

EDITO

Bonjour à toutes et à tous,

C'est avec plaisir que je vous retrouve pour ce deuxième numéro.

Je tiens à commencer par quelques remerciements :

- ✓ Merci à tous les bénévoles et encadrants qui ont continué à faire vivre le club à travers des projets débutés avant et pendant le confinement et qui prennent fin aujourd'hui.
- ✓ Merci à tous ceux qui au détour d'un message ou d'une vidéo nous ont permis de garder cette part de convivialité qui reste un moteur dans la vie d'un club.
- ✓ Merci à Jean-Philippe pour ses séquences confinées d'home trainer en « classe virtuelle » et tous les jeunes qui y ont participé.
- ✓ Merci à Marc d'avoir donné des plans d'entraînement pour le groupe adulte

Le déconfinement est le signal d'un début de reprise des entraînements. Le comité directeur y réfléchit. Pour l'instant, toutes les infrastructures ne sont pas accessibles et notamment la piscine. L'ouverture des installations sportives est soumise à des règles imposées pour lesquelles nous devons nous y conformer. La reprise ne pourra se faire qu'avec le respect des recommandations de sécurité liées au COVID, des règles imposées dans chaque infrastructure et de l'organisation que le club mettra en place.

Vous ne trouverez pas dans ce numéro le détail de la reprise des entraînements. Il faudra attendre un document complet qui ne tardera pas.

Bonne lecture.

Prenez soin de vous.

Béatrice.

A NOTER DANS VOS AGENDAS

Pour les Adultes :

- **Coupe de France de Triathlon** : Aux Herbiers (85) 3 et 4 octobre.
- **Iroman de Nice** : 11 octobre 2020 ou en juin 2021.

INFORMATIONS PRINCIPALES

RESPECTER SCRUPULEUSEMENT LES CONDITIONS ET LES MODALITES DE REPRISE DES ACTIVITES PHYSIQUES SPORTIVES FIXEES PAR LE GOUVERNEMENT EN APPLIQUANT NOTAMMENT LES MESURES BARRIÈRES ET LES RÈGLES DE DISTANCIATION PHYSIQUE :

Seules les activités sportives individuelles pratiquées en extérieur peuvent être autorisées en l'état actuel de l'épidémie.

Les activités sportives impliquant ou favorisant les contacts entre les personnes ne sont pas autorisées.

Les règles de distanciation physique (avis du 24 avril 2020 du Haut Conseil de la Santé Publique) **sont les suivantes pour la pratique sportive :**

- il convient de prévoir entre deux personnes un espace sans contact au-delà de 1 m
- 10 m pour la pratique du vélo et de la course à pied
- 5 m pour la marche rapide
- 1,5 m en latéral entre deux personnes
- pour les autres activités, prévoir un espace de 4 m² minimum par pratiquant en statique ou 2 m entre chaque pratiquant en dynamique ;

Les mesures barrières doivent être maintenues :

- Lavage fréquent des mains avec du savon ou du gel hydroalcoolique ;
- Les collations et l'hydratation doivent être gérées individuellement (bouteilles personnalisées, etc.) ;
- L'échange ou le partage d'effets personnels (serviette...) doit être proscrit ;
- L'utilisation de matériels sportifs personnels est privilégiée, à défaut, le matériel sportif commun est nettoyé et désinfecté avant et après chaque utilisation ;
- Le port du masque rend difficile la pratique d'un grand nombre de disciplines sportives. Il se justifie cependant dans certaines situations où les mesures de distanciation ne pourraient pas être strictement respectées.

CALENDRIER COURSES

CHAMPIONNATS RÉGIONAUX ADULTES

- **Swimrun** : Swimrun de Matemale – 23 août 2020
- **Triathlon L** : Triathlon de Levezou – 23 août 2020
- **Aquathlon** : Défi de Thau – 6 septembre 2020
- **Triathlon M** : Triathlon M de Toulouse – 12 septembre 2020



Pour les jeunes :

- **Triathlon** : Triathlon de Casteljaloux – samedi 5 septembre 2020 à partir de benjamins
- **Championnat de France Jeunes de Triathlon** : Montceau les Mines – dimanche 20 septembre à partir de minimes
- **Championnat de France Jeunes de Duathlon** : Noyon – dimanche 11 octobre à partir de minimes

Des courses ♥ coup cœur ♥:

Le triathlon de la montagne noir le 8 et 9 août pour les adultes

Le triathlon du Levezou le 22 et le 23 août pour tous

Le cross triathlon du TRIGOULET Toulouse (31) le 27-sept pour les plus jeunes

INFORMATIONS LIGUE / FEDERATION

Départ de Franck Gérard, CTL de la ligue d'Occitanie. Le club le remercie pour son travail accompli. La ligue recherche un nouveau CTL.

