

Photo  
à  
coller

## ***Team Val'Eure Triathlon***



# DOSSIER D'INSCRIPTION 2021 / 2022

Nom du demandeur :

Prénom :

Nouvelle adhésion

Renouvellement

Mutation

## Bienvenue pour cette nouvelle saison sportive !

Le Comité Directeur vous souhaite la bienvenue au sein de la 5<sup>ème</sup> plus grosse structure de la région ! Depuis sa création, le club prend de l'importance et nous vous en remercions. Cette année verra la deuxième édition du Triathlon des 2 Amants et la 3<sup>ème</sup> du duathlon d'Aubevoye. Ceci est l'objectif premier de notre club, nous comptons sur vous tous pour le réussir avec brio !

### Reprise générale des entrainements :

Lundi 20 Septembre 2021.

### Cotisation annuelle :

## Team Val'Eure Triathlon

| Catégories                                             | Total : |
|--------------------------------------------------------|---------|
| <b>Mini-Poussins / Poussins / Pupilles / Benjamins</b> | 115     |
| <b>Minimes / Cadets / Juniors</b>                      | 155     |
| <b>Adultes Loisirs</b>                                 | 155     |
| <b>Adultes Compétition</b>                             | 200     |

Remise de 20% à partir de deux licences « enfants » au sein d'une même famille

Remise de 20% à partir de trois licences au sein d'une même famille.

**En cas de mutation, les frais s'élèvent à 20€ supplémentaire.**

**Pour tout renouvellement tardif (après le « voir site de la ligue » environ mi octobre, un supplément de 10€ est à régler en plus).**

### Détails catégories jeunes :

|                 |             |           |             |
|-----------------|-------------|-----------|-------------|
| Mini-Poussins : | 2015 – 2016 | Minimes : | 2007 - 2008 |
| Poussins :      | 2013 – 2014 | Cadets :  | 2005 - 2006 |
| Pupilles :      | 2011 – 2012 | Juniors : | 2003 - 2004 |
| Benjamins :     | 2009 - 2010 |           |             |

Fiche d'adhésion  
Saison 2021-2022

Nom : ..... Prénom : .....

Date de naissance : ...../...../..... Sexe : ♀ Homme    ♂ Femme

Adresse : .....

Code Postal : ..... Ville : .....

Tél. Domicile : ..... Tél. Portable : .....

Email : .....

Profession : .....

Cocher la case correspondante :

| Mini-poussins à Benjamins | Minimes à Juniors | Adultes Loisirs | Adultes Compet. | Dirigeant |
|---------------------------|-------------------|-----------------|-----------------|-----------|
|                           |                   |                 |                 |           |

Pour les adhérents mineurs, merci de remplir cette autorisation parentale :

"J'autorise mon fils/ma fille à pratiquer le triathlon en entraînement et en compétition au sein du **TEAM VAL'EURE TRIATHLON**. J'autorise celui-ci à faire donner tous les soins médicaux et chirurgicaux à mon enfant en cas d'accident ou maladie après consultation d'un praticien ou des services d'urgences »

Nom : ..... Prénom : .....

Signature du responsable :

Pièces à fournir :

- Fiche d'adhésion remplie - ce document
- Autorisation parentale pour les mineurs remplie et signée - ci-dessus
- Règlement intérieur du club **signé** - Page 4
- Chèque à l'ordre : **TEAM VAL'EURE TRIATHLON** du montant adéquat - détail en page 2
- Un chèque de caution 15€ (Carte piscine) - détail en page 4
- Formulaire de demande de licence FFTRI - détail en page 5

# Règlement intérieur

Saison 2021-2022

## GENERALITES :

Le TEAM VAL'EURE TRIATHLON est affilié à la Fédération Française de Triathlon.

Chaque adhérent(e) s'engage à :

- Se conformer entièrement à la réglementation générale de la FFTRI, ainsi qu'à celle de ses ligues régionales et comités départementaux.
- Se soumettre aux sanctions disciplinaires qui lui seraient infligées par l'application des règles prévues par la réglementation.
- Respecter l'ensemble du matériel et des locaux mis à sa disposition pour le Team Val'Eure Triathlon.
- Dégager la responsabilité du Team Val'Eure Triathlon en cas de vol ou détérioration de son matériel durant entraînements et/ou compétitions.

## COTISATIONS 2021- 2022 :

Toute cotisation versée au Team est définitivement acquise. Aucun remboursement (même partiel) de cotisation ne pourra être exigé en cas de démission, d'exclusion ou autres motifs, en cours d'année. Dépôt des dossiers de renouvellement à partir du lundi 20 septembre 2021 et jusqu'au \*\*\*\* octobre 2021

Majoration de 10 Euros au-delà du \*\*\*\*. Pas besoin de fournir de photos pour le renouvellement.

