

# TRI-BUNE RHÔNE-ALPES

## Editorial

Juin 2009 - N°1

**2009 voit la mise en place d'une commission communication. Elle se veut la voix de tous les acteurs Rhône-Alpins du Triathlon : la Ligue, ses Comités, les organisateurs et les clubs sont pleins de dynamisme et porteurs de projets mais nous avons des difficultés à le faire savoir.**

Ainsi cette commission prend toute sa légitimité pour que l'information puisse passer de la Ligue vers les licenciés mais aussi pour les clubs et organisateurs.

De multiples outils sont disponibles mais encore faut-il cibler et ne pas trop se disperser. Cela va être son travail mais dès maintenant cette « newsletter » est le premier outil qui est né. Cet outil est celui de tous afin de pouvoir diffuser le plus largement possible les informations des actions de la Ligue vers les pratiquants mais aussi que chaque action ou projet porté par un club ou un organisateur puisse être relayé également.

Cette commission a démarré sur les chapeaux de roues car **notre mois de mai a été riche en événement.**

2009 est l'année des 20 ans de notre fédération et nous avons souhaité célébrer cette anniversaire à l'occasion des Championnats de France des jeunes de Triathlon. Bref deux événements en un !!!

Un stand avec photos, posters retraçant les 20 ans et un gadget souvenir ont été réalisés pour marquer l'occasion. Je veux ici saluer

le travail réalisé par Laurence ROY la Présidente de cette commission qui s'est particulièrement investie dans ce travail et a assuré la permanence du stand sous la chaleur de cette journée du 23 mai.

Le Championnat de France Jeunes a également été un grand moment. Sous une chaleur accablante nous avons assisté à des courses pleines de rebondissement où les jeunes triathlètes de notre Ligue se sont formidablement comportés et ont animé les courses. Nous ne pouvons être que satisfaits avec **trois titres de Champions de France** (Maxime NITSCHKE, Justine GUE-RARD, Sébastien COURT), **une Vice Championne de France** (Marie FROMENT) **et une belle troisième place** de Clémentine KAUFMANN **pour les individuels et un titre de Champion de France par équipe** pour Valence **et de Vice Champion de France** pour le CRV Lyon Triathlon. Nous pourrions regretter la défaillance de Clémentine BERTHON qui après avoir mené la course seule en tête sur la natation et le vélo s'est écroulée au début de la course à pied.

Bravo à tous les jeunes de la Ligue qui ont participé à ces Championnats de France.

Je veux également saluer tout le travail effectué par l'équipe d'organisation autour d'Evelyne CORDUAN, la Présidente, je ne vais pas les citer car j'en oublierais certainement mais ils ont été à la hauteur de l'événement.



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



## DECouvrez LES COMMISSIONS DE LA LIGUE RHÔNE-ALPES :

Il existe au sein de la ligue Rhône-Alpes plusieurs commissions qui participent à la vie de notre ligue et oeuvrent pour le développement de notre sport :

### La commission Marketing et Communication.

Vous avez sous les yeux une partie de notre travail ! Cette commission est composée de :

Damien Aubert

Gilles Lecoffre

Eric Le Pallemec

Jean-Marie Pauthier

et moi même Laurence Roy qui en suis la Présidente.

Notre mission est de de communiquer sur :

les actions de la ligue

les actualités des différentes commission (technique, médicale, organisation, discipline, arbitrage,...)

les évènements organisés dans notre ligue par les clubs adhérents et les organisateurs

les actualités de la F.F.TRI.

à destination de tous les clubs adhérents de la ligue mais également à destination des autres ligues régionales et ce au travers du site internet de la ligue, des emails et de TRI-BUNE RHÔNE-ALPES.

Nous avons déjà eu l'occasion de réaliser une exposition en l'honneur des 20 ans de la F.F.TRI. présentée lors des Championnats de France Jeunes à Pierrelatte le 23 mai. Vous découvrirez aussi un article sur la Ligue de Triathlon dans le N° de Juin de la lettre du CROS et ce n'est que le début !

### Que pouvez vous faire pour nous aider ?

Faites nous parvenir les coordonnées de la personne qui au sein de votre club s'occupe de communication et qui peut être un relais d'information. Nous aimerions aussi constituer un fichier des contacts presse de tous les clubs. Votre contact presse c'est la personne à qui vous envoyez les résultats de course pour parution dans le journal local que ce journal s'appelle Progrès, Dauphiné ou Tribune !

Merci à tous et Bonne Lecture

Laurence.roy69@gmail.com

### La Commission Régionale d'Arbitrage (C.R.A.) est composée de 5 membres :

Catherine GROSSETETE (Vaulx en Velin Triathlon) – stagiaire 2ème année arbitre national

Florence AMARGUIN (Vaulx en Velin Triathlon)

Gérard GERMANI (CRV Lyon Triathlon),

Pascal GODEL (Oullins Triathlon) et président de la Commission Nationale d'Arbitrage.

Philippe DEBISE (Oullins Triathlon) qui est d'ailleurs le président.

