



TRI-BUNE RHÔNE-ALPES

SOMMAIRE

Eté faste pour nos jeunes	P.2
Short but good news	P.2
Ecole de Triathlon de Romans	P.3
Championnat de France des Ligues	P.4
Carte M'RA	P.5
Quelques brèves	P.5
Remise des récompenses	P.6
Développement durable & Triathlon	P.6

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

Retrouvez nous aussi sur le site
web de la ligue:

www.triathlonrhonealpes.com

Directeur de la Publication

Jean-Marc GROSSETÊTE

Rédacteur en Chef

Jean-Marie PAUTHIER

Comité de Rédaction

Damien AUBERT

Bruno COPETTI,

Eric LePALLEMEC

Jean-Marie PAUTHIER

Pour la prochaine édition,
transmettez vos idées

ou suggestions à:

jmpauthier@numericable.com

Editorial

Cette saison 2011 s'est achevée avec la traditionnelle journée de rencontre de la ligue avec les arbitres qui font leur bilan annuel en matinée, la réunion avec les organisateurs l'après midi et en fin d'après midi un moment plus convivial où les arbitres et les sportifs de la Ligue ont pu être mis à l'honneur. Cette formule a déjà quelques années et je pense qu'il faut qu'elle évolue car peu d'arbitres sont présents le matin et beaucoup de champions Rhône-Alpins sont également absents. Pour l'arbitrage, la CRA va entamer une réflexion sur la formule actuelle afin de mobiliser plus de monde. Pour la remise des récompenses, le CD a décidé de remettre les titres de Champions Rhône-Alpins directement sur les épreuves moyennant un protocole à définir et de récompenser les challenges à l'occasion de l'assemblée générale.

Mais avant de s'achever cette saison a été riche en résultats, vous pourrez vous en rendre compte dans les pages qui suivent, mais je ne peux pas ne pas revenir sur le Championnat de France des Ligues. Les sélections d'athlètes ont été difficiles et compliquées, quand on a un potentiel de jeunes aussi important c'est bien logique, il n'est pas possible de contenter tout le monde et depuis des années nous rencontrons ces problèmes. Mais il est préférable d'être dans cette position que d'avoir à chercher des jeunes désespérément !!! Quand on regarde ensuite les résultats on peut se dire que les bons choix ont été faits puisque nous terminons avec deux médailles d'or et une d'argent sur trois médailles possibles !!! MERCI au comité de sélection, MERCI aux bénévoles qui ont encadrés le stage et bien entendu MERCI à tous les jeunes pour leur participation et pour leur comportement exemplaire.

Enfin je veux souhaiter la bienvenue à notre nouveau CTL Damien AUBERT qui nous a rejoint depuis le 1er septembre. Il vient donc remplacer Gilles LECOFFRE qui est parti fin mars. Au passage merci à Bruno COPETTI qui a assuré l'intérim pendant la période d'avril à septembre. L'expérience de Damien à la fois en tant qu'athlète mais également en tant qu'entraîneur et sa formation professionnelle vont permettre d'insuffler une nouvelle dynamique à la commission technique. Même si les décisions d'action restent du domaine des élus, ceux-ci pourront s'appuyer sur une commission technique et une ETR solides, force de proposition pour des actions de développement mais aussi pour le suivi des jeunes.

Jean-Marc GROSSETÊTE,

Président de la Ligue Rhône-Alpes de Triathlon



Rhône-Alpes Région

Envie de différence ? Vibrez Triathlon !

Un été faste pour les jeunes

Lors des championnats de France d'aquathlon, à Gray (70), les jeunes de la région ont encore trusté les podiums : Margot Garabedian (AL Echirrolles Triathlon) 3ème chez les minimes, Dorian Coninx (Valence Triathlon) champion de France cadet, et Simon Viain (Valence Triathlon) champion de France junior.

A l'issue de cette compétition, Léo Bergère (Vallons de la Tour Triathlon) prend la seconde place du Challenge National Jeunes, en catégorie Minime.

