

COMPTE RENDU

TRIATHLON RUN AND BIKE

COMMISSION MIXTE RÉGIONALE
Mardi 12 septembre 2023
En visioconférence

Arnaud BIDEL

Dossier suivi par Nathalie LE GUILLOU-VAIDIS

ACADÉMIE DE NORMANDIE
Périmètre de Caen

23 | 24

PRÉSENTS

- HOSTINGUE Jérôme Collège André Miclot Port-Bail-sur-Mer
- KERRIEN Yann Collège Jacques Brel La Ferté-Macé
- LANÉE Damien Lycée Émile Littré Avranches
- PILATTE Cyril École des Courses Hippiques Graignes

- OZEEL Eva Cadre technique de Triathlon
- MOUSSEL René Ligue de Normandie de Triathlon

- BIDEL Arnaud Directeur Régional UNSS Normandie – Site de Caen

ABSENTS

EXCUSÉS

- DEMARTHE Sylvain Lycée Napoléon L'Aigle
- LAIGNEL-BOUTROIS Sophie LPO Guillaume Le Conquérant FALAISE
- LE GUILLOU Gérard Lycée Malherbe Caen
- LEMONNIER Nicolas LPO Charles Tellier Condé-en-Normandie
- MAGUET Laurent Collège Jacques Brel La Ferté-Macé
- ERNAULT Emmanuel Directeur Départemental UNSS Manche
- MARIE Loïc Directeur Départemental UNSS Calvados
- PANTALÉON Mathieu Directeur Départemental UNSS Orne

Championnat de France RUN AND BIKE

Catégorie	Date	Lieu	Équipes participantes	Place
COLLÈGES ETAB	15 au 17/03/2023	SARAN (Académie d'Orléans-Tours)	Collège Molière – L'Aigle	23/25
LYCÉES ETAB			Lycée Marie Curie - Vire	FORFAIT
COLLÈGES EXCEL			Collège Jacques Brel – La Ferté Macé	17/18
COLLÈGES SP AUTO			Collège Honoré de Balzac - Alençon	4/11
LYCÉES SP AUTO			Lycée Napoléon L'Aigle & ITEP L'Aigle	3/5
LYCÉES SP TANDEM			Lycée Agricole St Lo Thère – Le Hommet & IME IDRIS AAJD Marigny	1/1

Remarques :

- Beaucoup trop roulant très plat et peu de "pilotage"

Championnat Académique TRIATHLON

Catégorie	Date	Lieu	Nbre participants	Nbre de JO	Remarques
COLLÈGES & LYCÉES	12/04/2023	VIRE	54	10	Par binôme Accès à des équipes de promotionnelle Un peu de monde que l'année précédente

Remarques :

Rouen – 30 équipes au championnat académique à Pont Audemer (en piscine mais enchainé dans un parc)
Bernay serait partant pour organiser dans le futur

Bilan de Cyrille Pilatte :
Voir en annexe de ce PV de CMR

Championnat de France TRIATHLON

Catégorie	Date	Lieu	Équipes participantes	Place
LYCÉES ETAB	Du 22 au 24/05/2023	BELFORT (Académie de Besançon)	Lycée Émile Littré - Avranches	7/20
COLLÈGES EXCEL			Collège Jacques Brel – La Ferté Macé	16/19

Remarques :

-

Certifications jeunes officiels

TRIATHLON	2021/2022		2022/2023	
	Arbitre	Jeune Coach	Arbitre	Jeune Coach
District	16	5	24	8
Départemental	3	0	17	1
Académique	15	3	15	3
National	0	0	1	1
International	0	0	0	0
TOTAL	34	8	57	13
	42		70	

Certifications de l'année à partir du 01/09/2022 (mis à jour le 23/06/2023)	
Arbitre	Jeune Coach
9	3
7	0
2	0
1	1
0	0
19	4
23	

Remarques :

22052010091	DURAND Philippine	1986324	CF 06/12/2007	Triathlon	Arbitre National	29/05/2023	Lycée Emile Littré - Avranches
22052010126	FEYS Gaspar	1955623	CG 09/02/2007	Triathlon	Jeune coach National	29/05/2023	Lycée Emile Littré - Avranches

RUN AND BIKE	2021/2022		2022/2023	
	Arbitre	Jeune Coach	Arbitre	Jeune Coach
District	145	85	214	132
Départemental	126	31	180	44
Académique	22	10	38	15
National	0	0	1	3
International	0	0	0	0
TOTAL	293	126	433	194
	419		627	

