



## Fiche de renseignements pour les jeunes (saison 2022/2023)

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 plus de 70 ans pour nos "aînés". Issy Triathlon compte 610 adhérents (170 jeunes et 440 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 17 fois champion régional IDF de triathlon et duathlon chez les jeunes sur les 20 dernières années ainsi que champion de France des écoles de triathlon 2017 et 2018, 2<sup>ème</sup> en 2019 et 2021, 3<sup>ème</sup> en 2022.

Notre structure et notre organisation (**35 coaches diplômés**) nous permettent d'accueillir les différents niveaux de pratique. Une large place est accordée aux adhérents débutants en triathlon. Tous les entraînements sont encadrés par des coaches diplômés.

### **1. Inscriptions**

Les inscriptions se font uniquement par Internet *via* notre site [www.issytriathlon.com](http://www.issytriathlon.com), menu jeunes / Adhérer, la procédure y est détaillée pas à pas. La date d'ouverture des inscriptions pour la saison 2022/2023 sera indiquée par mail à l'ensemble des adhérents du club de la saison 2021/2022. La date sera également indiquée sur le site Internet du club.

Les adhésions au club se prennent sur l'année scolaire (de septembre 2022 à fin juin 2023). Pour les frais d'adhésion au club, ils sont en 2022/2023 de 265 euros pour le groupe « Découverte » et de 305 euros pour le groupe « Performance » incluant la licence FFTRI.

Lors de l'étape 1 « demande de licence FFTRI », le licencié doit forcément choisir une des **3 formules d'assurance** proposées par la FFTRI. Si vous choisissez la formule n°1 (2,45 €) ou n°2 (4,61 €), vous n'aurez rien à payer en plus de la cotisation d'adhésion (265 € ou 305 €). Si vous choisissez la formule n°3 (187,82 €), vous aurez alors 184€ à régler lors de votre inscription en ligne Issy Triathlon en plus de votre cotisation d'adhésion.

L'adhésion au club permet d'accéder gratuitement à la piscine pendant les créneaux d'entraînement du club et une dotation.

Des tarifs spécifiques existent pour les jeunes licenciés au club via les sections UNSS triathlon du collège Victor Hugo (Issy-les-Moulineaux), du lycée Michelet (Vanves), du lycée La fontaine (Paris 16) et du lycée Camille Sée (Paris 15). Les jeunes de ces sections auront toutes les informations via Christophe et Guillaume (les coaches référents), Alain ou Yolande ([secretariat@issytriathlon.com](mailto:secretariat@issytriathlon.com)).

Les paiements de vos inscriptions sont 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.

Vous pouvez payer en 3 fois. Le paiement se fait alors en chèque et le 1<sup>er</sup> chèque sera encaissé lors de l'adhésion, les autres à un mois d'intervalle.

## **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 2022/2023 ont eu lieu en juin 2022. Si vous pensez que votre enfant est susceptible de répondre aux critères pour pouvoir y accéder, merci de nous contacter via le mail [secretariat@issytriathlon.com](mailto:secretariat@issytriathlon.com).*

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

- 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 pour le vélo) :
  - devant le Collège Victor Hugo, 24 rue Aristide Briand 92130 Issy-les-Moulineaux
  - devant la Halle Christiane Guillaume, 2 rue du Bateau-Lavoir, 92130 Issy-les-Moulineaux.
- 3) Course à pied :
  - piste de la Cité des Sports de la ville d'Issy-les-Moulineaux ou piste Lenglen du parc Suzanne Lenglen Paris 15<sup>ème</sup> ;
- 4) PPG : salle de musculation de la Cité des Sports, 92130 Issy-les-Moulineaux
- 5) Home-trainer : gymnase du collège Victor Hugo, 24 rue Aristide Briand 92130 Issy-les-Moulineaux

D'une manière générale, il convient de se reporter au planning du groupe de votre enfant qui vous sera transmis dans les 10 jours suivants la 1<sup>ère</sup> séance de septembre 2022.

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**

La rentrée sportive d'Issy Triathlon se fera le **mercredi 14 septembre 2022** 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 2008 et 2015) du groupe Découverte qui s'inscrivent pour la 1<sup>ère</sup> fois au club : rendez-vous le 14 septembre à 14h00 à l'Amphithéâtre de la Cité des sports (92 rue du gouverneur général Eboué 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 2007) du groupe Découverte qui s'inscrivent pour la 1<sup>ère</sup> fois au club : rendez-vous le 14 septembre à 17h30 à l'entrée de la piste Suzanne Lenglen (Parc Suzanne Lenglen, Paris 15) avec une séance course à pied (affaires de course à pied uniquement, pas de VTT).**

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

**Pour les jeunes des catégories poussins, pupilles, benjamins et minimes (enfants nés entre 2008 et 2015) déjà inscrits au club la saison passée : rendez-vous le 14 septembre à 15h30 à l'Amphithéâtre de la Cité des sports (92 rue du gouverneur général Eboué, 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 2007) déjà inscrits au club la saison passée : rendez-vous le 14 septembre à 17h30 à l'entrée de la piste Suzanne Lenglen (Parc Suzanne Lenglen, Paris 15) avec une séance course à pied (affaires de course à pied uniquement, pas de VTT).**

**A partir du mercredi 21 septembre 2022, les jeunes 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 (nouveaux ou anciens au club) est obligatoire lors la séance de rentrée du mercredi 14 septembre 2022.

