

COMMENT OBTENIR SA LICENCE ET ADHERER AU CLUB ?

EN CAS DE 1^{ère} LICENCE FFTRI

1. Se connecter à www.fftri.com.com/triathlon - puis PRATIQUER LE TRIATHLON – puis SE LICENCIER.
2. Dans Espace Tri 2.0, cliquer sur SE LICENCIER et renseigner minutieusement les champs. Penser à télécharger une photo.
Attention, si vous vous licenciez dans un club, vous choisissez une licence club et surtout pas une licence individuelle, hors club.
3. Concernant le refus d'assurance I.A (Individuelle Accident) : en cas de refus de l'I.A, et afin d'éviter toute erreur de saisie, adresser à votre club le coupon refus d'assurance I.A.
Le club validera alors à réception, votre refus d'I.A dont le montant est de 1,80 euros.
4. Une fois votre saisie terminée et validée, retourner au club le formulaire de demande de licence, le règlement de votre licence et votre certificat médical pendant les permanences indiquées ci-dessous.
5. Vous êtes tenu informé par mail de l'évolution de votre demande de licence.
6. Votre licence 2018 est valable, dès sa validation par la ligue et jusqu'au 31 décembre 2018. Dès validation, télécharger, enregistrer, et imprimer votre licence 2017-2018.

POUR RENOUELER SA LICENCE

1. Se connecter à www.fftri.com.com/ Espace Tri 2.0 en vous munissant de votre identifiant (n° de licence 2016) et du mot de passe renseigné lors de l'enregistrement de votre dernière licence
2. Cliquer sur RENOUELER VOTRE LICENCE et renseigner minutieusement les champs. Penser à télécharger une photo.
Attention, si vous vous licenciez dans un club, vous choisissez une licence club et surtout pas une licence individuelle, hors club.
3. Concernant le refus d'assurance I.A (Individuelle Accident) : en cas de refus de l'I.A, et afin d'éviter toute erreur de saisie, adresser à votre club le coupon refus d'assurance I.A.
Le club validera alors à réception, votre refus d'I.A dont le montant est de 1,80 euros.
4. Une fois votre saisie terminée et validée, retourner au club le formulaire de demande de licence, le règlement de votre licence et si besoin un certificat de non contre-indication (après réponses au questionnaire de santé).
Le questionnaire de santé est à remplir au moment de la demande de licence – il permet d'étendre la validité du certificat médical à 3 ans, si vous n'avez aucune contre-indication médicale.
5. Vous êtes tenu informé par mail de l'évolution de votre demande de licence.
6. Votre licence 2018 n'est valable qu'à compter du 1^{er} janvier 2018 et



PERMANENCES CLUB POUR RETOUR DES DOSSIERS

Mardi 26/09 – 18h30 à 20h45
Jeudi 28/09 – 19h à 20h
Mardi 03/10 – 18h à 20h
Mercredi 04/10 – 18h30 à 19h
Samedi 07/10 – 10h à 12h

TARIFS LICENCES ET ADHESIONS 2017-2018

	Pat fédérale + Ligue	Adhésion TCJ	Total à payer
COMPETITION Mini-poussin à Junior	50.00	100.00	150.00
COMPETITION Mini-poussin à Junior Tarif réduit*	25.00	100.00	125.00
COMPETITION Séniors et Vétérans	104.00	90.00	194.00
LOISIR Séniors et Vétérans	53.00	100.00	153.00
DIRIGEANT	41.00		41.00



* Tout jeune, dont au moins un frère ou une sœur est également licencié à la FFTRI, peut bénéficier du tarif réduit.
Il en est de même si les 2 parents du jeune sont licenciés FFTRI



NOTRE SPORT ... C'EST D'ENCHAINER !

En combinant 3 modes de locomotion : la nage, le vélo et la course à pied.

Le triathlon & le cross triathlon



Nager (piscine / eau vive),
pédaler (sur chemins en cross tri), courir.
En individuel, en CLM individuel / par équipe.

L'aquathlon



Nager puis courir.

Le run and bike



Par équipe de 2, alterner VTT et
course à pied.

Le duathlon & le cross triathlon



Courir, pédaler et courir.
(sur chemins en cross du)

Les distances en compétitions sont adaptées à chaque catégorie d'âge.

Année de naissance	Catégorie pour la saison 2018
2012-2011	Mini-poussin(e)
2010-2009	Poussin(e)
2008-2007	Pupille
2006-2005	Benjamin(e)
2004-2003	Minime
2002-2001	Cadet(te)
2000-1999	Junior

Une pratique pour tous, un sport santé !



L'EQUIPE D'ENCADREMENT DE L'ECOLE DE TRIATHLON

Virginie CAILLE
Responsable de l'Ecole

06.63.42.02.98
vircaille@gmail.fr



Aline NICOLAS



Jérôme ROBUCHON



Nicolas LEVAUX



Pauline FLOQUET



Fabien CAILLE



Olivier GUILLOUMY



Fanny GUIGNARD



LES COMPETITIONS NATIONALES ET REGIONALES



Depuis 2014, le TCJ a remporté chaque année le Challenge Régional Jeune Ligue du Centre.

Composé de 8 épreuves, sur toutes les disciplines enchainées, le Challenge offre à tous les enfants, dès la catégorie Mini-Poussins, l'occasion de se construire autour de la compétition.

En moyenne, ce sont 40 jeunes du TCJ inscrits sur chacune des étapes du challenge.