6 jeunes rhônalpins ont participé au stage fédéral IATE de Vittel cet été : Sebastien Court pour le CRV Lyon, Emilie Morier et Yohan Saby du Tricastin TC, ainsi que Simon Viain, Maxime Nitsche et Dorian Coninx de Valence Triathlon.

Quelques semaines après ce stage, Dorian Coninx et Maxime Nitsche étaient sélectionnés aux championnats d'Europe Youth (triathlon en relais) à Tours. Avec l'équipe de France 1, Dorian prend la 2nde place.

Toujours quelques semaines après, Simon Viain était au départ des championnats du monde junior, à Pékin (Chine). Il termine 25ème de la compétition.



Léo BERGERE



Dorian CONINX



Simon VIAIN

SHORT BUT GOOD NEWS

Formation : Arnaud Le Goff (Rilleux Triathlon) et Sébastien Ménégaux (ASM St Etienne Tri 42) sont engagés sur la formation BF4 dispensée par la FFTri, en 2012.

Résultat Elite : Julien Loy (Echirrolles Triathlon) termine 2nd de l'Embrunman. Jeremy Jurkewich (ASMSE Tri 42) remporte l'Ironman du Pays de Galles.

Résultat Master : Philippe Dupont (Team Mermillod Triathlon) est devenu champion de France master d'aquathlon, à Gray (70).

Résultat Equipe : sur le championnat de France des clubs de D2, Valence Triathlon chez les hommes, et Tricastin TC chez les femmes, ont terminé à la 5^{ème} place du classement général final. Le CRV Lyon 10^{ème} et l'ASM Saint Etienne Tri 42, 15^{ème}. En Division 3, les hommes du Tricastin TC accèdent à la D2 pour la saison 2012. lors de la finale de D3 de duathlon le 11 septembre à Nancy, les garçons de l'ASM Saint Etienne termine à une brillante seconde place. Dans le meme temps, les chambériens terminaient au pied du podium, 4ème.

Résultat individuel : 11ème place de Sebastien Court (CRV Lyon) aux CF triathlon CD, et 2nde place de Philippe Dupont (TMT) chez les Masters.

Création de l'Ecole de Triathlon de Romans.

Un nouveau club rhônalpin devrait bientôt postuler au label « école de triathlon ». Focus sur le Romans Triathlon, par le biais de son Président, Julien Bourgeon (également initiateur BF5) et de Sébastien Maillard (initiateur BF5).

ITW de Julien Bourgeon, président du Romans Triathlon

Depuis quand pensez vous à ce projet ? Quel a été l'élément déclencheur ?

J'ai pris la présidence du club en octobre 2010. Le président en place ne voulait pas prolonger son mandat de 3 ans pour des raisons professionnelles. Le poste restant vacant et comme personne ne voulait s'y atteler je me suis porté volontaire. Mais cela afin de faire bouger un peu les choses au sein du club et surtout promouvoir un peu la jeunesse trop peu nombreuse au sein du club. Avec Seb on avait décidé de se présenter à la formation du BF5 pour la session 2011 afin d'amener un encadrement au plus prêt des adhérents. Mais surtout se former pour accueillir des enfants. Le bassin Romanais regorge d'enfants qui ne connaissent pas le triathlon ou très peu. Une centaine d'enfants au mois de mai 2010 on participé à l'ironkids organisé à Bourg de Péage et on s'est dit qu'il était dommage que rien ne soit proposé de concret et durable en terme de formation pour les jeunes sur Romans-Bourg de Péage. Ca a été le déclencheur de nos motivations avec Seb. Après avoir suivi notre formation j'ai proposé un animathlon afin de présenter le triathlon aux jeunes entre 7 et 14 ans et montrer surtout qu'un club de tri existait sur Romans. 14 enfants sont venus passer une belle après midi avec nous, ils se sont essayés au triathlon et sont repartis enchantés !! Tony Moulai a eu la gentillesse de venir passer un peu de son précieux temps avec nous pour encourager les jeunes.

Cette saison, avec combien de jeunes démarrez vous ?

