

# TRI-BUNE RHÔNE-ALPES

## Editorial

Janvier 2010 - N°3

Au moment où vous lirez ces lignes l'année 2010 aura commencé, aussi j'espère que vous avez passé de Bonnes Fêtes de fin d'année 2009 et je voudrais vous souhaiter à tous une très bonne et heureuse année 2010 pour vous et tous vos proches avec Santé, Bonheur et Réussite dans tout ce que vous entreprendrez.

Cette période est propice aux vœux alors je souhaite à la famille du triathlon de se porter aussi bien qu'en 2009, avec une progression du nombre de licenciés équivalente (ce qui est en bonne voie malgré nos soucis de démarrage avec le logiciel de saisie par internet), une progression également du nombre de pratiquants, mais aussi de nos pratiques et épreuves.

Pour une région montagneuse comme la nôtre l'arrivée d'une deuxième épreuve de triathlon des neiges me paraît légitime. Vous en retrouverez un large écho dans ce numéro.

Cette année 2010 voit naître de nouvelles épreuves et des clubs qui se lancent dans des organisations. Je m'en réjouis car cela permet de proposer une offre plus élargie et de couvrir notre territoire d'une façon plus homogène. Cela rend encore plus légitime notre Commission des Organisations qui a réalisé un gros travail pour proposer une offre chronométrage optimisée afin d'aider nos organisateurs sur cette tâche toujours très sensible et primordiale dans une épreuve de compétition.

Une nouvelle approche de l'arbitrage a été réalisée afin d'améliorer la qualité d'arbitrage des épreuves. Un travail important a été fait sur la formation, il faut que nous récoltions les fruits de ce travail et identifions une réelle évolution de notre arbitrage. Cela reste un travail de fond qui ne se fera pas du jour au lendemain mais 2010 doit montrer le début de cette évolution.

Enfin que 2010 voit se renouveler les excellents résultats de tous nos jeunes que cela soit à titre individuel ou collectif et en particulier aux Championnats de France des Ligues qui nous tiennent tant à cœur et pour lesquels nous revenons toujours avec beaucoup de titres et de podiums.

Merci à tous les acteurs du Triathlon en Rhône Alpes qui ont permis à celui-ci de bien se porter en 2009, merci aux bénévoles, éducateurs, organisateurs, arbitres ..... que 2010 vous soit aussi prospère.



**Jean-Marc GROSSETETE**  
Président Ligue Rhône Alpes  
de Triathlon



FÉDÉRATION  
FRANÇAISE DE  
**TRIATHLON**



## à lire dans ce numéro....

TRI-BUNE Rhône-Alpes, voilà le N°3 !

Il paraît que pour un journal, le plus difficile est de s'inscrire dans la durée. De nombreuses publications associatives ne vont pas au delà du 2ème numéro. Nous sommes donc ravis de pouvoir revenir vers vous avec un numéro riche d'informations sur l'actualité du triathlon dans la Ligue Rhône-Alpes. Certains d'entre vous nous ont contacté en disant mais pourquoi n'avez-vous pas parlé de telle ou telle course, de telle manifestation. Pour tous la réponse est la même : **«Ce journal est le votre, à vous tous qui êtes membres de notre ligue régionale. Nous vous encourageons à contribuer en nous envoyant des articles ou des photos sur l'actualité de vos clubs.»**

Les savoyards et haut savoyards ont saisi la balle au bond et vous trouverez dans ce numéro :

- un article sur le triathlon du Mont-Blanc
- un article sur la participation du club d'Albertville à la coupe de France des Clubs qui avait lieu cette année encore à Gruissan

ce numéro fait aussi la part belle au tout nouveau challenge de triathlon des neiges qui regroupera cette année deux épreuves :

- Giron Snow week-end avec un triathlon et un run and skate le 17 janvier
- et la 2ème édition du Triathlon des Neiges de la Drôme le 21 février.

Comme vous le savez, pas d'épreuve sans bénévole et pas d'épreuve non plus sans chronométrage, ce sont aussi des sujets que nous aborderons dans ce numéro de TRI-BUNE Rhône-Alpes

- Et enfin vous retrouverez tout sur l'actualité en bref avec la rubrique « Short, but good news

Bonne Lecture !

La Commission Marketing & Communication

## La Ligue a choisi son Chronométrateur.

C'était l'option prise par la commission Organisation : Proposer un Chronométrateur aux organisateurs de la Ligue.

Après une large consultation (15 prestataires sollicités, 8 prestataires retenus en 1ère sélection, puis 4 lors de la seconde, puis 2 lors de la dernière qui a débouché sur des auditions), la Ligue a choisi de labéliser Chrono Consult comme chronométrateur de notre Ligue. Le but étant de proposer un prestataire répondant au cahier des charges (matériel utilisé, disponibilité, un point intermédiaire, gestion et rapidité de la gestion des résultats. Avec des options : point de chrono supplémentaire, édition de diplômes, horloge...).

Pour le prix, nous avons souhaité privilégier une offre homogène permettant aux petites organisations de la Ligue d'avoir un tarif attractif, sans négliger les plus importantes

qui bénéficient de meilleurs prix.

Conclusion, la société répondant le mieux à ces demandes a été **Chrono Consult**. Les organisateurs de la Ligue ont du recevoir fin décembre un document complet leur permettant de prendre contact avec ce prestataire.

Eric Le Pallemec

Commission Organisation – Ligue Rhône Alpes de Triathlon

## SHORT BUT GOOD NEWS

la Rubrique de Gilles LECOFFRE

Ils structurent l'encadrement technique de leur club ( BF5 ), pour la première fois :

- Albertville Tarentaise,
- Triathlon Club des Monts du Lyonnais.

Ils décrochent leur «première étoile» ( Ecole de Triathlon ) :

- Roanne Triathlon,
- St Priest Triathlon
- Vaulx en Velin Triathlon.

Il décroche sa «deuxième étoile» :

- Tri 07 Privas.

