



Projet Sportif 2024

30 ans du club de Chambéry Triathlon



Les 10 membres du CA



Sophie VERCUEIL

Présidente

- Subventions
- Relations mairie/piscine
- Comité de Savoie



Adeline SGARZI

Secrétaire

- Chambérienne



Anne Sylvie DRAIN

Trésorière

Les 10 membres du CA

Maxime CLOQUIE

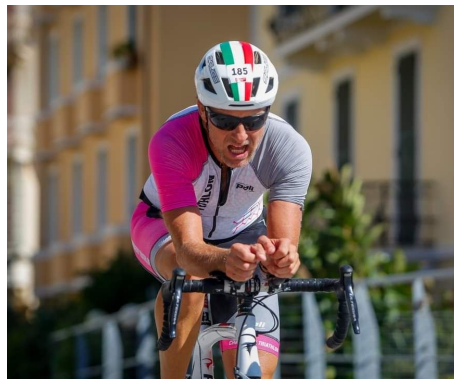
Vice-Président

- Tenues
- Administratif emploi



Alexandre GARIN

- Ecole de Tri
- Comm Technique
- Relation médias



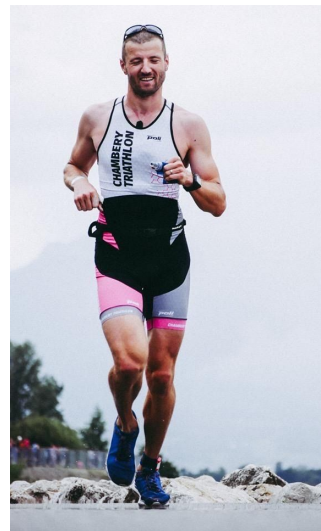
Nicolas CANTE

- Communication
- Tri de St Pierre
- D2/D3



Vincent MACABIES

- Ecole de Tri
- Bénévoles



Les membres du CA



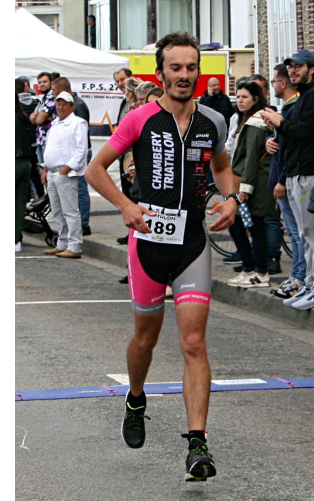
Fabrice DESCOMBE

- Relations ligue
- Section féminine
- D2/D3



Damien ANDREANI

- Organisations
- Conférences
- Stages Club



Loïc MOREL

- Tenues
- Groupe vélo

Mot de la présidente



- **Nouvelle phase de transition dans le club**
- **Renouveler :**
 - **Le Coaching pour arriver à atteindre un équilibre avec Maxime en alternance et un coach TP pour l'encadrement et la structuration du club.**
 - **Le Haut Niveau en reconstruisant l'émulation des années précédentes.**
 - **Notre triathlon de St Pierre d'Albigny.**
- **Renforcer :**
 - **L'école de triathlon**
 - **Le pôle féminin triathlon**
 - **La présence sur les courses phares**
 - **L'implication de vous tous dans la vie du club (prochaines élections du CA, Chambérienne, St Pierre, aide à l'encadrement, aux déplacements des filles du pôle, à l'organisation de la saison qui arrive à grand pas)...**

Nos
ORGANISATIONS

Mot de la présidente

- Bénévolat indispensable
- Participation de chacun à 2 jours **MINIMUM** de bénévolat
- Mais participation à plus nécessaire
 - Rapprochez vous des organisateurs
 - Actions en amont/aval
 - Rejoindre les équipes



- **Aucune participation adulte possible sur la Chambérienne et le Triathlon de St Pierre pour les membres de Chambéry Triathlon**
- Exceptions: les courses jeunes
- Pour les ados, bénévolat également demandé.