Nous avons actuellement 6 jeunes, 5 pupilles/benjamins et un minime, mais 5 encore présents l'année dernière devraient certainement revenir. Les 5 pupilles/benjamins bénéficient cette année d'un créneau adapté pour pratiquer les 3 disciplines, créneaux inexistant les années précédentes.

Quels sont les créneaux d'entraînement proposés ? Est ce qu'un calendrier des compétitions est proposé ?

Depuis quelques années seulement 3 séances de piscines étaient proposées et encadrées pour les adultes. Les sorties course à pied et vélo se faisaient un peu anarchiquement par mail interposé via une liste de diffusion ou sur le forum de notre site internet.

Cette année, pour les jeunes, le samedi matin de 11h à 12h, ils pratiquent le vélo et la course à pied. Je m'occupe de l'encadrement avec Seb et Cyrille (un futur BF5 ??). L'encadrement en natation de 12h à 13h est assuré soit par deux BEESAN pour leur prodiguer les meilleures techniques possible pour bien glisser. Nous ne sommes pas encore assez compétants et diplômés au sein du club pour être autonome et s'occuper sereinement d'eux. L'objectif premier est de leur faire prendre du plaisir, de les faire venir avec le sourire et les voir progresser. Nous n'avons aucune ambition de résultats mais nous ferons tout pour qu'ils soient fiers d'eux.

Les jeunes vont pouvoir s'exprimer et se montrer sur des courses enfants au début du mois d'octobre à Peyrins (Peyrénessime) et à Romans. Les triathlons débiteront l'année prochaine avec les compétitions Avenir.

Vivement le début de saison prochaine

L'avis de Sébastien Maillard, éducateur du Romans Triathlon

Je souhaite aujourd'hui transmettre aux enfants la passion du triple effort, mais aussi de l'effort tous court, du dépassement de soi et les aider à se sentir à l'aise dans leur corps comme dans leur tête. J'aimerais que leur passage dans cette école, leurs permettent de donner le meilleur d'eux même dans le sport mais également dans la vie de tous les jours avec respect et humilité. Leur apprendre que l'on a rien sans rien, et le plaisir que l'on ressent de réussir lorsque l'on a bien travaillé. Pour l'avenir nous espérons offrir aux jeunes romanais une structure solide ou ils pourront partager la passion de leur sport et que le triathlon devienne un sport majeur du pays Romanais. Le futur est tout de même encore incertain, car le projet est ambitieux, et les ressources humaines dans notre club limitées.



Championnat de France des Ligues

Par Romy Ansoborlo (CTL)

Sélection des athlètes / constitution des équipes.

Comme chaque année, le championnat de France des ligues est une épreuve très appréciée des jeunes. En effet, cette course en relais par équipe mixte est un concept très attractif qui motive toujours autant nos athlètes.

Nous avons, cette année, sélectionné 7 équipes (une équipe étant constituée d'une fille et de trois garçons).

Pour mémoire, chaque ligue à la possibilité de présenter 2 équipes par catégorie (min, cad et ju) + 1 équipe supplémentaire par titre détenu l'année précédente. Ex : En 2010 nous avons obtenu une médaille d'or en cadet ce qui nous permettait cette année de rajouter une 3^{ème} équipe dans la dite catégorie.

Cependant, le choix des athlètes pour la constitution des équipes n'est pas toujours chose aisée car nous avons, au sein de notre ligue, un fort potentiel d'athlètes performants, encadrés par des entraîneurs motivés et passionnés. Cependant, bien que nous optons pour la plus grande représentativité nous gardons bien évidemment un esprit de performance, aussi nous sommes conscients que nous ne pouvons pas contenter tout le monde.

Ce sont donc 28 athlètes issus de 10 clubs qui représentèrent la ligue Rhône-Alpes à Rodez (cf : composition des équipes)

Tous avec la même envie : donner le meilleur de soi-même.

Ce fut chose faite !

Objectifs.