Ils sont sur liste de haut niveau Espoir 2010 :

- Thomas REBAUD ( ASMSE Tri42)
- Sébastien COURT ( CRV Lyon)
- Marie FROMENT et Yohann SABY ( TTC)
- Maxime NITSCHKE et Simon VIAIN ( Valence Triathlon),

Ils ont déjà fait valider la plaquette de leur épreuve !!!

- Alain DESSABLONS / Lac des Sapins
- Pascal PRUVOT / Passy

Il prend une retraite bien méritée

- après 3 ans de présidence harassante ;-) au Salève : Thierry Guerret, qui va donc tenter de récupérer ses titres en vétéran !

Ils ont en projet un triathlon :

- l' équipe de Leman Triathlon

Si vous aussi, vous voulez voir apparaître l'un de vos projets dans cette rubrique, prenez contact avec Gilles Lecoffre : [lecoffre4@free.fr](mailto:lecoffre4@free.fr)



## Le Bénévolat

Dans une organisation sportive (ou autre), qu'est-ce qui est le plus dur à trouver après le financement ? Ce sont les bénévoles, sur lesquels les fondations du sport en France reposent et qui s'effritent d'année en année. Dans ces quelques lignes nous allons dire pourquoi cela devient difficile. Dans une seconde partie, nous verrons comment inciter les gens à devenir bénévoles et comment les faire revenir. Et enfin, nous nous efforcerons de définir succinctement les rôles de l'organisateur et du bénévoles

Il y a quelques années, il suffisait de demander à son entourage de venir donner la main sur l'organisation et on avait suffisamment de monde pour combler tous les postes nécessaires. Il faut dire aussi que les cahiers des charges (surtout préfectoral) n'étaient pas si contraignants. Dorénavant, en complément des amis et membres de nos clubs, il faut faire appel aux clubs sportifs riverains dans le cadre d'un échange mutuel d'aide sur les organisations respectives. Avec la vie professionnelle de chacun qui, parfois prend plus que 35 heures par semaine, il n'est pas évident d'être disponible pour passer une journée au bord d'une route à jalonner une course. Alors c'est là qu'intervient la façon de « recruter » nos bénévoles et les garder d'une année sur l'autre.

Pour faire venir quelqu'un en tant que bénévole sur la course, il faut déjà la lui présenter, lui dire que ce n'est pas le baigne et pas du temps de perdu car c'est le maillon le plus important de l'organisation et donc que sans lui rien ne peut se faire. Bien sur le bénévole n'est pas rémunéré mais il faut bien lui préciser que le cadeau de bienvenue et le repas lui sont offerts systématiquement. Du point vue humain, il fera des rencontres parfois insolites, reviendra éventuellement sur certains de ses préjugés vis-à-vis du sport et du sportif et pourra découvrir un sport qu'il ne connaît pas forcément. Il y gagnera le sourire et les compliments des athlètes et de leur entourage ainsi que de l'organisation. Quelque soit la mission du bénévole, nous nous devons de la lui expliquer ainsi que son rôle sans oublier celui de l'organisateur. Si la journée c'est bien passé, il y a de grande chance que l'on retrouve les même bénévoles les années suivantes.

Organisateur et bénévoles ont donc chacun des rôles bien précis à tenir. L'organisateur se doit d'être accueillant, prévenant, tolérant envers son personnel bénévole. Tandis que le bénévole se doit d'exécuter sa mission du mieux qu'il peut, avec un maximum de sérieux et de prudence surtout s'il est en bord de route.

En conclusion, nous pouvons dire que l'organisateur d'une manifestation sportive (sujet qui nous concerne) ne peut se passer de bénévoles. Il faut donc tout faire pour garder ceux que l'on a et inciter de nouvelles personnes à venir sur l'organisation. Si tout le monde reste bien dans son rôle tout se passera toujours bien et dans la bonne humeur. Un sujet qui sera bon de développer dès que l'on en sera mieux informé est celui de la réforme des collectivités territoriales qui risque de fragiliser encore un peu plus le sport en France.



### Le Lettre Médicale N° 11 - Nouvelles Procédures d'AUT

C'est l'Agence Française de Lutte contre le Dopage qui gère les demandes d'AUT. (autorisation d'utilisation thérapeutique) Cette structure succède au CPLD.

Son site: [www.afld.fr](http://www.afld.fr) (très documenté)

La demande d'AUT obtenue sur le site doit être remplie par le triathlète et le médecin traitant (ne pas oublier d'y joindre des photocopies d'examens para cliniques) et renvoyée en recommandé à l'agence (AFLD, 229 bd St Germain, 75007 PARIS). Ne rien adresser à la FFTRI et bien entendu garder une photocopie du document.

Un inconvénient majeur pour les jeunes: cette démarche est payante...(environ 30 euros)

Doc.marcus@wanadoo.fr

## Le Challenge de Triathlon des Neiges

En 2010 la Ligue Rhône Alpes lance le Challenge de Triathlon des Neiges !

Ce Challenge vise à relancer cette discipline, dans une région se prêtant très favorablement à la pratique de celle-ci. Dans une optique de Développement auprès des athlètes déjà licenciés, mais également d'ouverture de la discipline à des athlètes non-licenciés FFTri, s'alignant régulièrement sur des pratiques enchaînées de sports « nature ».

Après plusieurs années sans compétition de ce type sur le territoire rhône-alpin, le Triathlon des Neiges de la Drôme a vu le jour en 2009. En 2010, une seconde épreuve s'ajoute au calendrier : le Giron Snow Week End. C'est donc avec la volonté de rendre pérenne ces deux épreuves et d'inciter d'autres organisation de ce type à voir le jour que la Ligue Rhône Alpes lance le Challenge Rhône Alpes de Triathlon des Neiges !