La Licence ne sera validée que lorsque tous les documents nécessaires seront fournis à l'entraîneur ou la personne responsable des inscriptions. Liste des documents nécessaires sur la fiche d'adhésion. Point réglementaire : La cotisation club vous donne accès à la structure d'entraînement du 1<sup>er</sup> septembre au 31 août contrairement à la licence fédérale qui est valable du 1<sup>er</sup> janvier au 31 décembre.

## EQUIPEMENT :

Natation : Maillot de bain / Lunettes / Pull Buoy / Plaquettes (à partir de la catégorie minimales). L'idéal serait d'avoir un tuba frontal et des mini-palmes en plus.

Vélo : Vélo en état de fonctionnement / Casque en état / Matériel de réparation adapté / Téléphone portable / Vêtements adaptés à la météo.

Course à pied : Chaussures en état / Vêtements adaptés à la météo / Lampe frontale pour les entraînements adultes l'hiver.

## ENTRAINEMENTS :

Pour le bon déroulement des séances d'entraînement, les horaires et lieux sont indiqués dans le planning hebdomadaire. Il est important d'arriver avant le début du créneau afin de partir tous ensemble. Le triathlète respecte ses entraîneurs ainsi que ses camarades afin que les entraînements et compétitions se déroulent dans de bonnes conditions. Le triathlète doit s'insérer dans un groupe correspondant à son niveau, le triathlète ne doit pas surestimer celui-ci, auquel il sera orienté par les encadrants. Le sportif est autonome concernant ses rations et son hydratation. Il convient d'arriver sur les sorties vélo du dimanche matin en ayant pris un petit déjeuner adéquat avec la séance du jour.

1- Natation :

Il est demandé à chaque enfant de savoir réaliser 50m (25m crawl puis 25m dos) sans arrêt de la nage. Si l'enfant n'est pas capable, il ne pourra pas être accepté sur les créneaux du club en natation. Les triathlètes doivent se conformer au règlement de la piscine. Bonnet de bain et prise de la douche avant la séance obligatoire. Le licencié s'engage à remettre un chèque de caution de 15 Euros au club pour obtenir la carte d'accès aux entraînements Natation.

2- Vélo :

Le port du casque est obligatoire sur toutes les sorties cyclistes (entraînements, compétitions, stages, etc). Le triathlète doit prévoir son matériel de réparation, ses ravitaillements (liquides et solides) et disposer d'un matériel en bon état (pneus, freins, mécanique, etc). Lors de sorties en vélo, le triathlète est tenu de respecter le code de la route. Pendant les sorties communes, les enfants sont sous la responsabilité de l'entraîneur et du Team Val'Eure triathlon uniquement pendant les horaires des séances de vélo et celle-ci ne peut être engagée pour les enfants regagnant seul leur domicile. Les parents peuvent aider à encadrer les séances vélo des jeunes en soutien à l'encadrant. Le passage du BF5 pourra être proposé aux parents souhaitant s'investir plus.

3- Course à pied :

Les triathlètes doivent se conformer au règlement du stade et respecter les équipements mis à leur disposition.

## COMPETITIONS :

1- Engagements :

a) Un programme des compétitions retenues par le club sera transmis par mail. Il indique notamment le calendrier et lieux des compétitions officielles.

Le triathlète devra s'inscrire par ses propres moyens.

b) Les compétitions Grand prix seront pris en charge par le club. En fonction du niveau de compétition, la prise en charge sera nulle/partielle ou totale en fonction d'une grille prédéfinie en début de saison.

c) Les compétitions FFTRI Jeunes sont prises en charges par le club, un calendrier vous sera transmis en début de saison. L'inscription se fera par l'entraîneur ou le responsable des compétitions, en cas d'inscription et de non-participation à une compétition, les frais engagés seront réclamés.

2- Encadrement et déplacements :

Le transport des triathlètes lors des compétitions se fait par les parents ou membres du TVT, à leur charge. (hors compétition de Niveau inter-régionale ou Nationale)

3- Éthique :

Les membres adhérents se doivent de porter les tenues du Team lors des compétitions et sur les podiums sous peine de sanction financière. Ils s'engagent à respecter au mieux et à ne nuire en aucune manière au Team et à ses villes supports. Lors des compétitions, les triathlètes du Team Val'Eure Triathlon s'engagent à respecter le règlement de l'épreuve, les arbitres, les membres de l'organisation ainsi que les concurrents. Afin d'être fidèle à l'éthique sportive, ils s'engagent également à ne pas faire usage de produits illicites. En cas de prescription médicale, le triathlète valide auprès du médecin l'absence de contre-indication SPORTIVE (liste des produits illicites sur <http://www.santesport.gouv.fr/> et pour toutes informations n° vert "écoute dopage" : 0800152000). Tout compétiteur contrôlé positif sera entendu en commission disciplinaire et sera sanctionné.

