

TRIATHLON

DES ROSES DE PORCELAIN



100% dédié
à la recherche sur
le **cancer du sein**
et sur le **lupus**.

Dimanche

23

OCTOBRE
2016

Marraine de
l'évènement
GuYlyn LOUIS

Ne limite pas tes défis
Défis tes limites



DOSSIER de PRÉSENTATION

TRIATHLON

DES ROSES DE PORCELAINES



Cette première édition du "Triathlon des Roses de Porcelaine" est **organisée par la commission "Sport, Loisir et Bien-être pour tous" du club de Triathlon "les Dynamiques Triathlètes Saintan-nais"**, en partenariat avec la Ligue contre le Cancer - Comité Guadeloupe, l'association "Lupus Guadeloupe", la Ligue Régionale de Triathlon, la ville de Sainte-Anne et la DRJSCS, **à l'occasion du mois de mobilisation internationale "Octobre rose", en faveur du dépistage du cancer du sein et de la recherche contre le lupus.**

LE CONSTAT

Le cancer en France, c'est 335 000 nouveaux cas par an dont 155 000 féminins.

Le cancer du sein est le plus fréquent et le plus meurtrier chez les femmes : 49 000 nouveaux cas par an dont 12 000 décès.

Une femme sur deux seulement participe aux campagnes de dépistage ... Détecté à temps, le cancer du sein se soigne dans 9 cas sur 10.

Pour ce qui est du lupus, on estime entre 3 et 5000 personnes atteintes de cette maladie en Guadeloupe. **Le lupus est une pathologie chronique qui peut être très invalidante selon la forme qu'elle prend.**

Même si la recherche avance, **aucun traitement ne peut le guérir**, juste en soulager les symptômes. Les personnes atteintes d'une forme grave peuvent en mourir, notamment lorsque les reins sont touchés.

Le problème de cette maladie orpheline est qu'elle est mal connue.

Le lupus érythémateux disséminé (Led), ou lupus érythémateux systémique, est une maladie auto-immune inflammatoire chronique. Elle survient surtout dans certains contextes : prédisposition génétique, facteurs hormonaux (après une grossesse par exemple), prise de médicaments.

Dans cette maladie, le système immunitaire, qui protège contre les microbes ou les substances étrangères à l'organisme, se dérègle et se retourne contre les propres cellules de l'organisme. Il produit ainsi des anticorps spécifiques, nommés "auto-anticorps". Cette attaque par les auto-anticorps est responsable de réactions inflammatoires et de lésions de divers tissus : vaisseaux, peau, articulations, muscles, cellules du sang, etc. La maladie évolue ensuite par poussées entrecoupées de périodes d'accalmie.

L'OBJECTIF

> **Inform**er le grand public quant **aux bienfaits de l'activité physique**

> **Prévenir** les cancers et faire face à la maladie.

> **Inciter au dépistage**

> **Limiter les risques** de récurrence

> **Collecter des fonds** pour la recherche sur le cancer du sein et le lupus

> **Inform**er le grand public, et surtout les femmes, de **cette maladie auto-immune (le lupus) encore méconnue** et pourtant très répandue dans la population féminine guadeloupéenne.

Accessible à toutes les femmes qui pratiquent une activité physique régulière modérée, ces triathlons de formats divers et variés, pourront être accomplis en individuel ou en relais par équipe de deux, trois ou quatre : une femme qui nage, une femme qui pédale, une femme qui court ou marche.

Un relais qui peut réunir des collègues, des amies, la famille symbolise la solidarité et l'engagement collectif contre la maladie.

TRIATHLON

DES ROSES DE PORCELAIN

LE TRIATHLON



Le triathlon est un sport fédérateur : il rassemble, il est porteur de valeurs et d'émotions. Le triathlon est un sport du "triple effort".

Le sport, en règle générale, permet de prévenir le cancer, de mieux supporter les traitements et de limiter les risques de récurrences.

20% des cas de cancer du sein pourrait être évité grâce à une activité physique régulière.

L'objectif de la commission "Sport, Loisir et Bien-être pour tous" des Dynamiques Triathlètes Saintannaise **est d'attirer les femmes et les adolescentes à la pratique de ce sport**, qui n'est pas réservé qu'aux "surhommes" quand il est présenté dans une forme autre que compétition.

Cet évènement novateur ludique s'inscrit dans un triathlon loisir et de ce fait, selon le règlement de la Fédération Française de Triathlon, **la participante s'acquittera d'un "Pass Loisir"** et donc n'aura pas à fournir un certificat de non contre-indication à la pratique du triathlon en compétition, qui est, faut-il le rappeler un frein à la participation de la population.

Le triathlon enchaîne trois disciplines sportives universelles : la natation, le vélo, la course à pieds.