Arrivée au terme de la constitution des équipes, et non sans difficulté, le niveau sportif de nos athlètes nous laissait penser que nous pouvions décrocher encore un titre et espérer d'autres médail-

les. Le scénario a été bien plus explosif que cela : Nos Juniors et nos Cadets sont allés chercher leur médaille d'Or avec une parfaite maîtrise devant le déroulement à suspense de la course.

A noter la performance époustouflante de Simon Vian suivi de ses coéquipiers Yohan Saby et Sébastien Court tout aussi talentueux et déterminés. Un titre en junior, détenu depuis quelques années par la ligue Ile de France, détrôné par Rhône-Alpes en 2005.

Les cadets n'ont eu de cesse de prouver leur suprématie en remontant les places au fil des relais pour gravir la plus haute marche.

Quant à nos Minimes, aussi motivés que performants, se sont battus sans relâche pour se placer sur la 2^{ème} marche du podium.

On aurait rêvé d'un tel résultat mais on n'avait pas osé y penser!

Encadrement et Logistique.

L'encadrement était assuré par une équipe soudée et confiante: Jacky Court, Eric Monnet, Loic Jacquet et moi-même. Merci à vous trois pour votre disponibilité et votre spontanéité auprès des jeunes.

Tous logés dans un internat de Lycée à Rodez, la cohabitation avec les autres ligues peut être

à la fois conviviale mais aussi source de difficultés quant à la gestion des groupes ; Je dois avouer que nos jeunes Rhônalpins ont été exemplaires sur le terrain, ça on l'avait remarqué !

mais aussi en vie collective. Sans pression de notre part, le groupe s'est montré respectueux des consignes, des horaires et du programme composé. La tension de la course, montant crescendo au fil des jours, suffisait à elle seule, aussi nous étions tous en accord pour éviter un supplément de « stress », les moments de détente étaient les bienvenus et c'est avec sérieux mais sans se prendre au sérieux que les jeunes se sont investis durant ces 3 jours.

Notre chauffeur habituel Thierry Robert (présent sur ce déplace-

ment depuis 2002), à l'écoute et disponible, nous assurait les déplacements en toute sécurité avec la plus grande dextérité (accès au lycée exigü et demi tour en bus + remorque ; une vraie prouesse technique qui a fait

l'admiration de tous!)

Que dire de plus : 2 médailles d'Or + 1 médaille d'Argent.

Les jeunes étaient fiers, l'équipe d'encadrement comblée, une ligue Rhône-Alpes confortée dans sa politique sportive envers les jeunes.

Merci à tous pour ce beau spectacle !

Un remerciement particulier à Bruno Copetti pour le soutien et la confiance qu'il m'a accordés durant la préparation de ce dossier.

La Ligue Rhône Alpes rentre du championnat de France des Ligues avec 2 titres et une médaille d'argent. Félicitations aux athlètes pour cette réussite !



Dans le détail pour notre ligue:

Chez les juniors, l'équipe 1 remporte la course (P. Morier, S. Viain, Y. Saby, S. Court). L'équipe 2 termine 6^{ème}.

Chez les cadets, l'équipe 1 remporte le titre (E. Rochedy, R. Cheyreyzy, M. Nitsche, D. Coninx). L'équipe 2 termine 6^{ème}. L'équipe 3 14^{ème}.

Chez les minimes, l'équipe 1 termine 2^{ème} (M. Garabedian, G. Lachaux Coutet, A. Lachaux Coutet, L. Bergere) et l'équipe 2 termine 14^{ème}.

La Carte M'RA

A l'occasion de la rentrée scolaire, petit rappel des avantages de la carte M'RA pour les jeunes de 16 à 25ans : site de la région Rhône Alpes (<http://www.rhonealpes.fr/93-carte-m-ra.htm>)

En 2011, près de 300 000 jeunes rhonalpins ont utilisé la carte M'RA. C'est l'outil le plus connu des jeunes parmi les actions de la Région en leur direction.

L'avantage sur la licence sportive est toujours d'actualité. La date limite des demandes de remboursement est fixée au 31 mai 2012. Dès à présent, ne tardez pas à vous rapprocher de votre club !

Nouvel avantage 2012 : téléchargement (légal !) de musique de groupe rhonalpin.