### **Le Principe :**

Le classement du Challenge s'effectuera au cumul de temps des deux épreuves de « triathlon des neiges ». Pour être éligible au classement du Challenge Rhône Alpes de Triathlon des Neiges, l'athlète devra être obligatoirement licencié FFTri (Compétition) au cours de la saison 2010, et être classé sur les deux épreuves de triathlon des neiges (Giron et TND).

Le Challenge Rhône Alpes de Triathlon des Neiges est un classement différent du Championnat Régional de triathlon des neiges, puisque :

- Le Challenge récompense un athlète licencié en France, ayant le plus petit total de temps sur les deux épreuves.
- Le Championnat récompense un athlète licencié en Rhône Alpes, qui termine premier rhône-alpin sur la seule course sur laquelle est décernée le label de « championnat régional ».

### **Récompenses:**

Les 3 premiers Hommes et 3 premières Femmes seront récompensés.

Le classement officiel du Challenge sera dévoilé et les récompenses remises à l'occasion de la seconde étape, lors du Triathlon des Neiges de la Drôme, le 21 février.

**Renseignements complémentaires sur : [www.triathlonrhonealpes.com](http://www.triathlonrhonealpes.com)**



### Ruée vers l'Or blanc de Giron 1000 lors du Giron Snow Week End

Les agapes de fin d'années oubliées et digérées, quoi de mieux qu'un Week End familial et sportif à la montagne. Vous en rêvez, le Giron Snow Week End vous l'offre en grandeur « Dame Nature » les

16/17 Janvier 2010 au cœur du Parc Naturel Régional du Haut-Jura.

Nichée à 1000m d'altitude, la charmante station nordique de Giron 1000 ([www.giron-1000.com](http://www.giron-1000.com)) accueille, en ce début d'année 2010, un nouvel évènement « Sport, Famille, Plaisir » : le Giron Snow Week End.

Sur une notion de convivialité, Zoom-Zoom Organisation lance une animation complète autour des activités nordiques : Run & Skate, sous toutes ses formes (individuel/Relais/Duo parents enfants), une sortie nocturne Rando Raquette Orientation, un Run and Skate et un Triathlon des Neiges..

Des animations diverses de l'initiation aux familles (raquettes / skating) permettront à chacun de trouver un maximum de plaisir à venir partager cette première édition.

Nous comptons sur tous les passionnés de sports nature pour faire avec nous du Giron Snow Week End ; un séjour de rêve au cœur d'un écrin vert et blanc

Vous trouverez tous les renseignements sur le site <http://evenements.zoom-zoom.fr/giron-snow-weekend/>



## Programme du GIRON Snow Week-End

Samedi 16 janvier 2010 :

A partir de 13h00 : Les Relais Parents-Enfant

13h00 : Relais Raquettes Mini Poussins/Poussins sur un parcours ludique (10 à 15 mn d'effort chacun)

13h30 : Relais Raquettes Pupilles sur un parcours ludique (15 à 20 mn d'effort chacun)

14h00 : Relais Ski de Fond Benjamins : 1 km en course + 2 km en ski de fond (chacun)

14h30 : Relais Ski de Fond Minimes : 2 km en course + 3 km en ski de fond (chacun)

15h00 : Relais Ski de Fond Cadets : 3 km en course + 5 km en ski de fond (chacun)

18h00 : La Raquette O2h de course d'orientation au score en individuel (à partir de 16 ans - 1994) A partir de 20h - Repas + Soirée au Centre Montagnard de Giron (programme de la soirée en cours)

Dimanche 17 janvier 2010 :

9h00 : Run And Skate : 12 km de Trail Blanc + 17 km de Ski de Fond - au choix en individuel, en équipe de 2, en relais de 2

Obligation de prise d'un Pass Journée Triathlon - si pas licencié FFTRI

13h00 : Le Tri des Neiges : 6 km de Trail Blanc + 12 km de VTT (mi route, mi chemin) + 9 km de ski de fond

En individuel (le participant fait l'intégralité du Trail, du VTT et du ski de fond)

Obligation de prise d'un Pass Journée Triathlon - si pas licencié FFTRI

## Triathlon des Neiges de la Drôme

Une organisation atypique, supportée par le comité départemental Drôme Ardèche de triathlon, qui s'est associé pour l'occasion avec le Comité de la Drôme des Sports de Neige, pour vous proposer un évènement sportif/nature/nordique en plein cœur de l'Espace Nordique du Haut Vercors.



Après une première édition 2009 riche en participants et en enseignements, le pari est lancé de pérenniser l'épreuve. Grâce à l'appui de la station de la Porte de d'Herbouilly, c'est désormais sur la journée entière que se déroulera l'évènement avec le triathlon « courte distance » en matinée, et le run and skate « découverte » l'après midi. Une opportunité d'accueillir plus de participants sur chaque épreuve et d'augmenter la qualité de l'épreuve.

Ainsi, si les parcours ont été revus en partie (VTT en deux boucles avec des portions de route,



Ski de fond en une seule grande boucle incluant la plaine d'Herbouilly), ce sont également les « à côté » des épreuves qui monteront d'un cran encore : repas chaud d'après course pour le triathlon, goûter pour le run and skate, cadeau concurrent et dotation podium de valeur (HUSKY, Altiplano Villard de Lans), trophées originaux (Micoud Création), document de communication eco-labellisé (Gravicime Valence, Conseil Général de la Drôme), et même une après midi ski-test la veille de l'épreuve (Fischer).



De part son concept et sa situation géographique, le TND s'est engagé dans la voie de la labellisation « Triathlon Durable » et s'engage donc à respecter un cahier des charges eco-responsable, en plus des actions menées de son propre chef comme par exemple la mise en place d'un co-voiturage spécial pour l'évènement.

A bientôt sur les pistes des stations de la Drôme !