Il est accessible à un très large public, à condition que les distances soient adaptées, ce qui sera le cas pour cet évènement.

C'est une discipline sportive ludique et qui est très peu traumatisante. En effet deux disciplines sur trois sont autoportées : la natation et le vélo.

C'est un sport d'endurance qui sollicite le cœur, les os et les articulations en douceur tout en limitant le risque de blessures. **C'est un vrai "sport-santé".**

Ce Triathlon des Roses de Porcelaine sera pour beaucoup de femmes l'occasion de transcender un défi sportif, de goûter au triple effort et pourquoi pas de prendre une licence dans un des clubs de triathlon de Guadeloupe.

Avant d'être une épreuve sportive, ce triathlon sera d'abord un évènement solidaire au profit de la recherche sur le cancer du sein et le lupus.

GuYlyn LOUIS

GuYlyn LOUIS, figure emblématique du triathlon féminin en Guadeloupe nous fait l'honneur d'être la marraine de cet évènement.

Même si aujourd'hui, elle ne pratique plus ce sport, elle est souvent présente sur les différentes compétitions et à toujours un petit mot de sympathie pour chacun d'entre nous, quel que soit notre niveau.

Ce triathlon est l'occasion de lui rendre hommage.



TRIATHLON

DES ROSES DE PORCELAIN

DÉROULEMENT de la MANIFESTATION

**Un évènement sportif réservé
aux femmes de 10 à 100 ans !**

**Dans un cadre magique :
le lagon de Sainte-Anne et sa plage.**

**Un double challenge :
mettre son énergie pour nager, pédaler,
courir ou marcher et collecter des fonds
pour la recherche.**

3 formats de course accessible à toutes les
femmes, à réaliser en individuel
ou en équipe de 2 ou 3.

> L'AQUATHLON :

200 m de natation

(Digue > base nautique ... dans le sens du courant)

1 km de course à pied ou marche

(Base nautique > resto Kontiki A/R)

> LE DUATHLON :

2,4 km de course à pied ou marche

2 boucles de 1,2 km (Base nautique > resto Kontiki A/R)

5 km de vélo

1 boucle (Base nautique > délestage)

1,2 km de course à pied ou marche

(Base nautique > resto Kontiki A/R)

> "La GuYlyn LOUIS" :

400 m de natation

(Digue > base nautique ... dans le sens du courant)

10 km de vélo

2 boucles de 5 km (Base nautique > délestage)

3,6 km de course à pieds ou marche

3 boucles de 1,2 km (Base nautique > resto Kontiki A/R)

**Toutes femmes licenciées dans un
des clubs de Triathlon de Guadeloupe à
pour mission de "marrainer" une équipe
femmes novices afin de leur faire
découvrir cette discipline en toute
sécurité et bien être.**



Dimanche

23

**OCTOBRE
2016**

LES TARIFS

Aquathlon :
relais > 8€
individuelle > 6€

Duathlon :
relais > 12€
individuelle > 8€

La "GuYlyn LOUIS" :
relais > 16€
individuelle > 12€

**En participant à cet évènement, les concu-
rentes donneront plus de sens à leur course
en nous aidant à collecter des fonds au
profit de la recherche.
Une participation = un don !**

Mais sans avoir la contrainte de la compé-
tition. En effet, ce triathlon est organisé dans
une dynamique de loisir, plaisir, détente.
Il n'y aura pas de chronométrage officiel,
pas de classement ni de remise de coupe.
Par contre chaque participante sera récom-
pensée par une médaille et un diplôme de
participation.

Après l'effort ... la détente !

Une tombola sera organisée, avec le tirage
au sort des numéros de dossard.

Moyens humains pour cette manifestation :

> **Bénévoles** au sein des D.T.S., de l'associa-
tion Lupus Guadeloupe, du Comité de Lutte
contre le Cancer.

> **Signaleurs et arbitres** au sein des D.T.S. et
de la Ligue Régionale de Triathlon de Gua-
deloupe.

> **Service d'ordre** : police municipale de
Sainte-Anne.

PLAGE de SAINTE-ANNE > 6H30

TRIATHLON

DES ROSES DE PORCELAIN



LES DYNAMIQUES TRIATHLÈTES SAINTANNAIS

A l'origine était "Les Dynamiques"

L'Association sportive et culturelle "Les Dynamiques" a fêté récemment ses 4 ans d'existence. Elle est affiliée à la Fédération Française Handisport.

Elle propose à un public senior et handicapé des activités physiques et sportives adaptées et organise régulièrement des rencontres handi-valides : "Viens avec tes différences, repars avec tes ressemblances".

La présidente de l'association, **Mme Valérie ADAM** vit à Sainte-Anne depuis dix ans. Devant la beauté du lagon et de la structure de la ville, son rêve était de monter un club de triathlon.