Le Triathlon de St Pierre d'Albigny 2024

Une nouvelle équipe en
construction

Toutes les bonnes volontés
sont les bienvenues



-> RDV le 1er Septembre
au lac de Carouge

La Chambérienne 2023

Définition d'une chambérienne réussie :

- un trail nocturne qui attire les foules
- une équipe d'orga qui donne tout
- des bénévoles au top
- la croziflette de l'arrivée
- une épreuve solidaire : don à la Cantine Savoyarde
- nouveauté 2023 : découverte des sports enchaînés pour les jeunes
- des bénéfices pour le club



-> RDV le 16 Novembre 2024 pour nous aider à faire une belle épreuve pour la 15ème édition !

Les filles de la D2

Elite - D2 Femme

Charlotte ABELLO

Caroline BURGOD

Bérénice BRARD

Maé CHEMIN

Julia DESCOMBE

Lucie GOMES

Alizée PATIES

Claire SERRISIER

- Stage perf en février ouvert aux filles de la D2
- Journée cohésion le samedi pour clôturer le stage



D2 - Calendrier

09 juin 2024 METZ (57) ÉTAPE 1	29 juin 2024 BORDEAUX (33) ÉTAPE 2	07 septembre 2024 QUIBERON (56) ETAPE 3	15 septembre 2024 SAINT-JEAN-DE-MONTS (85) FINALE
--	--	---	---

Objectif : Maintien en D2

D3 - Calendrier

D3 DUATHLON							
11/05/2024	D3	Duathlon	Sélectif « D3 Duathlon – hommes et femmes » sélectif régional pour la ½ fin: Triathlon du Val de Saône			Trévoux (AIN)	1
30/06/2024	D3	Duathlon	1/2 Finale Chpt France D3 Duathlon			Roanne	42
29/09/2024	D3	Duathlon	Finale Chpt France D3 Duathlon			Chateauroux	36
D3 TRIATHLON							
05/05/2024	D3	Triathlon	Sélectif « D3 Triathlon – hommes et femmes » sélectif régional pour la ½ fin: Triathlon de Dauphiné			St Donat sur l'herbasse	26
06/07/2024	D3	Triathlon	1/2 Finale Chpt France D3 Triathlon		Triathlon des Sucs	Lapte	43
??/??/2024	D3	Triathlon	Finale Chpt France D3 Triathlon			??	??

**Le COEUR du
CLUB**

Coaching

- Phase de transition jusqu'au prochain coach principal
 - Elaboration des séances par Maxime Feugier
 - Objectif : maintenir les créneaux habituels pour les adhérents !

- Quelques changements probables
 - Natation adulte lundi midi et vendredi midi = nouvel intervenant
 - Natation adulte soirs = coaching Louis Lebrun
 - Natation M&Ms mercredi = recherche en cours
 - Course à pied adulte mardi = Alexandre Garin

- Périodes de formation de Maxime Feugier (env 1 sem/mois)
 - “Trajets pôle” = besoin de bonnes volontés ! Participation au bénévolat club !
 - Vélo & Natation Espoirs et Perfs du mercredi = recherche en cours
 - Coaching Jeunes assuré par Louis Lebrun et Clément De Rivarola



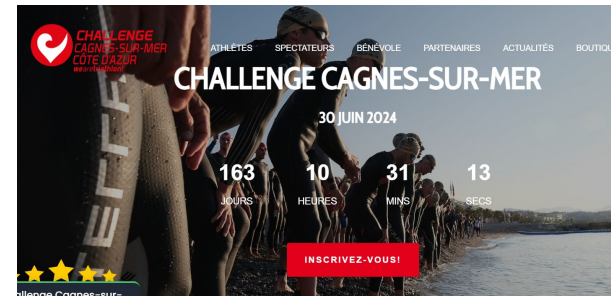
Natation



- Badges !!!
- Penser à **BADGER INDIVIDUELLEMENT**
- Respecter les consignes (zones déchaussées, douches...)
- Rappel: mise à disposition gratuite des lignes→
MERCI Grand Chambéry et la Mairie
(Budget 45 000 Euros)