Le classement régional jeune 2020 est annulé.

Quotas Championnats de France Jeunes 2020

Championnat de France Jeunes de Triathlon Montceau Les Mines le 20 septembre 2020

Epreuve Qualificative : Triathlon de Casteljaloux le 5 septembre 2020

	Mi F	Mi H	Ca F	Ca H	Ju F	Ju H
Quotas sur l'épreuve qualificative	7	7	5	5	7	8
Quotas à discrétion de l'ETR	2	2	2	2	2	2
TOTAL	9	9	7	7	9	10

- **Cross Triathlon** : Extrememan de Narbonne – 26 septembre 2020
- **Relais Mixte** : Triathlon de La Grande Motte – 4 octobre 2020
- **Raids** : Le Pujol sur Orb – 3 & 4 octobre 2020
- **Duathlon** : Duathlon de Montberon – 11 octobre 2020

CHAMPIONNATS RÉGIONAUX JEUNES

- **Triathlon** : Triathlon de Casteljaloux le 5 septembre 2020 (*en même temps que le sélectif France*)
- **Aquathlon** : Aquathlon de Vinça le 20 septembre 2020
- **Duathlon** : *Duathlon de Montberon le 11 octobre 2020 (si possibilité de parcours XS pour les benjamins/minimes, en attente de validation d'ici fin mai)*
- **Raids** : Raid Absolu le 20 septembre (Fenouillet, 31)

ÉPREUVES QUALIFICATIVES POUR LES CHAMPIONNATS DE FRANCE JEUNES

Championnat de France Jeunes de Triathlon (Montceau les Mines – 20 septembre)

Épreuve régionale qualificative : Triathlon de Casteljaloux le samedi 5 septembre 2020.

Championnat de France Jeunes de Duathlon (Noyon – 11 octobre)

Mode de sélection suivant selon les 2 critères suivants :

1. Présélection effectuée sur les temps cumulés vélo et course à pied de l'épreuve qualificative du Triathlon de Casteljaloux (05/09), avec un coefficient 1,5x en course à pied pour se rapprocher le plus possible d'un chrono de duathlon.
2. Un dossier de qualification obligatoire à remplir par les athlètes qui souhaitent se qualifier au Championnat de France Jeunes de Duathlon.

CALENDRIER DES COURSES A VENIR :

08-09 août - TRIATHLON MONTAGNE NOIRE 2020
Fontiers Cabardes (11) – Triathlon

22-août - OPEN TRIATHLON GRAND NARBONNE
Fleury d'Aude (11) – Triathlon

22-23-août - TRIATHLON DU LÉVÉZOU 2020
Villefranche De Panat (12) – Triathlon

30-août - TRIATHLON DE ST-GAUDENS
Saint Gaudens (31) – Triathlon

30-août - SWIMRUN OCCITAN
Belflou (11) - Swimrun – Animathlon

Championnat de France Jeunes de Duathlon
Noyon le 11 octobre 2020
Epreuve Qualificative : Triathlon de Casteljaloux le 5
Septembre 2020

	Mi F	Mi H	Ca F	Ca H	Ju F	Ju H
Quotas sur l'épreuve qualificative	7	7	5	5	7	7
Quotas à discrétion de l'ETR	2	2	2	2	2	2
Total	9	9	7	7	9	9

VIE DU CLUB

Le mini bus est enfin là. Merci à Christian et Sébastien d'avoir suivi ce projet.

Les différents projets casques, vélos et roues sont terminés. Le club doit encore récupérer les deux vélos à Vertical bike pour l'école de Triathlon. Merci à Christophe pour ces différents projets.

Un nouveau projet d'achat de chaussure COSMIC Triathlon de la marque MAVIC va se concrétiser auprès de notre partenaire Vertical Bike. Les chaussures seront blanches ou rouges. Le prix public est de 150 euros. Le prix club est à 75 euros. Un lien doodle sera fait pour connaître les personnes intéressées.

Une commande de 2 homes trainer classique, 1 rouleau d'entraînement vélo et 2 vélos supplémentaires sont en commande pour le club.

Une partie de la commande des tenues club est arrivée. Il s'agit des cuissards, des vestes de vélo manches courtes, des vestes manches longues et des tri fonctions. Nous attendons d'avoir la commande complète avant de commencer une distribution aux licenciés du club qui ont fait une pré-commande de certains articles. Merci à Valérie pour la gestion de ce dossier.