## MANIFESTATIONS ORGANISÉES PAR LE TVT :

La participation active de tous les licenciés du Team est vivement souhaitée lors de l'organisation de toutes compétitions sportives gérées par le club. En cas d'empêchement, les triathlètes peuvent être remplacés par un tiers de leur choix.

Le présent règlement intérieur pourra être modifié par le conseil d'administration ou l'assemblée générale ordinaire à la majorité des membres.

Signature du licencié

**Team Val'Eure Triathlon**

15 route de la Garenne

27600 GAILLON

teamvaleuretriathlon@gmail.com

Team Val'Eure Triathlon



## Déjà une licence en 2020-2021 ? :

Se rendre sur Espace FFtri :  
<https://espacetri.fftri.com/>

- Cliquer sur « Se connecter »
- Rentrer ses identifiants
- Puis renouveler ma licence
- Remplir le questionnaire
- Imprimer
- Signer le document.
- Le rapporter avec les autres pièces à fournir (décrit en Page 2)

## Nouveau licencié(e) ?

Se rendre sur Espace FFtri :  
<https://espacetri.fftri.com/>

- Cliquer sur « Se licencier »
- Remplir le formulaire
- Sélectionner le club « Team Val'Eure Triathlon »
- Imprimer
- Signer le document
- Le rapporter avec les autres pièces à fournir (décrit en Page 2)

# Planning d'entraînements Adultes

Saison 2021-2022

Team Val'Eure Triathlon



## PLANNING ADULTES 2021 / 2022

|          | LUNDI                                                                                                                                                                           | MARDI                               | MERCREDI                            | JEUDI                      | VENDREDI | SAMEDI                  | DIMANCHE                    |
|----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|----------------------------|----------|-------------------------|-----------------------------|
| LE MATIN | <p>Les créneaux indiqués correspondent au début de l'entraînement ! Pour la natation, il faut donc arriver 15 minutes avant, le temps de se changer et d'arriver au bassin.</p> |                                     |                                     |                            |          | 9h30 - 11h30            | 9h - 12h                    |
|          |                                                                                                                                                                                 |                                     |                                     |                            |          | Natation                | Vélo                        |
|          |                                                                                                                                                                                 |                                     |                                     |                            |          | -                       | -                           |
|          |                                                                                                                                                                                 |                                     |                                     |                            |          | Piscine Aquaval Gaillon | Rdv Parking Piscine Gaillon |
| LE SOIR  | 18h45 - 20h15                                                                                                                                                                   | 20h - 21h                           | 19h45 - 20h45                       | 18h45 - 20h15              |          |                         |                             |
|          | Course à pied<br>RDV stade                                                                                                                                                      | Natation<br>Piscine Aquaval Gaillon | Natation<br>Piscine Aquaval Gaillon | Course à pied<br>RDV stade |          |                         |                             |

# Planning d'entraînements Poussins à Juniors

Saison 2021-2022

## PLANNING ÉCOLE DE TRIATHLON

Team Val'Eure Triathlon



|          | LUNDI                                                                                                                                                                                                                              | MARDI | MERCREDI                                  | JEUDI                                                                                                          | VENDREDI | SAMEDI                         | DIMANCHE            |
|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|--------------------------------|---------------------|
| LE MATIN | <p>Les créneaux indiqués correspondent au début de l'entraînement ! Pour la natation, il faut donc arriver 15 minutes avant, le temps de se changer et d'arriver au bassin. Pour la course à pied et le vélo, 5 minutes avant.</p> |       |                                           | <p>En fonction du NIVEAU, certains jeunes pourront être amenés à s'entraîner avec les adultes en Natation.</p> |          | 11h30 - 12h30                  |                     |
|          |                                                                                                                                                                                                                                    |       |                                           |                                                                                                                |          | Natation<br>Poussins à Juniors |                     |
| LE SOIR  |                                                                                                                                                                                                                                    |       | 17h - 18h                                 |                                                                                                                |          | 14h00 - 16h00                  |                     |
|          |                                                                                                                                                                                                                                    |       | Course à pied + VTT<br>Poussins à Juniors |                                                                                                                |          | VTT ou vélo de route           |                     |
|          |                                                                                                                                                                                                                                    |       | 18h30 - 19h30                             |                                                                                                                |          |                                | RDV parking piscine |
|          |                                                                                                                                                                                                                                    |       | Natation<br>Benjamins à Junior            |                                                                                                                |          |                                |                     |