Certifications de l'année à partir du 01/09/2022 (mis à jour le 28/06/2023)	
Arbitre	Jeune Coach
124	86
91	30
25	13
1	3
0	0
241	132
373	

Remarques :

22054010068	ROBIN Nathan	1966113	JG 13/06/2005	Run and bike	Arbitre National	20/03/2023	Lycée Alain - Alençon
22054770067	ANDRE TELLIER Gaspard	2080053	MG 16/09/2008	Run and bike	Jeune coach National	20/03/2023	Collège Molière - L'Aigle
22054630165	MOREAU Jeanne	1993420	MF 05/06/2008	Run and bike	Jeune coach National	20/03/2023	Collège H de Balzac- Alençon
22054060031	RENAUD Mateo	2027668	JG 15/02/2005	Run and bike	Jeune coach National	20/03/2023	LP Napoléon – L'Aigle

PROJET 2023/2024

Rencontres

Championnat Académique TRIATHLON

Catégorie	Date	Lieu	Heure	Remarques
COLLÈGES & LYCÉES	15 mai	Vire	Accueil à 10h30 Fin de matinée + Après midi	Relais avec le règlement du championnat de France 45 équipes max : 3 vagues de départ et 1h15 par épreuve Peut-être limiter 1 équipe par établissement et s'il y a de la place 2 équipes ou 3 équipes

Remarques :

- Les collègues sont soucieux des impacts de la fusion : temps de déplacement, coût, temps de transport
- Moins d'équipes pouvant être accueillies : jauge, équipes compétitives
- Solliciter l'équipe d'organisation du CF pour organiser
- Prendre la convocation de triathlon de Rouen.

Liste des organisateurs : TRIATHLON

LANÉE	Damien	LYC	Émile Littré	AVRANCHES	PILATTE	Cyril	ECOLE	Courses Hippiques	GRAIGNES
-------	--------	-----	--------------	-----------	---------	-------	-------	----------------------	----------

Championnat Académique RUN AND BIKE

Catégorie	Date	Lieu	Heure	Remarques
COLLÈGES & LYCÉES	8 novembre	Falaise	Idem que l'année dernière	A améliorer par rapport aux remarques et expériences de l'année dernière Qualification idem que l'année dernière : 30 par département

Remarques :

-

Liste des organisateurs : RUN AND BIKE

CHAUMONT	Arnaud	Col	Jean Moulin	Gacé	HOSTINGUE	Jérôme	Col	André Miclot	Port-Bail-Sur-Mer
DEMARTHE	Sylvain	Lyc	Napoléon	L'Aigle	LAIGNEL-BOUTROIS	Sophie	LYC	Guillaume Le Conquérant	Falaise
DUSSUET	Céline	Col	Molière	L'Aigle	LEQUEFFRINEC	Romain	Col	Molière	L'Aigle
FOULON	Frédérique	Col	Lottin de Laval	Orbec	LEMONNIER	Nicolas	LYC	Charles Tellier	Condé-sur-Noireau
FOULON	Jean-René	Col	Françoise Dolto	L'Aigle	PAJOT	Nathalie	LP	Napoléon	L'Aigle
FOUQUET	Jérôme	LP	Navarre/Leclerc	Alençon	PILATTE	Cyril	ECOLE	Courses Hippiques	GRAIGNES

Remarques :

- Voir avec l'équipe de l'année dernière
- manque 1 ou 2 spécialistes lors de la préparation : règlement et lien avec la chronométrie-

Championnat de France 2024

Triathlon Collèges & Lycées	Lieu : La Ferté-Macé (académie de Normandie) Date : du 4 au 6 juin 2024	Date butoir : 08/05/2024
Run and Bike	Lieu : Ajaccio ? (académie de Corse) Date : du 6 au 8 février 2024	Date butoir : 20/12/2023

Sport partagé

- Run and bike

Féminisation

- Activités à parité

Innovation

-

Questions diverses

-

Cette réunion s'est déroulée en visioconférence.

Le service régional remercie chacun des membres de la CMR pour leur investissement tout au long de l'année.