L'équipe d'organisation du TND

Renseignements et inscriptions sur : [www.triathlonneigedrome.fr](http://www.triathlonneigedrome.fr)



DATES	DÉNOMINATION		TYPE	ORGANISATEUR
16/01/2010	GIRON SNOW WEEK END	01	Animathlon	Zoom Zoom Organisation - Raphaël VACHET Tél : 06 11 35 64 65 Email : raphael.vachet@zoom-zoom.fr Site : www.zoom-zoom.fr
17/01/2010	GIRON SNOW WEEK END	01	Run and Skate (12 -17) Tri des Neiges CD	Zoom Zoom Organisation - Raphaël VACHET Tél : 06 11 35 64 65 Email : raphael.vachet@zoom-zoom.fr Site : www.zoom-zoom.fr
07/02/2010	MEETING NATATION LIGUE RHONE ALPES ASMSE TRI - MONTBRISON	42	Natation	Ligue Rhône Alpes – ASMSE Tri - Romy ANSOBORLO Tél : 06 82 29 70 14 Email : romy.ansoborlo@orange.fr Site : www.triathlonrhonealpes.com
21/02/2010	RUN AND SKATE TRIATHLON DES NEIGES DE LA DROME ST MARTIN ENVERCORS	26	Run and Skate (2.5-5) Tri des neiges CD (7-11-9)	Comité Drome Ardèche de Triathlon - Damien AUBERT Tél : 06 62 52 44 38 Email : aubert.dam@orange.fr Site : www.triathlonneigedrome.fr
07/03/2010	DUATHLON DU TRICASTIN	26	Avenir Découverte	Tricastin Triathlon Club- Evelyne CORDUAN Tél : 04 75 04 59 62 Email : tricastin.triathlon@wanadoo.fr
14/03/2010	AQUATHLON DE RILLIEUX LA PAPE	69	Avenir Découv (0.250- 1.6) Sprint (1- 5)	Rillieux Triathlon - Gabrielle RANDRIANA-SOLO Tél : 06 86 85 42 14 Email : aquathlon@triclair.com Site : http://aquathlon.triclair.com
21/03/2010	DUATHLON DE PRIVAS	07	Avenir Supersprint Sprint	Tri 07 Privas - Jean Marc HIDREAU Tél : 06 23 81 09 80 Email : tri07@free.fr Site Internet : tri07.free.fr
21/03/2010	AQUATHLON D'OYONNAX	01	Avenir Découverte Sprint	TriSpiridon Oyonnax - Julien CARRIER Tél 06 07 88 44 17 Email : aquathlonoyonnax@yahoo.fr Site www.trispiridon.com
28/03/2010	AQUATHLON DE VILLEUR- BANNE		Avenir Super Sprint CD	ASVEL Triathlon - Lionel LAFARGE Tél : 04 78 93 67 19 Email : lionel.lafarge@free.fr Site : http://aquathlon.asveltri.com
11/04/2010	MULTR'INDOOR SAINT ETIENNE	42	Aqua Avenir Tri Déc. (0.250-5-1.5)	Iron Loire Organisation -Christophe BASTIE Tél : 06 64 29 29 00 E-Mail : ccbastie@club-internet.fr Site : www.multriman.com
11/04/2010	TRIVALLONS du LYONNAIS VAUGNERAY	69	Avenir Tri Duathlon Sprint SuperSp Tri	Craponne Triathlon – CRV Lyon Triathlon Michel BERTRAND Tél 06 30 70 71 30 Email : bertrand.mh@infonie.fr
25/04/2010	TRIMAX SAINT PRIEST		Tri Avenir Aqua Dec Fem (0.250 -2) Tri Sprint VTT	Saint Priest Triathlon Jean-Pierre GUILLAUME Tél : 06 80 36 50 30 Email : communication@sptri.com Site : www.sptri.com

DATES	DÉNOMINATION		TYPE	ORGANISATEUR
02/05/2010	TRIATHLON DE ROMANS LAC DE ROYBON	38	Découverte Sprint	Romans Triathlon - David TARDIEU Tél : 04 75 71 91 74 Email : david.tardieu43@gmail.com Site : www.romanstriathlon.fr
07/05/2010	AQUATHLON FOIRE ECONOMIQUE DE MONTBRISON	42	Animation	ASMSE Tri 42 et Foire Economique Christian MASSIAS Tél : 06 31 34 67 66 Email : christian-massias@orange.fr
08/05/2010	DUATHLON FOIRE ECONOMIQUE DE MONTBRISON	42	Animation	ASMSE Tri 42 et Foire Economique Christian MASSIAS Tél : 06 31 34 67 66 Email : christian-massias@orange.fr
09/05/2010	TRIATHLON DE VALENCE	26	Avenir Découverte Sprint	Valence Triathlon - Franck BOURRON Tél : 06 64 66 43 79 Email : mai2010trivalence@free.fr Site : www.valence-triathlon.com
16/05/2010	TRIATHLON ECHIROLLES	38	Sprint CLM par équipes	A.L. Echirolles Triathlon E-mail : aletri@echirolles-triathlon.com Site : www.echirolles.triathlon.com
23/05/2010	MULTRIMAN LOIRE Saint Pierre de Bœuf Roisey	42	Aquathlon CD Tri Sprint CLM Duathlon LD	Iron Loire Organisation - Christophe BASTIE Tél : 06 64 29 29 00 E-Mail : ccbastie@club-internet.fr Site : www.multriman.com 30/05/2010
30/05/2010	TRIATHLON DE BOURG EN BRESSE	01	Avenir Sprint CD	Bourg en Bresse Triathlon - Kevin PEULET Tél : 06 42 63 83 01 E-mail : kevin080786@live.fr Site : www.bourg-triathlon.com
05/06/2010	CHAMPIONNAT DE France TRIATHLON « JEUNES » PIERRELATTE	26	Super Sprint Sprint	Tricastin Triathlon Club - Evelyne CORDUAN Tél : 04 75 04 59 62 Email : tricastin.triathlon@wanadoo.fr
06/06/2010	TRIATHLON DE RUMILLY « RATTRAPE MOI SI TU PEUX »	74	Avenir SuperSprint CD	Les Alligators Seynod Triathlon François ROBILLOT Tél : 06 87 11 16 50 E-Mail : triathlonderumilly@neuf.fr Site : lesalligators-triathlon.fr
13/06/2010	TRIATHLON du LAC DE VILLE-REST	42	Avenir Sprint CD	Roanne Triathlon - Jean Marie PAUTHIER Tél 06 07 64 81 25 Email jmpauthier@numericable.com Site www.roannetriathlon.com
13/06/2010	TRIATHLON DE MONTELMAR	26	SuperSprint CD	Montélimar Triathlon - Christian BAUTHEAC Tél : 06 03 62 39 40 Email : kikitri26@yahoo.fr
20/06/2010	TRIATHLON DU LAC DES SAPINS	69	LD (3-100-20) CD (1.5-50-10)	Comité Sportif du Lac des Sapins Alain DESSABLONS Tél : 04 74 89 58 03 Email : ot.direction@lacedessapins.fr Site : www.lacedessapins.fr
30/06/2010	AQUATHLON AVENIR LIGUE RHÔNE-ALPES - MONTELMAR	26	Aquathlon Avenir	Ligue Rhône Alpes – Montélimar Triathlon Romy ANSOBORLO Tél : 06 82 29 70 14 Email : romy.ansoborlo@orange.fr Site : www.triathlonrhonealpes.com