"Les Dynamiques" et le triathlon

Première affiliation à la Fédération Française de Triathlon en février 2007, avec une licenciée en sa personne !

L'univers, ne conspirant que pour ceux qui rêvent, met sur son chemin Mr Richard Ramassamy. Tous deux ont les mêmes ambitions, faire de Sainte-Anne, la ville de cette noble discipline. Chacun de leur côté persuade les copains et collègues de venir adhérer au club.



Mr Richard RAMASSAMY et Mme Valérie ADAM

Septembre 2007, "Les Dynamiques" se réaffilie à la FFtri et compte une dizaine de licenciés d'horizons et de professions différents.

La plus jeune est âgée de 10 ans et participera à sa première compétition le 30 mars 2008.

Après concertation, la section triathlon se nommera "Les Dynamiques Triathlètes Saintannais" ou D.T.S.

La philosophie des D.T.S

"Tu peux peut être peu ... mais tu peux !" telle est leur devise, ajoutez-y l'humilité et le respect.

L'ambiance se veut très familiale et très conviviale.

Un planning d'entraînement est établi. Chacun s'entraîne en fonction de ses disponibilités et de sa vie de famille.

Une charte propre aux D.T.S. a été établie afin d'assurer le bon fonctionnement au sein du groupe.

La force des D.T.S.

Petit par le nombre, fort par leur détermination et leur organisation.

Le triathlon est connu pour être une discipline très dure. Mais il est aussi une bonne façon d'accéder à un développement harmonieux du corps. Il est très profitable à la santé, à la performance, à la vie et à la réinsertion sociale.



Les D.T.S. veulent promouvoir cette belle discipline et la rendre accessible à tous les publics.

Les triathlètes font preuve de beaucoup de rigueur et de courage. Ils ont la chance d'avoir des personnes qualifiées pour leur suivi sportif :

Entraîneurs vélo >

Mr Richard RAMASSAMY,
Mr Yannick MASSET pour les débutants

Entraîneur de natation > Mr COLBERT GALLAS.

Médecin sportif > Docteur Patrick CHÉRUBIN

Chargés de communication >

Mme Valérie ADAM,
Mr Pascal MONTOUT



TRIATHLON

DES ROSES DE PORCELAIN



LES DYNAMIQUES TRIATHLÈTES SAINTANNAIS

Calendrier des compétitions

Chaque année est établi un calendrier des triathlons organisés par les différents clubs.

Les D.T.S. ont pu participer à toutes les épreuves de triathlons inscrites au calendrier de la Ligue Régional de Triathlon de Guadeloupe jusqu'à ce jour. Et seront présents sur les autres à venir.

Performances

Le triathlon en Guadeloupe commence à connaître un certain essor.

S'il n'est pas facile de faire un "podium" pour les triathlètes masculins vu le nombre de licenciés et le niveau, il le sera plus facilement pour les féminines et les enfants.

L'efficacité du travail accompli en entraînement devrait se faire ressentir sur les performances en compétitions. A suivre ...

Les D.T.S. : organisateurs et innovateurs

Jusqu'à ces deux dernières années, les D.T.S. organisaient un **DUATHLON VERT** (Course à pied/VTT/course à pied) dans la campagne saintannaise.

Le 8 octobre 2016 sera la 2^{ème} édition de la Coupe des clubs de Duathlon.

A ce jour n'existait au calendrier que la Coupe des clubs de Triathlon qui a remporté un vif succès auprès de tous les clubs.

Le 23 octobre 2016, la 1^{ère} édition du Triathlon des Roses de Porcelaine de Sainte-Anne organisé par la

commission "Sport, Loisir et Bien-être pour tous" des D.T.S. (qui a vu le jour le 21 février 2016), aura pour objectif de promouvoir la pratique du triple effort dans un esprit de sport-santé et aussi de sensibiliser les participantes à l'importance du dépistage du cancer du sein (octobre rose) mais aussi de la maladie auto-immune qu'est le lupus et qui touche un grand nombre de femmes en Guadeloupe.

L'Avenir des D.T.S.

Ils participeront à la formation BF5 (initiateur en triathlon) si la Ligue organise le stage.

A long terme, il est envisagé de créer l'école de triathlon à Sainte-Anne.

**Les Dynamiques Triathlètes Saintannais,
une équipe à suivre...**

Trois sports : une passion



TRIATHLON

DES ROSES DE PORCELAINES



NOS PARTENAIRES



CONTACTS



Les Dynamiques Triathlètes Saintannais
97180 SAINTE-ANNE

Richard RAMASSAMY > 0690 61 48 29

Valérie ADAM > 0690 21 13 78

Pascal MONTOUT > 0690 34 81 41

www.lesdynamiques.overblog.com