

Photo
à
coller

Team Val'Eure Triathlon



DOSSIER D'INSCRIPTION 2020 / 2021

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^{ème} plus grosse structure de la région ! Depuis sa création, le club prend de l'importance et nous vous en remercions. Cette année verra la première édition du Triathlon des 2 Amants et la 3^{ème} 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 21 Septembre

Réunion d'inscription et présentation projet :

Mercredi 30 septembre à 18h30 dans la salle « Annexe de la Mairie de Gaiillon » (lieu à confirmer).

Cotisation annuelle :

Team Val'Eure Triathlon

Catégories	Total :
Mini-Poussins / Poussins / Pupilles / Benjamins	120
Minimes / Cadets / Juniors	160
Adultes Loisirs	160
Adultes Compétition	205

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 :	2014 – 2015	Minimes :	2006 - 2007
Poussins :	2012 – 2013	Cadets :	2004 - 2005
Pupilles :	2010 – 2011	Juniors :	2002 - 2003
Benjamins :	2008 - 2009		



Fiche d'adhésion
Saison 2020-2021

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 2020-2021

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 2020- 2021 :

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 07 septembre 2020 et jusqu'au **** octobre 2020

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^{er} septembre au 31 août contrairement à la licence fédérale qui est valable du 1^{er} 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. A partir de la saison 2020-2021, un geste financier sera fait pour les licenciés ayant été actif sur les manifestations du club.

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



Déjà une licence en 2019-2020 ? :

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 2020-2021

Team Val'Eure Triathlon



PLANNING ADULTES

-SAISON 2020-2021-

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
LE MATIN						9H30 – 11h30	9H00 – 12h00
						NATATION **	CYCLISME **
						NAGEURS CONFIRMES	3 NIVEAUX : DEBUTANT INTERMEDIAIRE CONFIRME
						10h30 – 11h30	
						NAGEURS DEBUTANTS	Route / vtt / R&B (selon météo)
APRES MIDI & SOIR			18h30 - 19h00			LIEUX DE RDV :	
			PPG *	19h00 – 20h30		* Stade d'athlétisme Jean Rives Route de la Garenne 27600 Gaillon	
	19h45 – 20h45	19h00 – 20h30	19h15 – 20h15	COURSE A PIED * (tous niveaux)	**		
	NATATION ** (tous niveaux)	COURSE A PIED * (tous niveaux)	NATATION ** (tous niveaux)	20h30 – 20h45		Piscine Aqua'Val RD 65, 27600 Gaillon	
			PPG *				

Planning d'entraînements

Enfants (Mini-poussins à Benjamins)

Saison 2020-2021

Team Val'Eure Triathlon



PLANNING MINI POUSSINS À BENJAMINS

-SAISON 2020-2021-

info sur les catégories :

Benjamin né 2008 / 2009 - pupilles né 2010 / 2011
 Poussin né 2012 / 2013 - Mini Poussin né 2014 / 2015

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
LE MATIN						11H30 – 12h30	
	Lieux de RDV :					* NATATION *	
	*	Piscine Aqua' val RD 65, 27600 Gaillon					
**	Stade d'athlétisme Jean Rive Route de la Garenne 27600 Gaillon						
APRES MIDI & SOIR						14h00 - 16h00	
						VTT *	
			17h30 – 18h30				
			VTT + COURSE A PIED **				

Du 01/09 au 17/10 soit 7 séances.
 Pause hivernale
 Reprise du 10/05 au 26/06 soit 7 séances



Planning d'entraînements
Enfants (Minimes à Juniors)
Saison 2020-2021

Team Val'Eure Triathlon



PLANNING MINIMES À JUNIORS

-SAISON 2020-2021-

info sur les catégories :
Junior né 2002 / 2003 - Cadet né 2004 / 2005
Minime né 2006 / 2007

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
LE MATIN						11h30 - 12h30	
	Lieux de RDV :					NATATION *	
	*	Piscine Aqua' val RD 65, 27600 Gaillon					
	**	Stade d'athlétisme Jean Rive Route de la Garenne 27600 Gaillon					
APRES MIDI & SOIR			13h30 - 14h40			14h00 - 16h00	
			NATATION *	19h30 - 20h30		VTT *	
			15h00 - 16h00	COURSE A PIED ** (tous niveaux)			
			COURSE A PIED **	20h30 - 20h45			
				PPG *			

A quoi sert ma cotisation club ?

- 17h d'entraînement hebdomadaire toutes catégories confondues
- Préparation des séances, programme disponible chaque semaine
- Développement du club – Stages – École de triathlon – Sortie club
- Inscription aux compétitions Jeunes

Détails des prestations par catégorie
Saison 2020-2021

	Mini-poussins / Benj.	Minimes / Juniors	Adultes Compétition	Adultes Loisirs
Coût licence	120	160	205	160
Entraînements	3h / semaine	7h30 / semaine	10h30 / semaine	9h30 / semaine
Encadrement natation	1h / semaine	3h / semaine	4h / semaine	3h / semaine
Prise en charge compétition	Oui régionalement (course FFTRI)	Oui, jusqu'aux chpts de France (course FFTRI)	Non	Non
Stages proposés	1 en Avril à Gaillon + stage proposé par la ligue	1 stage Natation en octobre 2 stages Tri en Février et Avril	1 stage Natation en octobre 2 stages Tri en Février et Avril	1 stage en Avril



Détails stages

Saison 2020-2021

Vacances de la Toussaint : du 19 octobre au 1^{er} Novembre

- Stage à dominante Natation Piscine de Louviers, Piscine de Gaillon, Piscine de Pont Saint Pierre.
 - o Entraînement mixé avec le club Andelle Natation

Vacances de Noël : du 21 décembre au 3 janvier

- Pas de stage organisé

Vacances de Février : du 22 février au 7 mars

- Stage Triathlon en Espagne ouvert aux compétiteurs Adultes / Juniors / Cadets et minimes sur conditions particulières.
 - o 1 semaine proposée sur les deux semaines de vacances. A voir mi septembre pour plus d'informations.

Vacances d'Avril : du 26 Avril au 9 Mai

- Stage Triathlon Vendée ou Normandie / Stage club !
 - o Plusieurs formules seront proposées

Vacances d'été : 6 juillet

- Stage Montagne en Août, date à fixer plus tard

Le coût de chaque stage sera différent en fonction de l'affluence, du type d'hébergement et de la durée. La tenue de chaque stage sera validée en fonction du nombre de présents.

Team Val'Eure Triathlon

15 route de la Garenne

27600 GAILLON

teamvaleurtriathlon@gmail.com