**Pour les jeunes souhaitant s'inscrire pour la 1<sup>ère</sup> fois au club est demandé aux familles de mener la procédure d'inscription de votre enfant via la page « inscriptions jeunes » de notre site Internet. Cela a pour but de nous permettre d'organiser au mieux la journée de rentrée et de pré-affecter les enfants par groupe d'âge.**

**La notification que votre dossier est complet ne vaut toutefois pas validation de l'inscription.**

- **la séance de rentrée du 14 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 19 septembre au plus tard.**

Le club attire en effet l'attention des familles sur le fait 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. **En cas de refus de votre enfant, le club re-crédite sous 7 jours la carte bancaire ayant servi au paiement de l'inscription.**

## **6. Les stages**

Chaque année, le club organise des stages pour les jeunes ouverts en fonction de leur groupe d'appartenance :

- stage natation lors des vacances de la Toussaint et de Noël, Issy-les-Moulineaux ;
- un stage lors des vacances de février, 30 jeunes du groupe performance, Boulouris (83) en 2022 ;
- un stage lors des vacances d'avril : 70 jeunes, l'Isle sur la Sorgue (84) en 2022 ;
- un stage début juillet, 30 jeunes, Sainte Suzanne (53) ;
- un stage fin août, 15 jeunes du groupe Performance, Font-Romeu (66) ;

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 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.

Partenaires : Partenaire vélo CRC Cycles (Vanves), Kiwami (tenues vélo et tréfonctions), L&P (immobilier), Cryopole Issy les Moulineaux (cryothérapie), Crédit Mutuel (Banque), Le Coq Sportif, Emergence (location d'espace de travail).



## PLANNING des ENTRAINEMENTS JEUNES 2022-2023

### **GROUPE « DECOUVERTE » (\*)**

**Les jeunes pourront, si besoin, être repositionnés par les coaches dans le groupe d'âge inférieur ou supérieur par souci de cohérence de niveau.**

**Groupe 1 :** jeunes nés en 2013 (Pupilles 1), 2014 (Poussins 2) et 2015 (Poussins 1)

**Groupe 2 :** jeunes nés en 2011 (Benjamins 1) et 2012 (Pupilles 2)

**Groupe 3 :** jeunes nés en en 2010 et 2011 (Benjamins)

**Groupe 4 :** jeunes nés en 2008 (Minimes 2) et 2009 (Minimes 1)

**Groupe Ado :** jeunes nés en 2008 (Minimes 2), en 2006 / 2007 (Cadets) et en 2004 / 2005 (Juniors)

JOUR	ACTIVITE	HORAIRE	GROUPE	LIEU du RDV
LUNDI	Natation	17h30-18h30	Groupe 1 et 2	Piscine Sevestre
MERCREDI	Semaine paire : Natation et Course à pied	9h00 à 12h00	Groupe 1	Piscine Aquazena
MERCREDI	Semaine impaire Natation et Vélo			
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	Groupe 4	Devant le collège V.Hugo
MERCREDI	Course à pied	17h30 à 19h00	Groupe Ado	Piste S.Lenglen ou Cité des Sports
VENDREDI	Natation	18h30 à 19h15	Groupes 2 et 3	Piscine Sevestre
VENDREDI	Natation	18h00 à 19h00	Groupe 4	Piscine du Lycée Michelet
VENDREDI	Natation	19h00 à 20H00	Groupe Ado	Piscine du Lycée Michelet
SAMEDI	Vélo de route	9h00 à 12h00	Minimes avec vélo de route	Devant le collège Victor Hugo
SAMEDI	VTT	10h00 à 12h00	Groupes 2 et 3	Devant la Halle C.Guillaume
SAMEDI	Natation	14h00 à 15h00	Groupe 1	Piscine Sevestre
DIMANCHE	Vélo de route	9h30 à 12h30	Groupe Ado	Devant le collège Victor Hugo

**PLANNING des ENTRAINEMENTS JEUNES 2022-2023**  
**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, 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	Home-trainer	18h à 20h	Performances 1 et 2	Collège Victor Hugo
MARDI	Préparation Physique	18h30 à 19h30	Performance 1 et 2	Cité des Sports
MERCREDI	Natation	7h00 à 8h00	Créneau adultes ouverts aux groupes Performance 1 et 2	Piscine Aquazena
MERCREDI	Natation	14h - 15h30	Performance 1 Lycéens	Piscine Aquazena
MERCREDI	Course à pied	14h - 15h30	Groupe Guillaume collégiens	Cité des Sports
MERCREDI	Course à pied	15h30-17h00	Performance 1 et 2 Lycéens	Cité des sports
MERCREDI	Natation	15h30 - 17h	Performance 1, 2 Collégiens	Piscine Sevestre
MERCREDI	Course à pied	17h00-18H30	Performance 1, 2 Collégiens	Piste S. Lenglen ou Cité des sports
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	Natation	19h15 à 21h	Benjamins, Minimes, Cadets, Juniors des groupes Performance 1 et 2	Piscine Sevestre
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	17h30 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

Les collégiens et lycéens scolarisés en classe CHASE à la Cité scolaire Camille Sée (Paris 15) auront des créneaux d'entraînements spécifiques dédiés les après-midis. Le planning leur sera communiqué à la rentrée.