Signé le 14 septembre 2023
Par **Arnaud BIDEL**
Directeur Régional
Service Régional UNSS Normandie
Périmètre de Caen

BILAN

TRIATHLON

Championnat d'académie

Mercredi 12 avril 2023

à VIRE NORMANDIE

Centre aquatique de Vire Normandie

Horaires :

12h00 12h30 : Accueil

12h30 13h00: Contrôle VTT et accès au parc

13h00 13h10: Briefing

13h10: Mise en place chambre d'appel

13h20 : Départ 1ère ~~doublette~~ 1^{ère} VAGUE

14h00 : Départ 2ème ~~doublette~~ 2^{ème} VAGUE

16h00 : FIN D'épreuve Merci de participer au démontage du parcours A voir avec ARNAUD si possible de l'inscrire dans la convoc

16h30 : Remise des récompenses

16h45 : Départ des équipes

Organisation :

Inscription des équipes en **DOUBLETTE**. La meilleure doublette Fille + la meilleure doublette Garçons seront rassemblées pour le classement Championnat Académique. Les TPS de la 1^{ère} doublette Filles seront additionnés aux tps de la la 1^{ère} doublette G puis les tps de la 2^{ème} doublette F avec ceux de la 2^{ème} doublette G et ainsi de suite.

Pour le Championnat promo-constitution des équipes et doublettes libres. Les Tps de la 1^{ère} doublette non officielle seront additionnés aux tps de la 2^{ème} doublette non officielle et ainsi de suite.

Championnat académique à finalité nationale

Catégories	Collèges	Lycées
	1 cadet(te) maximum	1 senior(e) maximum
Composition d'équipe	4 compétiteurs (1 doublette garçon et une doublette fille). Addition des temps de la première doublette (garçon/garçon) et de la première doublette (fille/fille) de chaque établissement puis des deuxièmes...	

Championnat promotionnel

Catégories	Collèges	Lycées
Composition d'équipe	4 compétiteurs (Equipes non conformes, exemple 2 doublettes garçons ou 2 doublettes filles). Addition des temps des deux premières doublettes de chaque établissement qui sont hors championnat puis des deuxièmes...	

Distances

NATATION	200 Mètres
VTT	4000 Mètres (2 boucles)
COURSE A PIED	1200 Mètres (1 boucle)

Changement parcours VTT. Trop difficile pour les filles et collègues. Prévoir 3 boucles VTT (1.3km et supprimer un max de bosse et privilégier le goudron. Cette année parcours CP à l'envers (monter par la résidence pour éviter le croisement (nouveau parc dans le skate).

Parc à Vélo sur le skate parc. Voir avec services tech pour ouvrir la clôture si possible devant le pédiluve)

Chaque concurrent effectue le Triathlon dans sa totalité avant de passer le relais à son coéquipier.

Jeune arbitre :

1 jeune arbitre **obligatoire** par établissement. Il ne peut pas être compétiteur.

Cette année, 9 JO dont 6 pour le comptage des lignes et 3 dans le parc. MINIMUM

Jeune Coach :

1 jeune coach par équipe **obligatoire**. Il fait partie de l'équipe. LE JEUNE COACH est COMPETITEUR.

Jury adulte :

1 jury adulte minimum par établissement.

Matériel obligatoire :

1 VTT par doublette (au minimum)

1 casque par doublette (au minimum)

Chaussures à laçage rapide conseillées

Maillot de bain, t-shirt. (Bonnet et Chasuble fourni par l'organisation)

Cette année 3 couleurs de bonnet (en silicone) très bien. Pour l'an prévoir même si possible plus de couleurs avec 1 couleur par ligne d'eau. Beaucoup plus facile pour les jurys. Si possible 6 couleurs.

Jauge :

Capacité maximum de 144 participants. 72 doublettes. Bassin de 6 couloirs. 6 participants par ligne d'eau.

Cette année, 84 inscrits. 42 binômes. 21 Binômes G Lycée et 21 Binômes lycées filles + Collège G& F.

Très bien au niveau du parc et de l'orga. 2 Vagues. En 1^{er} les lycées G puis dès la fin de la Nat du 2^{ème} relayeur départ 2^{ème} Vague. 2 ordi pour le chrono.

La partie natation

La natation s'effectue dans le bassin intérieur de 25 m du Centre aquatique.

Départ par vagues de 6 concurrents par ligne d'eau. (6 lignes d'eau)

Chaque doublette a un numéro de ligne d'eau qui lui est attribué.

Marquage du numéro d'équipe sur le dessus de la main de chaque relayeur.

Marquage pas utile sur la main si bonnets de couleurs. Prévoir fiche 1 à 6. Fréd avec 2 profs pour donner consignes. Cette année placement libre dans les lignes d'eau et JO demande les N° pour inscrire sur les Fiches de contrôles. Voir pour peut être prévoir placement dans les lignes lors avant le retrait du dossard.