Commission Longue Distance Triathlon de Cagnes sur Mer

- WE collectif et festif autour du triathlon longue distance
- Objectif commun de Triathlon Longue distance
- **30 juin 2024** Format distance M ou L



<https://challenge-cagnessurmer.com/fr/>



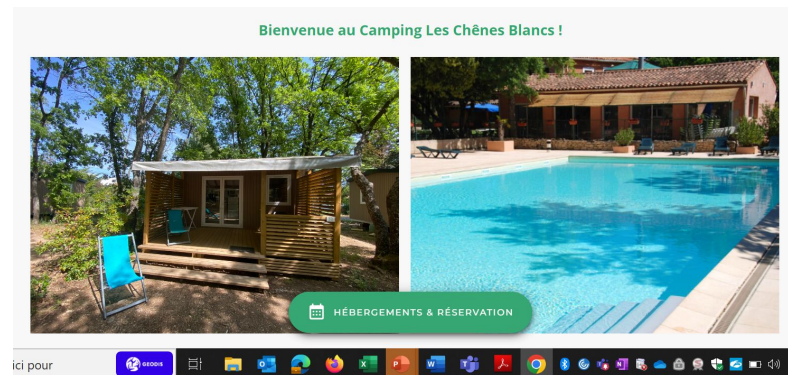
- Parcours Vélo arriere pays Nicois
- Nage en Mer



- Logement Collectif
résidence vacances

Stage Club Printemps Luberon

- **Stage Club printemps** ouvert à tous les licenciés et familles
- **20 au 27 Avril 2024**
- **Massif du Luberon** (St Saturnin Les Apts)
- Créneau **piscine privatisée chauffée** de 8h à 10h (20m) + plan d'eau
- Sorties **vélo journalières collectives** Jeunes et Adultes (nombreux parcours dans Lubéron)
- Sorties **CP et/ou Trail très variées**
- Logement **Camping Les Chenes Blancs** (réservations individuelles directement auprès camping, Tarif Janvier)



* Participation coaching 25€/pers

Les courses phares :

Rassemblement club : **CONVIVIALITÉ**

Déduction de **50€ adultes / 30€ jeunes** sur le prix de la licence de l'année suivante si :

- Chacun gère son inscription, mais sous les couleurs de Chambéry Triathlon
- Participer à **2 courses phares** au minimum.
- **Port de la tenue du club**
- **2 jours de bénévolat** sur les événements club (pour les adultes et adolescents)

Triathlon

Courses phares 2024

Epreuves	Dates	Distances
Triathlon du Pays de St Marcellin <i>Chatte (38)</i>	14 Avril 2024	enfants VTT, XS indiv/relais/para, S par équipe
Triathlon du Dauphiné <i>Saint-Donat-sur-l'Herbasse (26)</i>	5 Mai 2024	Découverte, S (sélectif D3)
Triathlon de la Combe de Savoie <i>Grésy-sur-Isère (73)</i>	1er Juin 2024	aquathlon enfants, XS indiv, M et L indiv/duo/relais
Triathlon d'Aiguebelette <i>Aiguebelette (73)</i>	14 Septembre 2024	M indiv L indiv/duo/relais

Course à pied / Trail

Section Course à pied/ Trail

Deux séances proposées par semaine :

- le Mardi départ du parking du Club de Tennis à Buisson Rond à 18H30 (trail/ VMA/ PMA/ Seuil / ...)
- le Jeudi
 - D'Octobre à Mars RDV au stade Mas Barral à 19h (séance CAP/ renfo).
 - A partir de Mars RDV au parking du Club de Tennis à Buisson Rond à 19h (Séance trail/renfo)