DATES	DÉNOMINATION		TYPE	ORGANISATEUR
04/07/2010	TRIATHLON ANNECY	74	CD	Les Hydrocyclopedes - Julien COUPAT Tél : 04 50 45 00 70 Email : organisation@annecy-congres.com Site : www.annecy-triathlon.com
11/07/2010	TRI NATURE DU VALBONNAIS	38	Avenir Découverte Sprint	Triathlon Nature du Valbonnais Eric LE PALLEMEC Tél : 04 76 40 19 22 Email : lp.eric@free.fr Site : www.triathlonvalbonnais.fr
25/07/2010	DUATHLON ALPE HUEZ-BOURG D'OISANS	38	Sprint	Alpetriathlon.com - Cyrille NEVEU Tél : 06 08 65 01 20 Email : info@cyrille-neveu.com Site : www.alpetriathlon.com
27/07/2010	TRIATHLON DES ENFANTS ALPE HUEZ	38	Avenir	Alpetriathlon.com - Cyrille NEVEU Tél : 06 08 65 01 20 Email : info@cyrille-neveu.com Site : www.alpetriathlon.com
28/07/2010	TRIATHLON EDF -ALPE HUEZ LD	38	LD	Alpetriathlon.com - Cyrille NEVEU Tél : 06 08 65 01 20 Email : info@cyrille-neveu.com Site : www.alpetriathlon.com
29/07/2010	TRIATHLON EDF-ALPE HUEZ CD	38	CD	Alpetriathlon.com - Cyrille NEVEU Tél : 06 08 65 01 20 Email : info@cyrille-neveu.com Site : www.alpetriathlon.com
15/08/2010	TRIATHLON DE LAMASTRE	07	Sprint	Florence MARCHADOUR Tél : 04 75 06 41 92 Email : flomarchadour@orange.fr Site : www.lamastre.fr
21/08/2010	DUATHLON VERT Sagnes et Goudoulet	07	Avenir Super Sprint	Foyer de Ski de Fond - Ugo DURAND Tél : 06 45 70 21 57 Email : ugo.durand@laposte.net <a href="http://membreslycos.fr/duathlonsagnes">http://membreslycos.fr/duathlonsagnes</a>
28/08/2010	TRIATHLON DES COLLINES Saint Barthelemy de Vals	26	Avenir Découverte Sprint	Triathlon Club des 2 Rives - Dominique SONNIER Tél : 06 25 43 58 85 Email : tc2r26@gmail.com Site : www.tc2r.com
29/08/2010	TRIATHLON DU MONT BLANC PASSY	74	Avenir Sprint CD	Passy Mont Blanc Triathlon - Pascal PRUVOT Tél : 04 50 58 80 52 Email : pascal.pruvot378@orange.fr Site : www.passy-montblanc-triathlon.fr
05/09/2010	TRIATHLON LAC AIGUEBELETTE	73	Avenir Découverte Sprint	Aiguebelette Triathlon Organisation Pascal HENRY Tél : 06 16 39 36 54 Email : h.pascal22@aliceadsl.fr Site : triathlonaiguebelette.e.monsite.com
11/09/2010	TRIATHLON AIX LES BAINS	73	Avenir	Aix Triathlon Organisation -Jacques JEHLE Tél : 04 79 71 32 67 Mail : aixtriathlonorganisation@neuf.fr Site : www.triathlonaixlesbains.com