LES GRANDES EPREUVES FEDERALES

Championnat de France Jeunes de Triathlon et de Duathlon

Championnat de France d'Aquathlon

Finale des Championnat de France des Clubs de Division 3 de Triathlon Féminin

½ Finale des Championnat de France des Clubs de Division 3 de Triathlon Masculin

Coupe de France des Clubs de Triathlon / Duathlon

Des athlètes du TCJ participent chaque année à ces compétitions.



DES STRUCTURES, DES PRATIQUES, DES BENEVOLES ... AU SERVICE DE NOS VALEURS.

Avec le support du CNDS, des instances fédérales, le TCJ participe à la **professionnalisation de l'encadrement sportif** en s'inscrivant dans une dynamique de **création d'emploi**.

Depuis 2016, le club emploie un encadrant sportif qui anime les entraînements et participe au développement de nos projets.

Une démarche durable et citoyenne au service des adhérents !



L'École de Triathlon (labellisée 2**) accueille les enfants à partir de 6 ans (sous réserve des tests natation).

Son équipe est majoritairement bénévole : elle regroupe des encadrants (diplômés – Brevets Fédéraux) et des accompagnateurs (parents, licenciés adultes).

Leur dévouement permet d'assurer la sécurité des enfants et d'offrir des conditions adaptées à la pratique de chacun.

Rejoignez-les !

La **Commission des Organisations** est en charge de superviser les compétitions organisées par le Club, figurant au calendrier régional.

Responsable de pôle, responsable de secteur, bénévole, signaleur ... chacun met ses savoir-faire au service de ces événements rassemblant près de 1000 participants chaque année.

Sport et bénévolat ... partagez notre engagement associatif !

Plusieurs athlètes figurant sur les épreuves de **3^{ème} Division de Triathlon**

Quatre Jeunes participant aux **Collectifs Génération Cœur de France** (sélection régionale Ligue du Centre)

Un Junior en Centre d'Entraînement Régional à Orléans

Le haut niveau ... aujourd'hui et demain!

Enthousiasme, convivialité et humilité.



HORAIRES ENTRAÎNEMENTS - Saison 2017 /2018

(à compter du 18 septembre 2017)

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

Mini & Poussins (2009 à 2012)						10h - 11h45 VELO - CAP 12h - 12h30 NATATION
Pupilles (2007-2008)				18h30-19h30 NATATION		10h - 12h VELO - CAP 12h30 - 13h30 NATATION
Benjamins & Minimes (2003 à 2006)		18h30 - 19h45 CAP 20h - 20h45 NATATION	13h - 14h NATATION	18h30-19h30 NATATION		10h - 12h VELO - CAP 12h30 - 13h30 NATATION
Cadets & Juniors (1999 à 2002)	18h30 - 19h45 CAP		13h - 14h NATATION	19h - 20h15 CAP	18h30-19h30 NATATION 20h - 21h NATATION	10h - 12h VTT - CAP (jusqu'à décembre) 12h30 - 13h30 NATATION 14h30 - 17h VELO - CAP (à partir de janvier)
Séniors & Vétérans (avant 1998)	6h30 - 8h NATATION Tous niveaux sauf Débutant 12h - 14h NATATION Tous niveaux sauf Débutant 18h30 - 19h45 CAP (coureur confirmé)	12h - 13h NATATION Tous niveaux sauf Débutant 20h45 - 21h45 NATATION Tous niveaux sauf Débutant	12h - 13h NATATION Tous niveaux sauf Débutant 13h - 14h NATATION Tous niveaux 19h - 20h15 CAP (tous niveau)	12h - 13h NATATION Tous niveaux sauf Débutant 20h - 21h NATATION Tous niveaux sauf Débutant	12h - 14h NATATION Tous niveaux sauf Débutant 20h - 21h NATATION Tous niveaux + Débutant	9h - 10h NATATION Perfectionnement 10h00 - 11h15 NATATION Intermédiaire 11h15 - 12h30 NATATION Confirmé

Infos complémentaires

NATATION

Les entraînements se déroulent au Centre Bull d'O à Joué les Tours.

En dehors des plages horaires d'entraînement, l'accès aux installations est possible dans les mêmes conditions que pour le public (tarifs ...).

Les niveaux (catégories Seniors et Vétérans) :

Débutant : non maîtrise du crawl

Perfectionnement : pratique maîtrisée des 3 nages (dos-brasse-crawl)

Intermédiaire : maîtrise des 4 nages - plusieurs années de pratiques en club (tri ou nat)

Confirmé : meilleurs nageurs

L'encadrement se réserve le droit d' affecter un adhérent à un créneau normalement réservé à une catégorie inférieure/supérieure en fonction de son niveau de pratique.

Ex : un très bon nageur minime -> créneau cadets/juniors ou un débutant cadet -> créneau benjamins / minimes

En mai et juin, le vendredi de 19h à 20h, un entraînement en lac est proposé à l'ensemble des catégories.

VELO

Les catégories Mini Poussins à Pupilles ne pratiquent que le VTT.

Chaque dimanche à 9h15 face à la Piscine Jean Bouin, des adhérents se donnent RDV pour une sortie vélo. Cette sortie n'est pas encadrée.

COURSE A PIED

Le rendez-vous est fixé au Stade Jean Bouin à Joué les Tours. Les entraînements se déroulent soit sur piste au Stade Jean Bouin, soit hors piste selon la séance établie par l'encadrement.

Les adhérents sont invités à respecter les plages horaires en fonction de leur catégorie et de leur niveau afin de permettre une meilleure prise en