Section Course à pied/ Trail



Courses phares 2024

Epreuves	Dates	Distances
Trail des Grottes <i>Saint Christophe la Grotte (73)</i>	31 Mars 2024	10, 20 Km
Trail des 3 Couvents <i>Saint Laurent du Pont (38)</i>	28 Avril 2024	12, 27, 46 km
Le Grand Trail de Serre Ponçon <i>Embrun (05)</i>	8 et 9 Juin 2024	18, 28, 30, 46, 64, 152 Km
Trail du Petit Saint Bernard <i>Bourg Saint Maurice (73)</i>	28 et 29 Septembre 2024	Vertical, 10, 21, 35, 43, 68 km

Ecole de Triathlon

Courses phares 2024

Epreuves	Dates	Distances
Bike&Run du Retord (01) <i>Injoux-Génissiat</i>	10 Mars 2024	<i>1,9km / 4km / 11km / 22km</i>
Duathlon de Seyssel (38)	05 Mai 2024	<i>6-13ans XS S M</i>
Triathlon de Bourg en Bresse (01)	26 Mai 2024	<i>8-11ans XS S M</i>
Triathlon de la Combe de Savoie (73)	1er Juin 2024	<i>Aquathlon 8-11ans ou Tri XS</i>
Triathlon St Pierre d'Albigny (73)	1er Septembre 2024	Enfant / XS / S

Le calendrier des stages à venir

Stage février

- Jeunes perfs et espoirs +, D2F et D3H
- Lundi 26/02 au samedi 01/03 - 2e semaine des vacances de février
- Natation, vélo, CàP, Multi-enchaînements, activités cohésion

Stage ligue

- À Vichy du 15 au 19 avril 2024 à Vichy
- Infos à venir

Qualifs et courses nationales jeunes

Duathlon

- 17 mars : Sélectifs France à Montluçon
- 7 avril : Championnat de France à Macon

Triathlon

- 19 mai : Sélectifs France à Pierrelatte
- 2 juin : Championnat de France à Gravelines

Aquathlon

- 9 juin : Sélectifs France à Étoile-sur-Rhône
- 6 juillet : Championnat de France à Dôle

Qualifs et courses nationales jeunes

- Organisation/prise en charge financière par le club des **déplacements/repas/logements pour les jeunes sélectionnés** les Championnats de France Triathlon, Duathlon et Aquathlon. Présence d'un coach sur place
- Organisation par les parents des **déplacements/repas/logements** sur les sélectifs des Championnats de France Triathlon, Duathlon et Aquathlon. Présence d'un coach sur place

**Et avant l'apéritif,
juste quelques
petits points...**

Soirées thématiques



> Petites conférences le soir en semaine, pour échanger autour de divers sujets avec des intervenants

> Lieu : Salle de conférence à Médipôle

Thèmes à venir :

- Planification entraînement **FAIT**
- Etirements le 4 Mars 2024
- Entretien et réparation vélo

Si vous avez d'autres demandes ou idées, n'hésitez pas à nous en faire part !

Une organisation pleine de sens
LE TOUR DES 3 LACS / 5ème édition
organisée par l'association PCC
(PEDALONS CONTRE LE CANCER)

Pédalons
contre le cancer

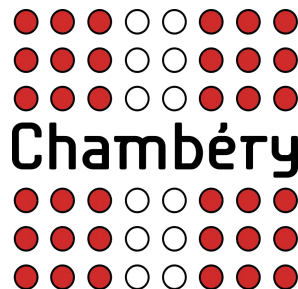
EDITION 2024 :
22 Juin !