DATES	DÉNOMINATION		TYPE	ORGANISATEUR
12/09/2010	TRIATHLON AIX LES BAINS	73	Supersprint CD	Aix Triathlon Organisation -Jacques JEHLE Tél : 04 79 71 32 67 Mail aixtriathlonorganisation neuf.fr Site : www.triathlonaixlesbains.com
19/09/2010	TRIATHLON VAULX EN VELIN VILLEURBANNE	69	Découverte VTT Avenir Sprint Ind. Sprint CLM par équipes	Vaulx-en-Velin Triathlon – ASVEL Triathlon Frédéric GALLEGO Email : gallego.f@wanadoo.fr Triv-v@wanadoo.fr Site : www.trivaulxvilleurbanne.com
23/09/2010	IRON TOUR ETAPE 2 LYON	69	Triathlon Sprint	SAS Iron Tour Carole GALLY – Jean Pierre GALLY Tél : 06 26 24 22 28 Email : carole-gally@irontour.fr Site : www.irontour.fr
24/09/2010	IRON TOUR ETAPE 3 CHASSE SUR RHONE	38	Triathlon CD	SAS Iron Tour
25/09/2010	IRON TOUR ETAPE 4 VALENCE	26	Découverte Sprint	SAS Iron Tour
26/09/2010	SAUCONA TRI NEU- VILLE SUR SAONE	69	VTT (20) Trail (8) Canoë (5)	Zoom Zoom Organisation Raphaël VACHET Tél : 06 11 35 64 65 Email : raphael.vachet@zoom-zoom.fr Site : www.zoom-zoom.fr
26/09/2010	TRIATHLON DES SOURCES DU LAC DOUSSARD	74	Aquathlon ave- nir et décou- verte Triathlon LD	Team Mermillod Triathlon Patrick MERMILLOD Tél : 06 50 76 47 70 E-mail : tmt.triathlon@aliceadsl.fr Site : www.tmt-triathlon.com
26/09/2010	TRIATHLON OULLINS	69	Tri Avenir Aqua Dec	Oullins Triathlon Ludovic THOULOZE Tél : 04 78 56 89 82 Email : thoulouze@neuf.fr Site : aquathlontriathlonoullins.fr
03/10/2010	DUATHLON VERT DU SALEVE	74	Avenir Sprint	Triathlon du Salève Christophe ROTHENBURG Tél : 06 67 62 93 24 Email : christophe.rothenburg@gmail.com Site : www.trisaleve.fr
24/10/2010	CHAMPIONNAT DE FRANCE BIKE AND RUN PRIVAS	07	Avenir Découverte Sprint	Tri 07 Privas - Jean Marc HIDREAU Tél : 06 85 36 52 48 Email : tri07@free.fr Site Internet : tri07.free.fr

Et à propos de calendrier, voici un message de Arnaud de Running Conseil :

Le groupement des magasins Running Conseil vient de mettre en place un calendrier national sur son site internet. Ce calendrier est entièrement gratuit pour toutes les courses en France.

Il vous permettra de faire la promotion de votre épreuve auprès d'un public de coureurs.

Pour inscrire votre course, il suffit de vous rendre sur le site [www.running-conseil.com](http://www.running-conseil.com) en rubrique Calendrier. Il suffit ensuite de vous créer un compte en quelques clics, vous n'aurez plus qu'à saisir les informations relatives à votre événement. Les informations seront en ligne pour les coureurs d'ici à la fin de l'année.

Arnaud pour l'équipe Running Conseil

## Valery PINATON interviewé par Gilles LECOFFRE

**Bonjour Valéry, on vient de se voir longuement à Valence où tu étais venu suivre la formation au BF5, alors qu'avant on se croisait de temps à autre sur des courses, justement, peux – tu nous dire deux mots ... sur ta pratique triathlétique, déjà longue, je crois ?**

J'ai découvert ce sport en 1992, en allant voir 4 potes sur le triathlon de Vouglans dans le Jura.

J'ai tout de suite été attiré par ce sport, mes potes l'on vu et ils m'ont lancé le défi de le faire l'année suivante avec eux.

Pour la petite histoire, à l'époque je fumais et ne pratiquais plus de sport depuis quelques années...

Défi lancé, j'ai tout d'abord arrêté de fumer, appris à nager et commencé les entraînements avec le très peu de moyens que j'avais à l'époque.

L'année suivante, j'étais bien au départ de ce même triathlon avec mes potes en terminant devant eux à l'arrivée, ils étaient verts...

A partir de là, tout s'est enchaîné avec différentes courses, du sprint à l'ironman en étant licencié dans différents clubs durant toutes ces années. (CRV, TVSV, ASSP, et pour finir au TCML).

**Tu es donc maintenant licencié au Triathlon Club des Monts du Lyonnais, qui n'est pas – encore – un club très connu, pourrais – tu nous parler de ton club, son origine, sa politique, les types de pratiques, etc ... ?**

Le TCML est né en Octobre 2007 (sur un coin de table !) entre 2 copains triathlètes, Ludo & Youri, qui réfléchissaient sur le choix de leur club au moment de la prise de licence. Déjà compagnons « d'aventures associatives » dans le passé, et désireux de mieux faire connaître et de développer le triathlon dans les Monts du Lyonnais, ils décident de créer ce club. Sans objectif quantitatif précis, le but était au départ de rassembler des personnes, enfants & adultes, débutants ou compétiteurs, pratiquant ces 3 disciplines en conservant un esprit convivial & familial. (VE club, sorties groupées sur des épreuves, repas...)

Suite au succès rencontré, le club s'est peu à peu structuré, a trouvé des partenaires afin de proposer tout d'abord un encadrement et des conditions d'entraînement privilégiées pour la natation avec la mise en place de cours de perfectionnement enfants & adultes 1x/sem.



Puis, petit à petit, grâce encore au soutien de partenaires, le club a mis en place, pour sa 3e saison (75 adhérents dont une bonne vingtaine jeunes tous licenciés FFTRI), une dynamique en faveur des jeunes, piliers du futur au sein d'un club : création d'une « Trikidschool » pour les jeunes de 7 à 14 ans avec encadrement par un BF5.

Aussi : Augmentation des créneaux d'entraînement natation sur 2 piscines. Suivi mensuel proposé aux adultes pour le vélo et la cap, invitation à la participation à différentes épreuves autour des 3 disciplines, soutien financier et moral à la formation d'encadrement fédéral (BF5) et d'arbitrage, sorties d'entraînement groupées en vélo et cap...

Ainsi le club va compter cette saison + de 35 licenciés FFTRI dont environ 25 jeunes, sur un total de + de 75 adhérents. Les autres adhérents adultes pratiquants s'engagent moralement à participer à au moins une épreuve individuelle dans la saison.

**Donc les responsables du TCML, club qui entame sa troisième année d'existence, ont décidé de consacrer du temps, de l'énergie, des moyens à la formation et l'encadrement des jeunes, et tu t'es tout de suite senti concerné par ce projet, pourquoi ?**

Oui, je me suis tout de suite senti concerné pour l'encadrement des jeunes afin de leur transmettre mon expérience dans ce sport qui me passionne et qui me donne toujours autant de plaisir.