Le rôle de cette commission est de former les arbitres assesseurs de la Ligue que l'on voit sur les différentes épreuves, de planifier les arbitres en fonction des épreuves et de régler, s'il y a lieu, les problèmes liés à la réglementation autant au niveau des organisateurs (lors du contrôle du dossier technique de l'épreuve) que des concurrents (contestation de sanction).

La C.R.A. est en lien avec la C.N.A. qui forme les arbitres principaux (10 au niveau de la ligue) et relaye au niveau de la ligue les infos de la C.N.A.

Elle travaille également en étroite collaboration avec les instances dirigeantes de la ligue (Président, CTL...) et est représentée au sein de son Comité Directeur par son président.

La C.R.A. a le projet de mettre en place des jeunes arbitres.



phil.debise@wanadoo.fr

## La Commission Organisation :

Pour la prochaine olympiade, cette commission prend une nouvelle forme : Je (Eric Le Pallemec) la préside et suis entouré de Jean Marc Grossetete, Damien Aubert, Jean Marie Pauthier et François Robillot. Je tiens d'ailleurs à les remercier pour leur aide.



Antérieurement, cette commission a permis à l'Offre Organisateur de voir le jour. Cette offre a été créée en partenariat avec la société Monnetria qui possède la gestion de celle-ci, contractuellement. Ainsi, nous avons, à ce jour, un produit où l'organisateur qui le souhaite peut louer PAV, l'Arche, les Bouées, et acheter dossards, bonnets de bain, lots concurrents...

Aujourd'hui, nous souhaitons compléter cette offre. Le premier dossier sur lequel nous travaillons est le Chronométrage qui représente une charge financière souvent lourde pour les organisateurs. Notre objectif est de trouver une offre plus attractive.

Enfin, je terminerai par inviter les organisateurs à réfléchir et à nous alerter sur des points qu'ils aimeraient que la commission porte à l'étude.

lp.eric@free.fr

## Commission Discipline

La Commission Régionale de Discipline (CRD) est un organe de la Ligue Régionale investi d'un pouvoir disciplinaire à l'égard des associations affiliées à la FFTRI et des membres licenciés de ces associations. Si des poursuites disciplinaires étaient engagées à la suite d'infraction commises (insultes, menaces, violence physique, tricherie manifeste ...) la CRD serait alors chargée de statuer sur l'affaire et de prononcer éventuellement des sanctions. Les sanctions applicables sont des pénalités sportives (déclassement, suspension d'une sélection, annulation d'un titre ...) et des sanctions disciplinaires (avertissement, blâme, retrait provisoire de licence, radiation, pénalité financière ...)

Heureusement, au cours des années précédentes la CRD de la Ligue Rhône Alpes n'a pas eu à exercer ses pouvoirs disciplinaires et à notifier des pénalités. On peut se réjouir de cette situation qui témoigne du bon esprit qui règne dans notre ligue.

Cependant, si à l'avenir une procédure disciplinaire était engagée à l'encontre d'une association ou d'un licencié, le bon fonctionnement de la CRD et l'équité de ses décisions auraient alors un rôle primordial. La nouvelle Commission Régionale de Discipline qui exercera ses fonctions pour un mandat de 4 ans est présidée par Pascal Paul (Tricastin Triathlon Club) et est composée de Pierre Bertholier (Romans Triathlon), Alain Fauque (CRV Lyon Triathlon), Youri Gras (Triathlon club des Monts du Lyonnais) et Frédéric Roujol (Valence Triathlon).

pascal.paul@numeo.fr

## Commission Médicale



La Commission Médicale est présidée par Marc Hustache qui est le médecin attaché de la ligue. Il est pour l'instant le seul membre de cette commission. Ses missions principales sont :

Appliquer au niveau régional les directives de la commission nationale  
Conseils aux clubs et triathlètes

Conseils et validations des structures médicales des organisations quand celles ci le demandent

Interventions sur les stages et/ou à la formation BF5

Marc a également réalisé avec Ravenman la brochure Jeunes & Triathlon que vous connaissez certainement déjà, sinon n'hésitez pas à contacter la ligue pour en avoir quelques exemplaires à distribuer à vos jeunes adhérents

Et il nous dépanne souvent comme médecin sur les épreuves!!!





Et enfin, **La Commission Technique...** en images !

C'est certainement celle que vous connaissez le mieux tellement elle est présente dans les différentes activités de la ligue. Elle est présidée par Bruno Copetti et ses principales missions sont :

- Relations CTL/FFTri
- Formations de cadres BF5/BF4
- Certification des cadres BF5
- Stages sportifs
- Conseil aux organisateurs d'épreuves (dossiers techniques)
- Actions d'animation (Meeting Natation - Aquathlon Avenir Ligue)
- Visites, conseils aux clubs
- Challenge club et challenge Avenir
- Gestion des épreuves sélectives
- Gestion des championnats régionaux
- Réunions techniques

lescopetti@wanadoo.fr



### Retour sur quelques activités 2009 de la CTL :

**Stage des Petits - Week-end de Pâques** - Hauteville : Si certains se sont ennuyés chez eux sous la grisaille du WE de Pâques, nous pouvons vous assurer que les 34 enfants de 8 à 12 ans issus de 7 clubs de la ligue Rhône-Alpes (Valence, Tricastin, Roanne, ASMSE, TC2R, Oullins, Chambéry) n'ont pas vu le temps passer au stage de Hauteville !