Très important : Pour des raisons d'hygiène et de sécurité, seuls(es) les concurrent(e)s effectuant leur parcours Natation seront présent(e)s à l'intérieur de la piscine.

La partie VTT

Les embouts de guidon et extrémités des guidons devront être obturés. Les VTT devront être en bon état de marche, notamment les organes de sécurité (freins, direction, pédales, potence...).

Les vélos de cyclo-cross ou VTC sont interdits. (Les pneus des VTT seront crantés sur toute la surface.)

Pendant l'épreuve de VTT et l'épreuve de course à pied, aucun concurrent ne doit être torse nu.

Le casque est obligatoire et doit être attaché, jugulaire serrée, pendant toute la durée de l'épreuve.

RÉSULTATS :

Ils seront affichés si possible après la course et disponibles sur Opuss le lendemain.

RÉCOMPENSES :

Les 3 premières équipes Collèges et les 3 premières équipes Lycées seront récompensées.

Modalité de qualification au championnat de France :

1^{ère} équipe conforme collège établissement et 1^{ère} équipe conforme Lycée établissement.

Les équipes excellence doivent être 1^{ère} au scratch pour prétendre être qualifiées.

Bonne compétition à tous !

Pour le matin RDV 8h. Présents : Anne O, Gérard G, Arnaud + 5 Services Civiques + Manu + Damien avec 4 élèves à 9h. C'est le minimum... Juste pour finir. 10 c'est le gros minimum. Plus rapide si 700 m de moins à rue baliser en VTT l'an prochain.

Tente de la ville de Vire 4x3 à l'entrée de l'enceinte de la piscine (gauche de la barrière). 130 barrières de la ville de Vire. Prévoir 15 à 20 Rue Chaulieu.

Parc à vélo fournit par LUDO (10 Rac avec fixation par la roue. Pas de soucis pour les pneus de VTT. Bien adapté pour mettre sur du béton mais manque de stabilité pour de l'herbe).

Parc avec les rac problème pour mettre 2 VTT cote à cote (trop large au niveau du guidon.) Bien en alternance (Un dans 1 sens l'autre dans l'autre sens)

Voir au niveau du chronométrage si possible de mettre les TPS intermédiaires. Problème car relais devant la piscine, arrivée derrière le portail de la piscine et transition dans le parc trop éloigné.

Prévoir de demander qu'il n'y ait pas de livraison copeau à la Chaufferie. Problème le matin.

Voir pour préparer un briefing simplifié pour le départ

LIEU

La piscine des 3 îlets - Avenue des Sport, 27500 Pont-Audemer.

Bassin de 25m, 6 couloirs de nage dont 3 réservés spécialement pour les épreuves de natation (cohabitation avec l'école de natation pendant les épreuves).

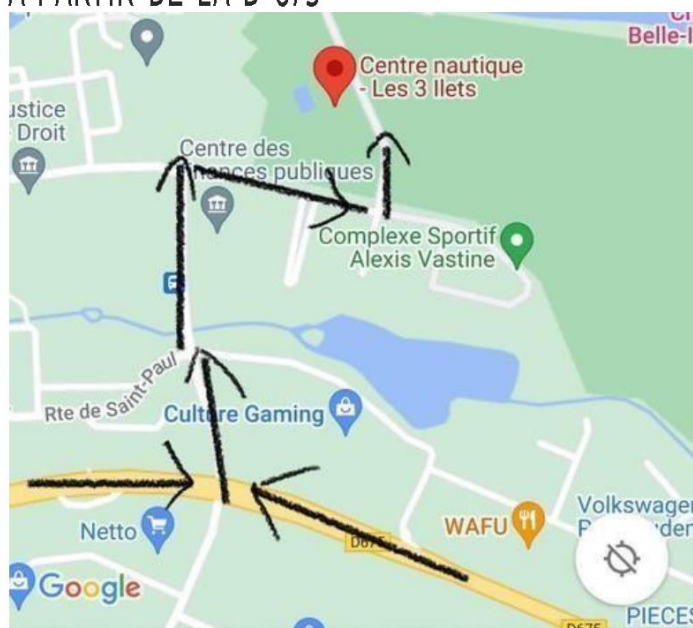
La piscine est située derrière le carrefour, (un fléchage fluo sera mis en place).

Pour le stationnement des voitures et minibus (hauteur de moins de 2m) vous avez la possibilité de vous garer sur le parking de la piscine ou sur le parking du complexe sportif Alexis Vastine.