Etant aussi pompier volontaire, je suis également très impliqué avec les jeunes ayant créé en 2006 une école de jeunes sapeurs pompiers ou dans le programme il y a beaucoup de sports.

**En tant que membre de l'encadrement, te sens – tu d'emblée attiré par une discipline en particulier ?**

**Si oui, pourquoi ?**

Oui, la course à pied car pour me perfectionner dans cette discipline, j'étais dans un club d'athlétisme durant plusieurs années ce qui m'a appris les bonnes bases, les techniques d'entraînements.

**Est- ce que tu vas pouvoir t'investir dans cette discipline ? ou faudrait-il que tu abordes d'autres disciplines pour être en cohérence avec les besoins de ton club ?**

Oui, pour la course à pied mais aussi je m'investirai pour les sorties vélo avec les techniques enchaînements, etc ...

Pour la partie natation nous avons deux créneaux piscine avec des maîtres nageurs, dont l'un avec un BF5 du nom de Roland BORDET du CRV LYON.

**A l'inverse, y a t- il une discipline que tu «sens» moins, si oui, laquelle et pourquoi ?**

Oui, la natation car en ayant appris à nager très tard, je n'ai aucune base en technique pour moi-même donc pas de savoir à transmettre.

**Concrètement, sur le terrain, tu vas y être quand ? avec des jeunes de tous âges ou une catégorie, un niveau de pratique en particulier ?**

Les mercredis après-midi tous les quinze jours pour les entraînements jeunes et aussi les samedis afin d'organiser des sorties enfants et adultes (run and bike, vélo, course à pied, technique enchaînement etc..)

Ton investissement risque de se faire au détriment de ta pratique sportive ... cela t'inquiète ? ou alors tu penses qu'une bonne organisation d'emploi du temps peut permettre de cumuler les deux ?

Travaillant en équipe, cela me permet d'avoir une demi-journée de libre chaque jour, ce qui me permet donc d'avoir du temps pour m'entraîner, pour encadrer, et surtout, me laisser assez de temps pour ne pas négliger ma petite famille qui est mon équilibre.

**Donc cette année on devrait voir souvent le maillot du TCML sur les courses Avenir ? les parents sont mobilisés ?**

Oui, le TCML est un jeune club qui a beaucoup de jeunes très motivés.

Pour ma part et pour le peu de temps que je suis au club, beaucoup de parents s'investissent avec leurs enfants étant aussi pour certains triathlètes.

Les sorties club se font toujours dans la bonne ambiance avec de bons gâteaux maison et le liquide qui va bien avec!

**Le premier rendez- vous sera sur quelle course ?**

Comme chaque année, l'Aquathlon de Rillieux le 14/03/2010.

## TARENTEISE et LANGUEDOC ROUSSILLON NE RIMENT PAS VRAIMENT ET POURTANT ...

Tous les triathlètes de France et de Navarre connaissent Gruissan ! Et oui, cela fait 2 ans qu'ils vont en découdre avec leurs équipes le long de la Montagne de la Clape entre terre et mer dans la belle ville languedocienne chérie par son édile Didier Codorniou que tout le monde sportif connaît bien.

Albertville Tarentaise Triathlon, petit club de la Savoie, a été créé il y a 2 ans dans la ville olympique dont la renommée n'est plus à faire puisque le ski y a consacré dans le passé les champions qui font encore aujourd'hui la gloire de toute une région. Et bien cette année, ce petit poucet du triathlon en Ligue Rhône Alpes, avec ses 29 licenciés, dont 5 féminines, a fait le pari de participer en 2009 à une grande finale fédérale. Non seulement il y est parvenu, mais le succès qu'il a remporté en terre languedocienne est un peu particulier, vous allez pouvoir en juger.

Après avoir empoché leur qualification de haute lutte à Echirolles, une équipe de 3 filles, pour la plupart pas complètement adaptées à la triple discipline et encore moins au triathlon par équipe, décidait d'affronter le gratin féminin du triathlon.

Nous venions d'arriver ce vendredi 2 octobre en fin de journée au pied de la vieille ville, tout le monde était là : sur l'esplanade, des camions bariolés aux couleurs des clubs, ci et là des vélos rutilant de haute technologie, grondant déjà d'impatience, une foule d'athlètes de quelques 200 équipes arborent leurs tenues multicolores dont certains avaient déjà accroché le dossard, on ne sait jamais ...

Bref, Laurent, le coach d'Albertville, après avoir récupéré les dossards de la course, signé la feuille de route et récupéré le cadeau d'après effort – celui-là il ne fallait pas l'oublier -, s'activait à prodiguer ses conseils rassurants pour l'événement du lendemain. Et déjà, les quelques supporteurs de la cité olympique, pas très nombreux, mais avec un cœur gros comme ça, s'affairaient à déplier et à préparer minutieusement la banderole de l'équipe et extirpaient, tenez-vous bien, une de ces grosses cloches, modèle d'origine garanti, dont le parfum sublime traduisait encore parfaitement son utilisation d'antan !

Samedi 13h30 : à l'appel de l'arbitre national, là çà ne rigole plus, Sandrine, Clotilde et Caro se positionnent sur le ponton de départ branlant de la rivière locale dont la limpidité n'était pas la principale qualité. Bref, au coup de gong, Albertville Triathlon entrait dans la cour des grands, pardon des grandes ! Nous les reverrons sur la ligne d'arrivée 1h et un bon quart d'heure plus tard. Et tout au long de leur chevauchée languedocienne, allant et venant le long de la mer tant à vélo qu'à pied, nos 3 jeunes filles ne se sont jamais quittées, il ne valait mieux pas, les arbitres veillaient au grain, et puis elles étaient unies pour le meilleur et pour le pire, le temps éphémère d'une course... Sur le bord de la route, l'ambiance battait son plein : la banderole du club résistait fièrement au vent, le son de la cloche faisait trembler la montagne toute proche et les supporters s'époumonaient alertant le speaker tout proche impressionné par cette débauche d'ambiance. Bon, on pourrait faire la fine bouche en consultant leur classement, peu importe, leur 50ème place au plan national peut paraître dérisoire mais si on considère l'esprit d'équipe viscéral qu'elles ont manifesté pendant 1h 20 de course embaumé et attisé par l'ambiance de leurs fidèles supporters, c'est bien sur la 1ère marche du podium de la sympathie et de la bonne humeur qu'elles méritaient de monter !