Tous ces jeunes triathlètes ont eu 3 jours pour « jouer » au triathlon : natation, course d'orientation, duathlon, VTT, ateliers transitions, éducatifs course à pied, étirements, relaxation.... Et tout cela sans la pluie, ni la neige !



## Le BF5

C'est à Oullins le samedi 16 mai que 29 candidats sont venus plancher sur 3h d'écrits le matin et un oral l'après-midi. Cet effectif record était composé de 21 stagiaires de la session 2008/2009 auxquels se sont ajoutés 8 de sessions précédentes venus



recupérer un module manquant.

Le bilan est plutôt positif, en effet **le taux de réussite de 80%** déjà très satisfaisant aurait pu être encore supérieur, mais certains candidats ont choisi de ne pas présenter tous les modules cette année.

Autre record de cette session, **15 clubs** représentés.

La formation 2009-10 aura lieu comme tous les ans à l'automne.



Mercredi 3 juin, près de 170 jeunes se sont retrouvés à Francheville sur l'**Aquathlon Avenir** organisé par la Ligue Rhône-Alpes de Triathlon et le Club CRV Lyon.



Pour la 2ème année consécutive, c'est dans le parc privé autour de la Piscine « Aquavert » que se sont enchaînées les épreuves, de la catégorie mini-poussin à junior, dans une ambiance à la fois sportive et conviviale.



### Stage Ligue Jeunes :

Organisé par la Ligue Rhône Alpes, en collaboration avec le Comité Drôme Ardèche, ce stage a réuni 31 jeunes issus des clubs de la Ligue Rhône Alpes, au centre H3S d'Hauteville (01).

Préparation de la saison de triathlon pour les uns, préparation finale pour les championnats de France jeune de Duathlon pour les autres... un programme adapté à chacun.

Notons la présence, pour la première fois sur un stage Ligue, des jeunes des clubs de Privas, Tarare, Leman et Aix Savoie.



## Lettre Trimestrielle de la Commission Médicale de la Ligue de Triathlon – N°9

J'ai participé à la première réunion de la nouvelle commission nationale médicale de la fédération française de triathlon pour la prochaine olympiade.

Ambiance très studieuse/

M. BIGNET participait à la réunion avant sa nomination comme DTN.

Nouvel organigramme fédéral :

Le nouveau médecin fédéral est le Dr François LHUISSIER. Le médecin fédéral adjoint est le Fr J.L. BOU-CHARD.

Les docteurs MARBLE et COSTE sont respectivement médecins du collectif triathlon et duathlon.

Membres de la commission : C. THIEBAUT, E. DELASARA, J. SIMON et **M. HUSTACHE**

Les performances très moyennes des triathlètes français aux derniers jeux olympiques ont été au centre des débats conduits par Claude MARBLE. Apparemment toutes les délégations avaient suivi le même type de préparation... le triathlon reste heureusement avec toutes ses surprises, ses incertitudes ... et ses contre-performances !

Pour l'instant, plusieurs « pistes » méritent d'être travaillées : celle qui a occupé notre réunion est celle des piégeurs de radicaux libres. Cette notion fait partie intégrante de mon intervention au BF5.

Rappelons que l'organisme produit au cours d'un effort physique des déchets appelés « radicaux libres ».

Lorsque ceux-ci sont en quantité excessive, ils sont mal éliminés et peuvent être à l'origine d'une baisse de rendement, d'une récupération pénible, voire de blessures chroniques. Ces piégeurs de radicaux libres sont, pour l'essentiel, les vitamines C et E et des sels minéraux : le sélénium et le zinc.

De plus en plus de triathlètes portent en pré-compétition des bas ou des chaussettes de contention veineuse. PRUDENCE lorsque ces moyens de contention veineuse doivent être enlevés : une brutale dilatation veineuse provoquée par un retour veineux trop rapide entraînant une baisse de la tension artérielle aggravée par la chaleur et le stress de la compétition peut provoquer un malaise orthostatique souvent spectaculaire mais sans gravité. Ainsi il est conseillé d'enlever sa contention assis, lentement, à l'ombre et de ne pas se lever brutalement !

J'attends avec impatience la sortie du livre du triathlète JALABERT qui vient d'être nommé « sélectionneur des équipes nationales de cyclisme » par Isabelle GAUTHERON fraîchement nommée DTN et issue de notre fédération...

C'est la période des transferts dans le monde du football. Peut-on comparer le montant des salaires des footballeurs et les efforts fournis par les triathlètes désintéressés lors de la moindre compétition !?!

Doc.marcus@wanadoo.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 : Automne 2009

D'ici là, transmettez vos idées ou suggestions à : Laurence.roy69@gmail.com

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