en place pour les jeunes ayant déjà quelques années de pratique du triathlon, souhaitant s'entraîner au moins 4 à 5 fois par semaine et visant des niveaux de performances chiffrés.

Les tests pour l'admission en groupes performance 2019/2020 se sont déroulés en juin 2019 et les jeunes admis dans ce groupe en ont été informés par le club suite à ces tests.

## **3. Où se déroulent nos entraînements ?**

Comme lors de la saison 2018/2019, notre lieu de rendez-vous et nos vestiaires pour les séances de course à pied (hors mercredi apm) seront situés à la Halle Christiane Guillaume et les entraînements se dérouleront dans le parc et sur le stade Suzanne Lenglen (en face du palais des sports de la ville d'Issy-les-Moulineaux).

Les séances de natation se dérouleront sur les deux piscines de la ville, Aquazena et Sevestre ainsi qu'à la piscine du Lycée Michelet (Vanves).

En résumé :

- 1) Natation (se reporter au planning pour la piscine)
  - à la Piscine Aquazena, 140 Promenade du Verger, 92130 Issy les Moulineaux
  - à la Piscine Sevestre, 70 boulevard Gallieni, 92130 Issy-les-Moulineaux
  - à la piscine du Lycée Michelet : 5 rue Jullien 92170 Vanves
- 2) Rendez-vous Vélo (se reporter au planning) :
  - sur le parvis du Palais des Sports, 6 boulevard des Frères Voisin, 92130
  - devant le Collège Victor Hugo, 24 rue Aristide Briand 92130 Issy-les-Moulineaux
- 3) Course à pied: Rendez-vous à la Halle Christiane Guillaume, 2 rue du Bateau-Lavoir, 92130 Issy-les-Moulineaux.
- 4) PPG : Gymnase Jules Guesde, 15 Rue Jules Guesde, 92130 Issy-les-Moulineaux
- 5) Home-trainer : gymnase du collège Victor Hugo, 24 rue Aristide Briand 92130 Issy les Moulineaux

A noter que pour les jeunes, il n'y a pas d'entraînement les jours fériés et pendant les vacances scolaires.

## **4. Reprise des entraînements :**

### **➤ Groupes Performance 1, 2 et 3 :**

Les listes des groupes performance ont été diffusées fin juin 2019 suite aux tests organisés par le club. **Les jeunes présents sur ces listes et leurs parents ont rendez-vous le mardi 10 septembre à 18H00 au collège Victor Hugo pour la réunion de rentrée.**

Les entraînements débuteront **le jeudi 12 septembre** pour les jeunes du groupe Performance.

## ➤ Groupe Découverte :

La rentrée sportive d'Issy Triathlon se fera le **mercredi 11 septembre 2019** suivant l'organisation ci-après (nouveaux ou anciens au club) :

### 1) Votre enfant est nouveau au club :

**Pour les jeunes des catégories poussins, pupilles, benjamins et minimes (enfants nés entre 2005 et 2012) du groupe Découverte qui s'inscrivent pour la 1<sup>ère</sup> fois au club :** rendez-vous le 11 septembre à 14h00 au Collège Victor Hugo d'Issy-les-Moulineaux (24 rue Aristide Briand, 92130 Issy-les-Moulineaux) avec une séance course à pied / natation (affaires de natation et de course à pied, pas de VTT).

**Pour les jeunes des catégories cadets et juniors (enfants nés entre 2004 et 2001) du groupe Découverte qui s'inscrivent pour la 1<sup>ère</sup> fois au club:** rendez-vous le 11 septembre à 17h00 à la Halle Christiane Guillaume (2 rue du Bateau-Lavoir, 92130 Issy-les-Moulineaux, **accueil au niveau de l'entrée**) avec une séance course à pied (affaires de course à pied uniquement, pas de VTT).

Un temps d'échange sera réservé avec les parents présents en début de séance afin de répondre aux questions.

### 2) Votre enfant était déjà licencié au club la saison dernière

**Pour les jeunes des catégories poussins, pupilles, benjamins et minimes (enfants nés entre 2005 et 2012) du groupe Découverte déjà inscrits au club la saison passée :** rendez-vous le 11 septembre à 15h30 au Collège Victor Hugo d'Issy-les-Moulineaux (24 rue Aristide Briand, 92130 Issy-les-Moulineaux) avec une séance de course à pied (affaires de course à pied uniquement, pas de VTT).

**Pour les jeunes des catégories cadets et juniors (enfants nés entre 2004 et 2001) du groupe Découverte déjà inscrits au club l'an passé:** rendez-vous le 11 septembre à 17h30 à la Halle Christiane Guillaume (2 rue du Bateau-Lavoir, 92130 Issy-les-Moulineaux, **accueil au niveau de l'entrée**) avec une séance course à pied (affaires de course à pied uniquement, pas de VTT).