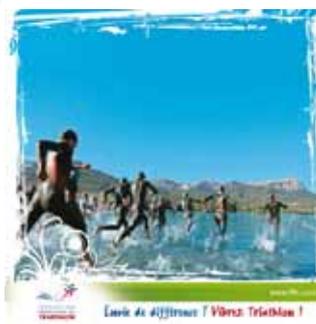
L'aventure ne va pas s'arrêter là puisque le lendemain, Laurent, Bruno et Jacky, les supporters de service, disputeront en compagnie de leurs héroïnes de la veille la course Sprint individuel qui n'aura pour eux que le nom car, toujours transcendés par les clameurs de la cloche que Maurice brandira sans défaillir jusqu'au passage de la ligne, les albertvillois accompliront l'épreuve ensemble, sous les regards quelque peu ébahis des spectateurs et avec l'admiration du speaker de service. Dès lors, on connaissait Albertville et son équipe de triathlon.



Et comme dira Caro, dont c'est la 1ère année de triathlon : << c'était bôôôô.....c'était émouvant..... éclatant ..... et surtout I-NOU-BLI-ABLE !!!! Le Président du club en laissait couler une larme ...

Jacques JEHLÉ - PRÉSIDENT DU CLUB ALBERTVILLE TARENTAISE

## Le Kit MARKETING : un outil FFTRI à disposition des Clubs



Le service Marketing de la FFTRI a souhaité mettre à disposition des clubs un outil de promotion.

Cet outil décliné de la plaquette marketing FFTRI vous permettra de créer un document de présentation de votre structure et ainsi illustrer vos démarches liées aux partenariats (institutionnels, privés ou médias).

La vidéo de démonstration permet d'apprendre rapidement à mettre en place sa propre brochure en personnalisant la trame mise à disposition par des photos et des textes.

Les clubs qui ont souhaité recevoir le kit en ont fait la demande au secrétariat de la ligue et ont reçu début décembre un mail avec un login et un mot de passe pour accéder à cet outil.

<http://marketing2010.fftri.com>



## CAP sur 2010 !!!

Une sixième édition qui a indéniablement suscité l'enthousiasme des participants (doublement en 6 ans) et de la presse, au regard des nombreux mails élogieux de triathlètes et des articles de presse:

« une natation dans une eau claire et à température agréable, un départ sur une plage de sable fin, un lac magnifique, des décors d'une beauté captivante, des paysages exceptionnels, une ambiance de folie, des parcours extraordinaires, la gentillesse des bénévoles, un accueil parfait, un ravito à l'arrivée énormément pourvu (ce qui est de plus en plus rare), des jets d'eau sur la course à pied, une belle dotation en lots, tout est tip top, ne changez rien, c'est un sans faute, vous avez même réussis la météo... » (extraits de mails des participants 2009).

Un Directeur exécutif d'une organisation environnementale SUISSE nous a félicité pour avoir mis l'accent sur le côté écolo de l'épreuve(...) votre événement donne le bon exemple, il me semble que votre commune soit bien en avance sur d'autres villes....

Un sondage qui avait été mis en place sur notre site internet, où 210 participants (2009) y ont répondu, révèle que 91% d'entre eux sont satisfaits de l'organisation.

Fort de ces encouragements à poursuivre: Pour 2010, les organisateurs ne s'endormiront pas sur leurs lauriers, ils mettront tout en œuvre pour satisfaire tout ce que peuvent attendre les participants à un triathlon, pour leur plus grand plaisir.

Les participants de cette 6ème édition ont déjà créés des émules, des jalousies auprès de leurs collègues de club absents qui seront des nôtres... le 29 Août 2010.

L'équipe d'organisation travaille d'ores et déjà à l'édition 2010 et des nouveautés seront proposées pour encore mieux profiter du cadre idyllique du lac de PASSY face au Mont Blanc (photo ci-dessus).

« A faire absolument, ce triathlon pas comme les autres, vous ne serez pas déçus... ». (conseils de participants 2009).

« Vous serez fascinés, vous allez adorer !!!! »

Un grand merci à nos 150 bénévoles dont le dévouement est exemplaire, à tous nos partenaires sans qui cette belle épreuve n'aurait pas lieu et un grand merci à tous les sportifs de cette 6ème édition.

Nous vous donnons Rendez-vous à la 7ème édition le dimanche 29 Août 2010.

### UN TRIATHLON 100% MONT BLANC 90% SATISFAITS.

Pascal PRUVOT - Président PASSY MONT BLANC TRIATHLON

ORGANISATEUR du TRIATHLON du MONT BLANC - [www.passy-montblanc-triathlon.fr](http://www.passy-montblanc-triathlon.fr)



## TRI-BUNE RHÔNE-ALPES est le journal de la Ligue Rhône-Alpes de Triathlon

Direction de la Publication : Jean-Marc GROSSETÊTE

Rédactrice en Chef : Laurence ROY

Comité de Rédaction : Damien AUBERT, Bruno COPETTI, Marc HUSTACHE, Gilles LECOFFRE, Eric Le PALLEMEC, Jean-Marie PAUTHIER

Prochain Numéro : Printemps 2010

D'ici là, transmettez vos idées ou suggestions à: [Laurence.roy69@gmail.com](mailto:Laurence.roy69@gmail.com)

*En cohérence avec notre volonté d'engagement éco-responsable, TRI-BUNE RHÔNE-ALPES existe uniquement en version électronique*