Dans le contexte actuel et avec l'arrêt des entraînements lié à la crise sanitaire, le comité Directeur a décidé de faire bénéficier d'une réduction sur le tarif de la licence 2021 pour tous les licenciés qui renouvelleront leur licence au sein du club l'année prochaine.

La licence comprend une part fédérale et une part club. La part fédérale est reversée en totalité à la ligue. Nous n'avons aucun levier sur ce montant fixé au niveau national. C'est donc sur la part club que nous appliquerons un taux de 40% de réduction. Ne sortez pas vos calechettes, les tarifs seront communiqués par le club prochainement.

6-sept. - AQUATHLON : DÉFI DE THAU 2020
 Sète (34) – Aquathlon

12-13-sept.- TRIATHLON DE TOULOUSE
 Tournefeuille (31) - Triathlon – Swimrun

13-sept. - OPEN TRIATHLON GRAND NARBONNE
 St Pierre la Mer (11) – Triathlon

19-sept. - BEARMAN XTREME TRIATHLON
 Amelie Les Bains (66) – Triathlon

19-sept. - TRIATHLON JEUNE MURET
 Muret (31) – Animathlon

20-sept. - TRIATHLON DE L'ISLE JOURDAIN
 Triathlon

20-sept. - TRIATHLON DE LOURDES
 Lourdes (65) – Triathlon

26-sept. - SWIMRUN DE CARCASSONNE
 Carcassonne (11) – Swimrun

26-27-sept. - EXTREMAMAN
 Narbonne Plage (11) - Triathlon - Cross Triathlon

27-sept. - 1er TRIATHLON DE LAUTREC
 Lautrec (81) – Triathlon

27-sept. - TRIATHLON DES ROSES
 Toulouse (31) - Cross Triathlon

27-sept. - TRIGOULET
 Toulouse (31) - Cross Triathlon

03-oct. - 4e SWIMRUN DE LA GRANDE MOTTE
 La Grande Motte (34) – Swimrun

03-04-oct. - RAID MONTAGNES DU CAROUX
 Le Pujol Sur Orb (34) – Raids

04-oct. - 30e TRIATHLON INTERNATIONAL DE LA GRANDE
 MOTTE
 La Grande Motte (34) – Triathlon

04-oct. - TRIATHLON AUCH COEUR DE GASCOGNE
 Auch (32) – Triathlon

11-oct. - TRIATHLON DE SAINT-CYPRIEN
 St Cyprien (66) – Triathlon

11-oct. - DUATHLON DE MONTBERON
 Montberon (31) – Duathlon

Le site du club n'est plus accessible. Un message a été envoyé à l'hébergeur mais nous n'avons pour l'instant pas de nouvelle. Il est possible que nous devions faire un travail sur ce domaine dans les prochains jours.

Le projet de construction d'un club omnisport entre le club de triathlon, le club de sauvetage et de natation est en discussion au sein des instances dirigeantes de chaque club. Le comité directeur du triathlon est plutôt favorable à ce projet. Nous y voyons des avantages. Nous reviendrons vers vous, licenciés, pour vous donner plus d'informations. La décision de création de ce club omnisport passera par la convocation d'une assemblée générale des adhérents de chaque club et d'un vote qui approuvera ou pas ce projet.

Le club a appris le décès de Stéphane Pascal, président du Club du Triathlon Toulouse Métropole. Notre sport perd un bénévole engagé et disponible. Le comité directeur salue l'implication et le dévouement de Stéphane pour avoir promu les valeurs du triathlon. L'AS Muret Triathlon a adressé un message au Club du TTM afin de présenter ses plus sincères condoléances.

LOGO DES PARTENAIRES



BANQUE POPULAIRE OCCITANE



*Merci à nos partenaires
d'avoir maintenu leur sponsoring
malgré la crise.*

EPREUVE CLUB

Au mois de septembre, le samedi 19, le club organise un « animathlon » à destination des jeunes avec des épreuves de mini poussins à minimes. Cette organisation est à construire. En effet, le lac des bonnets est notre point de départ. Les parcours sont à faire. Les emplacements parc à vélo, arche arrivée, départ, ravitaillement course et fin de course, podium.... sont à placer. Il faut écrire les pages blanches du règlement de course, les horaires de la manifestation. Il faut trouver les récompenses et s'occuper du ravitaillement. Tout bénévole qui souhaite s'investir est donc le bienvenu.