**A partir du mercredi 18 septembre,** les jeunes du groupe Découverte pourront venir sur les créneaux qui leur sont réservés en fonction de leur groupe d'appartenance.

## 5. Tests de rentrée et organisation des groupes

La présence des jeunes est obligatoire :

- Pour les jeunes du groupe Découverte, à la séance de rentrée du mercredi 11 septembre 2019
- Pour les jeunes du groupe Performance à la réunion de rentrée du mardi 10 septembre 2019 au Collège Victor Hugo

Pour les jeunes souhaitant s'inscrire pour la 1<sup>ère</sup> fois au club :

- la séance de rentrée du 11 septembre permettra de réaliser des tests d'aptitude visant à vérifier que le club peut bien les accueillir et à les positionner dans les groupes de niveau et d'âge.
- les familles seront informées de l'acceptation des jeunes dans notre structure le 17 septembre au plus tard.

Le club attire l'attention des familles que nous ne pouvons malheureusement pas accepter tous les jeunes souhaitant s'inscrire au club pour des questions de taille des groupes, de sécurité et afin de maintenir un haut niveau de qualité à nos entraînements.

## **6. Les stages :**

Chaque année, le club organise 6 stages pour les jeunes :

- un stage natation lors des vacances de la Toussaint, Issy-les-Moulineaux (groupes concernés à définir),
- un stage vélo itinérant lors des vacances de la Toussaint, 30 jeunes,
- un stage natation lors des vacances de Noël, Issy-les-Moulineaux,
- un stage pour les groupes performances lors des vacances de février : 30 jeunes, lieu à déterminer
- un stage lors des vacances d'avril : 70 jeunes, lieu à déterminer
- un stage lors des vacances d'été (début juillet) : 30 jeunes, Sainte Suzanne (53)

Ces stages, animés par nos entraîneurs, ont pour objectif de proposer à nos jeunes des semaines de préparation plus intensives en vue des objectifs sportifs de la saison.

## **7. Le Challenge interne:**

Le club met en place un challenge interne par catégorie d'âge pour les jeunes de notre école de triathlon. Les jeunes cumulent des points en fonction de leur participation et performance sur les courses régionales. Une remise des prix aux trois premiers de chaque catégorie a lieu en fin de saison (24 juin 2020) lors de la fête de l'école de triathlon.

## **8. Matériel à prix réduit**

Le club dispose de nombreux partenaires qui permettent à nos adhérents de pouvoir acheter du matériel avec des réductions significatives. Ces partenaires viennent rencontrer nos adhérents lors de sessions d'entraînement programmées ou lors de réunions d'informations. Des ventes privées sont également organisées régulièrement.

Dès le mois de septembre 2019, le club vous proposera une grosse opération avec notre partenaire vélo Cycles Doll. Vous pourrez bénéficier des modèles de la gamme GIANT 2019 et 2020 avec des réductions allant jusqu'à 30% sur le tarif public.

Partenaires : Cycles Doll (vélo), Kiwami (tenues vélo et trifonctions), Mako (combinaison et maillots de bain), Crédit Mutuel (Banque)...



## PLANNING des ENTRAINEMENTS JEUNES 2019-2020

### GROUPE « DECOUVERTE » (\*)

**Groupe 1** : jeunes nés en 2010 (Pupille 1), 2011 (Poussin 2) et 2012 (Poussin 1)

(coachs : Audrey et Blandine)

**Groupe 2** : jeunes nés en 2008 (Benjamin 1) et 2009 (Pupille 2)

(coach : Christophe)

**Groupe 3** : jeunes nés en 2006 (Minime 1) et 2007 (Benjamin 2)

(coach : Thibault)

**Groupes 4, 5 et 6** : jeunes nés en 2005 (Minime 2) et 2006 (Minime 1)

(coachs : Juan, Alain, Yolande)