Toutes les infos sur le site de la Région : <http://www.rhonealpes.fr/675-accueil.htm>



4 infos en bref...

FORMATION BF5—2011/2012

Pour cette nouvelle session **BF 5**, les inscriptions sont ouvertes jusqu'au 7 novembre.

En quelques mots : 4 jours de formation les **26-27 novembre et 3-4 décembre** à Valence (26), examen en mai 2012.

Informations complémentaires et formulaire d'inscription en rubrique Formation du site de la ligue.

S. Viain 25ème au Chpt du Monde Junior de triathlon

Simon Viain (Valence Triathlon) termine 25ème du championnat du monde Junior de triathlon qui se déroulait à Pékin, dimanche 11 septembre.



L'autre français sélectionné, Raphael Montoya (Antibes) termine 9ème.

Vidéo de la course et résultats complets sur triatlhon.org

CHAMPIONNATS DE FRANCE CD ELITE, U23 ET MASTER

Les championnats de France de triathlon courte distance se sont déroulés à Villier-sur-Loire.

Chez les rhonalpins présents, saluons les performances de Sebastien Court (CRV Lyon) 11ème de la course Elite (et au pied du podium U23, 4ème), ainsi que la 2nde place chez les Masters de Philippe Dupont (Team Mermillod Triathlon).

Félicitations à tous les athlètes qui ont participé

CHAMPIONNAT RHONE-ALPES DES CLUBS

Le triathlon sprint par équipe de Vaulx-en-Velin était support du championnat régional de triathlon par équipe.

Echirolles Triathlon chez les femmes, et **Valence Triathlon** chez les hommes ont été titrés.

Résultats de la course : trivaulx.com



Remise des récompenses

La soirée de remise des récompenses s'est déroulée samedi 22 octobre, à Moirans (38).

L'occasion de remercier le **Tri Alp Moirans** pour son accueil, **Mr Hon** (adjoint aux sports de la ville de Moirans) et **Mr Margotton** (président du CROS Rhône Alpes) pour leur présence, et de féliciter de nouveaux tous les récompensés 2011.

En début de journée, le **debriefing de la saison d'arbitrage** et la **réunion des organisateurs**, se sont tenues. Merci aux personnes présentes.

Concernant le calendrier 2012, une version provisoire est mise en ligne.

Quelques photos de la journée ligue du 22 octobre



Développement Durable et Triathlon

Depuis quelques années, le développement durable (DD) est arrivé au sein de notre fédération en créant le label « Triathlon Durable ». Label qui consiste à respecter quelques règles bien précises dont l'utilisation de contenants DD, de ne pas utiliser de bouteilles en plastique, mettre en place une signalétique adaptée ainsi que le tri sélectif des déchets.

Pour faciliter la mise en place de ce label, pour les organisateurs qui s'y engagent, la ligue a, depuis cette année, mise en place

quelques services.

Parmi ces services, nous avons 4 jeux de 2 panneaux de début et fin de « zone de propreté » (voir plus bas), achat de gobelets en carton recyclables grâce à la Lyonnaise des Eaux.

Pour les épreuves labellisées "Triathlon Durable", la ligue, en partenariat avec la Lyonnaise des Eaux, met à disposition aux organisateurs des gobelets carton à tarif préférentiel.

Notre ligue a été choisie comme ligue pilote par la FFTRI pour tester le niveau deux du label

« triathlon durable ».

La ligue toujours, certainement en collaboration avec le Comité Drôme Ardèche, souhaite faire une information sur l'étude d'impact dans le cadre de Natura 2000 pour les organisateurs

Pour la saison 2012, les organisateurs seront prochainement sollicités sur leurs besoins. Ils peuvent néanmoins dès à présent prendre contact avec la commission organisation pour tout renseignement. (jmpauthier@numericable.com).

Les panneaux « zone de propreté »

Les panneaux ci-dessous sont téléchargeables sur le site de la ligue (www.triathlonrhonealpes.com) dans la rubrique « organisation ».

La taille minimale est le format A4 mais le format A3 est plus visible.