Pour le stationnement des cars : Celui-ci se fera sur la voie sans issue, le long du parking de la piscine (Allée des Aulnes). Merci de se stationner bien avant le portail de sortie parc à vélo afin de ne pas gêner les triathlètes.

ITINÉRAIRE

À PARTIR DE LA D 675



AV. DES
SPORTS,
27500
PONT-
AUDEMER



INSCRIPTIONS

Elles se feront en ligne, sur le site unss.org

avant le 7 avril 23H 2023 via OPUSS.

Pour cela il faut se connecter à votre espace de travail, puis aller sur les onglets administration et compétition. Sélectionner la pratique "triathlon" et inscrire vos élèves licenciés.



INSCRIPTIONS
7 AVRIL 2023
SUR OPUSS



HORAIRES

COLLÈGE

12H15 : Accueil des élèves

12h30 : Vestiaires collectifs

12h55 : Échauffement natation des collégiennes

13h00 : Départ de la course des collégiennes

13h10 : Échauffement natation collégiens

13h15 : Départ de la course des collégiens

LYCÉE

12H15 : Accueil des élèves

13h15 : Vestiaires collectifs

13h25 : Échauffement natation des lycéennes

13h30 : Départ course lycéenne

13h40 : Échauffement natation des lycéens

13h45 : Départ de la course des lycéens

RÈGLEMENTS

Logique de course puis de classement individuel avec classement par équipe. Ce classement sera effectué automatiquement afin de sélectionner l'équipe qualifiée pour les championnats de France (une équipe collège et une équipe lycée)

Point clés du règlement Triathlon UNSS (cf, fiche sport)

- Bonnet de bain obligatoire.
- Combinaison en piscine, interdite.
- Casque obligatoire et attaché en premier dès l'arrivée dans le parc
- Interdiction de monter sur le vélo dans le parc à vélo.
- L'arrivée dans le parc à vélo se fait en posant les deux pieds au sol avant la ligne à côté de son VTT.



LES POINTS CLÉS DU RÈGLEMENT



Points clés du règlement intérieur dans la piscine :

- Se changer dans les vestiaires collectifs.
- Être pieds nus au delà des vestiaires.
- Douche obligatoire avant l'entrée dans l'eau.
- Les shorts de bain sont interdits.
- Trifonction autorisée.
- Ne pas courir au bord du bassin.

MATÉRIEL

Pour la natation :

- LUNETTES
- MAILLOT DE BAIN
- BONNET DE BAIN
- TRIFONCTION AUTORISÉE

Pour le VTT :

- VTT (pas de BMX ni VTC)
- CASQUE
- CHAUSSURES AUTOMATIQUES
AUTORISÉES
- PORTE DOSSARD AUTORISE

Pour la course à pied :

- CHAUSSURES DE RUNNING
- SHORT / JOGGING / LEGGING
- TEESHIRT
- TRIFONCTION AUTORISEE



L'ÉPREUVE

4 départs sont donnés successivement à 13h00 (collégiennes), 13h15 (collégiens), 13h30 (lycéennes), 13h45 (lycéens).

Dans la piscine c'est un départ en masse qui sera donné sur les trois lignes d'eau dans une limite de six nageurs par couloir.

Un chronométrage par course (géré par deux chronométreurs).

Chaque triathlète enchaîne dans l'ordre : natation, VTT, course à pied.

La performance finale est saisie sur ordinateur par un professeur référent.

DÉPART
TOUTES LES
15 MIN

QUALIFICATION

Une seule équipe qualifiée en collège et une seule qualifiée en lycée.

Les équipes sont mixtes :

2 filles

2 garçons

1 jeune officiel (pour les championnats de France)



PARCOURS ET DISTANCE

Partie natation :

- 200m en bassin de 25m (soit 4 aller-retour) avec une sortie de l'eau aidée par les professeurs de l'établissement.

Partie VTT :

- 4 km de VTT sur un terrain en herbe quasi exclusivement. Il consiste en la réalisation de 2 boucle de 2km

Partie course à pied :

- 1200m sur un terrain en herbe
Exclusivement





Union Nationale du Sport Scolaire

Service Régional UNSS Normandie - Périmètre de Caen
Rectorat de Caen | BP 46184 | 14061 CAEN Cédex | 02 50 10 14 92

Ne manquez rien de l'actualité de l'UNSS
Sur notre site internet www.unss.org

Et sur nos réseaux sociaux :