Partenaires

Les Partenaires institutionnels:

- La ville de Chambéry
- Grand-Chambéry
- Le Département de la Savoie
- FFTri
- Ligue AURA de Triathlon
- ANS



Partenaires

Les partenaires et Mécènes:

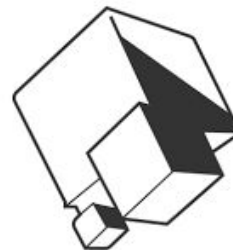
- Médipôle de Savoie
- Worden
- Easy Vente Immo
- Gonthier Espaces Verts
- Pyrites Ingenierie

Recherche en cours

1 nouveau partenaire → Licence offerte



EASY
VENTE IMMO



pyrite
ingénierie



Atelier cycle WORDEN

Fiche atelier / Tarifs / Main d'oeuvre

FORFAIT REVISION	PRIX
REVISION BASIC : Contrôle et gonflage des pneus / entretien de la chaîne / vérifications et serrage de la visserie	39 €
REVISION STANDARD : En plus de la basic : dévoilage roues et réglage dérailleurs	55 €
REVISION COMPLETE : En plus de la standard, échange de câble de dérailleurs / freins et purge de freins	89 €

WORDEN

Profitez d'offres exclusives adhérents*



Offres valables sur
présentation de votre
carte d'adhésion
Chambéry Triathlon

RUNNING

- 20% sur les chaussures et le textile
- 15% sur les accessoires running

CYCLISME

- 20% sur le textile vélo
- 10% sur la révision d'hivernage (novembre à février)

NATATION

- 10% sur les combinaisons
- 20% sur le textile et accessoires triathlon

NUTRITION SPORTIVE

- 10% sur tout le rayon

Conseils et choix chez **WORDEN** La Ravoire



315 rue Pierre et Marie Curie - 73490 La Ravoire
du Mardi au Samedi : 10h - 12h30 et 13h50 - 19h

*offres non cumulables avec d'autres remises et promotions





Roues carbone à pneus

Tarifs valables uniquement pour les licenciés de Chambéry Triathlon

Modèles jeunes :

- **Version freinage patin 500 €** Poids de 1360gr (+/- 20 gr)
moyeux Novatec A171/F172 SB, rayons rond Sapim Dlight
- **Version freinage disque 550 €** Poids de 1400 gr (+/- 20 gr)
moyeux Novatec D791/792 SB CL, rayons rond Sapim Dlight

Modèles adultes :

- **Version freinage patin 600 €** Poids de 1250 gr (+/- 20 gr)
moyeux Novatec A219/F482 SB SL, rayons aéro Sapim Cx ray
- **Version freinage disque 670 €** Poids de 1310 gr (+/- 20 gr)
moyeux Novatec D411/4122 SB CL, rayons aéro Sapim Cx ray

Observations supplémentaires sur les roues :

- Jantes carbone T700 + T800, finition UD mat, pour pneus, hauteur 35 mm, largeur 25 mm
- Bande de freinage HTG (hautes températures 255°) pour les jantes à freinage patin
- Fonds de jante light Veloplug (+ serrages rapide pour les roues à freinage patin) compris
- Corps de roue libre Shimano 10/11/12 v.Sram et Campagnolo possible avec supplément
- Possibilité de personnaliser la couleur des écrous (+ 10 €)

Autres types de jantes (dimensions et/ou tubeless) et moyeux (DT Swiss, Alvee...) sur demande

Réparer, c'est possible :

Vous avez des roues qui ont un problème (voile, jeu, rayon cassé, roulements à changer...), je fais toutes ces opérations à petit prix à conditions que les roues soient propres...

Recycler, c'est possible :

Vous avez des roues âgées et/ou endommagées mais avec des pièces encore en bon état (jantes, moyeux, rayons), je peux peut-être les réutiliser pour votre montage de roues (et ainsi réduire la facture)

Exemples de montages visibles sur [Facebook #rouescropcircles](#) et [Instagram roues.cropcircles](#)

Montage garanti 2 ans contre tout vice de fabrication. SAV assuré dans le temps.

Acompte 30 % à la commande, solde à la livraison.

Les roues sont montées après commande ; les délais varient suivant les jantes en stock.