**Cadets** : jeunes nés en 2003 et 2004

**Juniors** : jeunes nés en 2001 et 2002

JOUR	ACTIVITE	HORAIRE	GROUPE	LIEU du RDV
LUNDI	Natation	17h30-18h30	Groupe 1	Piscine Sevestre
MERCREDI	Semaine paire : Natation et Course à pied  Semaine impaire Vélo	14h00 à 17h00	Groupe 1	Semaine paire : rdv à la piscine Sevestre  Semaine impaire : rdv sur le parvis du palais des sports
MERCREDI	Course à pied /Natation	14h00 à 17h00	Groupe 2	Piscine Aquazena
MERCREDI	Course à pied /Natation	15h00 à 18h00	Groupe 3	Piscine Aquazena
MERCREDI	VTT/Course à pied	14h00 à 17h00	Groupes 4, 5 et 6	Devant le Palais des Sports
MERCREDI	course à pied	17h30 à 19h00	Cadets et Juniors	Halle Christiane Guillaume
VENDREDI	Natation	18h30 à 19h15	Groupe 2	Piscine Sevestre
VENDREDI	Natation	18h00 à 19h00	Groupes 4, 5 et 6	Piscine du Lycée Michelet
VENDREDI	Natation	19h00 à 20H00	Cadets, Juniors	Piscine du Lycée Michelet
SAMEDI	Vélo de route	9h00 à 12h00	Groupes 4, 5 et 6	Devant le collège Victor Hugo
SAMEDI	VTT	10h00 à 12h00	Groupes 2 et 3	Devant le collège Victor Hugo
SAMEDI	Natation	14h00 à 15h00	Groupe 1	Piscine Sevestre
DIMANCHE	Vélo de route	9h30 à 12h30	Cadets et Juniors	Devant le collège Victor Hugo

(\*) : Les jeunes pourront, si besoin, être repositionnés par les coachs dans le groupe d'âge inférieur ou supérieur par souci de cohérence de niveau

**PLANNING des ENTRAINEMENTS JEUNES 2019-2020**  
**GROUPES PERFORMANCE 1, 2 et 3**

<i>JOUR</i>	<i>ACTIVITE</i>	<i>HORAIRE</i>	<i>GROUPE</i>	<i>LIEU du RDV</i>
LUNDI	Natation	7h00 à 8h00	Créneau adultes ouverts aux groupes Performance 1 et 2	Piscine Sevestre
LUNDI	Natation	18h00 à 20h00	Performance 1 et 2	Piscine Lycée Michelet
MARDI	Natation	7h00 à 8h00	Créneau adultes ouverts aux groupes Performance 1 et 2	Piscine Aquazena,
MARDI	Natation	17h15-18h15	Performance 3	Piscine Sevestre
MARDI	En alternance, Home-trainer/ PPG	HT : 18h à 20h PPG : 18h30 à 19h30	HT : Performances 1 et 2 (1 semaine sur 2) PPG : Performance 1 (toutes les semaines)	HT : Collège Victor Hugo PPG : Gymnase Jules Guesde
MERCREDI	Natation	7h00 à 8h00	Créneau adultes ouverts aux groupes Performance 1 et 2	Piscine Aquazena,
MERCREDI	natation	Semaine impaire 15h30 à 17h00 Semaine paire : 16h00-17h00	Benjamins et Minimes des Performance 1, 2	Semaine impaire : Piscine Sevestre Semaine paire : piscine Michelet
MERCREDI	Course à pied	17h30-19H00	Benjamins et Minimes des Performance 1, 2	Semaine impaire : Halle Guillaume Semaine paire : Stade de Vanves
MERCREDI	Course à pied	17h30 à 19h00	Cadets et Juniors des Performances 1, 2	Halle C.Guillaume
JEUDI	Natation	7h00 à 8h00	Créneau adultes ouverts aux groupes Performance 1 et 2	Piscine Sevestre
JEUDI	Natation	17h30-18h30	Performance 3	Piscine Aquazena
JEUDI	Natation	18h30 à 20h30	Performance 1	Piscine Aquazena
VENDREDI	Natation	7h00 à 8h00	Créneau adultes ouverts aux groupes Performance 1 et 2	Piscine Sevestre
VENDREDI	Course à pied	18h30 à 20h00	Cadets et Juniors des groupes Performance 1 et 2	Lycée Michelet
VENDREDI	Natation	19h15 à 21h	Benjamins, Minimes, Cadets, Juniors des groupes Performance 1 et 2	Piscine Sevestre
VENDREDI	Course à pied	18h00 à 19h00	Cadets et Juniors de la section Michelet	Lycée Michelet
SAMEDI	Vélo de route	9h00 à 12h00	Minimes des groupes Performance 1 et 2	Devant le collège Victor Hugo
SAMEDI	Natation	15h00 à 16h30	Créneau adultes ouvert aux cadets et juniors Performance 1 et 2 (à voir avec les coachs)	Piscine Sevestre
DIMANCHE	Vélo de route	9h30 à 12h30	Cadets et Juniors des groupes Performances 1 et 2	Devant le collège Victor Hugo
DIMANCHE	Natation	18h00 à 19h00	Benjamins, Minimes des groupes Performance 1, 2 et 3	Piscine Aquazena,
DIMANCHE	Natation	19h00 à 20h30	Créneau adultes ouverts aux Cadets et Juniors des groupes Performance 1 et 2	Piscine Aquazena