



# Projet associatif et sportif 2025 - 2028

## Préambule : notre crédo

Les pratiques sportives, au même titre que les pratiques culturelles, contribuent à l'épanouissement de la personne, et notamment des jeunes, ainsi qu'à son intégration sociale.

Le sport est reconnu comme étant un moyen d'enrichissement physique mais aussi moral, culturel, intellectuel. Il est source de plaisir et d'accomplissement personnel.

L'objet central de notre association sportive est, conformément à ses statuts, de développer la pratique d'une ou plusieurs disciplines sportives et de favoriser son accessibilité au plus grand nombre. Ce principe de base prend en compte des dimensions éducatives, éthiques, sociales voire sociétales qu'il est utile de valoriser et de conforter.



# Sommaire



## Présentation du Bourg en Bresse Triathlon

- Fiche d'identité de l'association
- L'histoire du BBT en quelques jalons
- Les licenciés du BBT
- Le Conseil d'Administration
- Les commissions du BBT
- Les arbitres du BBT
- L'encadrement du BBT
- Le planning des entraînements du BBT
- Budget de fonctionnement
- Bilan financier
- Les actifs du club
- La tenue du BBT
- Les réseaux sociaux du BBT
- Les partenaires du BBT
- Les partenaires des Equipes Nationales
- Les partenaires du Triathlon de Bourg en Bresse



## Le projet associatif et sportif 2025-2028

- A1 - Professionnalisation de l'Encadrement
- A2 – L'Ecole de Triathlon
- A3 – Le Groupe Fédéral
- A4 – Les équipes Nationales
- A5 – Le Collectif Longue Distance
- A6 – Triathlon Santé Bien être
- A7 – L'Arbitrage
- A7 – Nos Manifestations Sportives
- A8 – La Certification Espace Outdoor FFTri de Bouvent



## Les annexes

- Bonnes pratiques pour les séances de natation
- Bonnes pratiques pour les séances vélo
- Bonnes pratiques pour la course à pied

## **Fiche d'identité de l'association**

**Nom de l'association :** Bourg en Bresse Triathlon

**Statut :** Loi 1901

**Date de création :** 09/05/1988 - **Date de publication au journal officiel :** 01/06/1988

**n° RNA :** W012000067 - **n° SIREN :** 419647755 - **n° Siret :** 41964775500042

**Date de dernière déclaration (RNA) :** 08/07/2021

**Objet de l'association (extrait de l'article 2 des statuts du 01/07/2021) :**

*« Cette association a pour objet de permettre à ses membres la pratique du triathlon, du duathlon, de l'aquathlon, du bike & run, du swimrun et autres disciplines enchaînées sous le contrôle de la Fédération Française de Triathlon à laquelle elle est affiliée »*

**Adresse de l'association :**

Maison de la Culture et de la Citoyenneté Cs70270\_

4 allée des Brotteaux

01000 Bourg-en-Bresse

**Adresse mel de l'association :** [bureau@bourg-triathlon.com](mailto:bureau@bourg-triathlon.com)

## L'histoire du BBT en quelques jalons

1988 : Création du club avec 5 licencié(e)s

1995 : Création de la section Jeunes

1996 : Obtention du label « Club Formateur Fédération Française de Triathlon »

1998 : Organisation du premier triathlon de Bourg en Bresse

2003 : Le Triathlon de Bourg en Bresse franchit la barre des 1000 concurrents et devient une épreuve phare de la région !

2005 : Loïc Michel, **qualifié à l'IronMan d'Hawaï**, devient le premier finisher burgien de l'épreuve mythique !

2010 : Labellisation « Ecole de Triathlon 1 Etoile »

2010 : Partenariat scolaire avec la section Duathlon du collège de St Denis-les-Bourg

2016 : Jérôme Tisserand termine 3<sup>ième</sup> de sa catégorie au **Championnat du Monde de Cross Triathlon**

2017 : Première salarisation en CDI d'un entraîneur de triathlon

2018 : Partenariats scolaires avec la Section Sportive Triathlon du **lycée Carriat** et l'option Triathlon du **lycée Les Sardières**.

2019 : Le club organise le **championnat de France de Duathlon Longue Distance**

2019 : Labellisation « Ecole de Triathlon 2 Etoiles »

2021 : Inauguration de la Triathlon Immersive Room

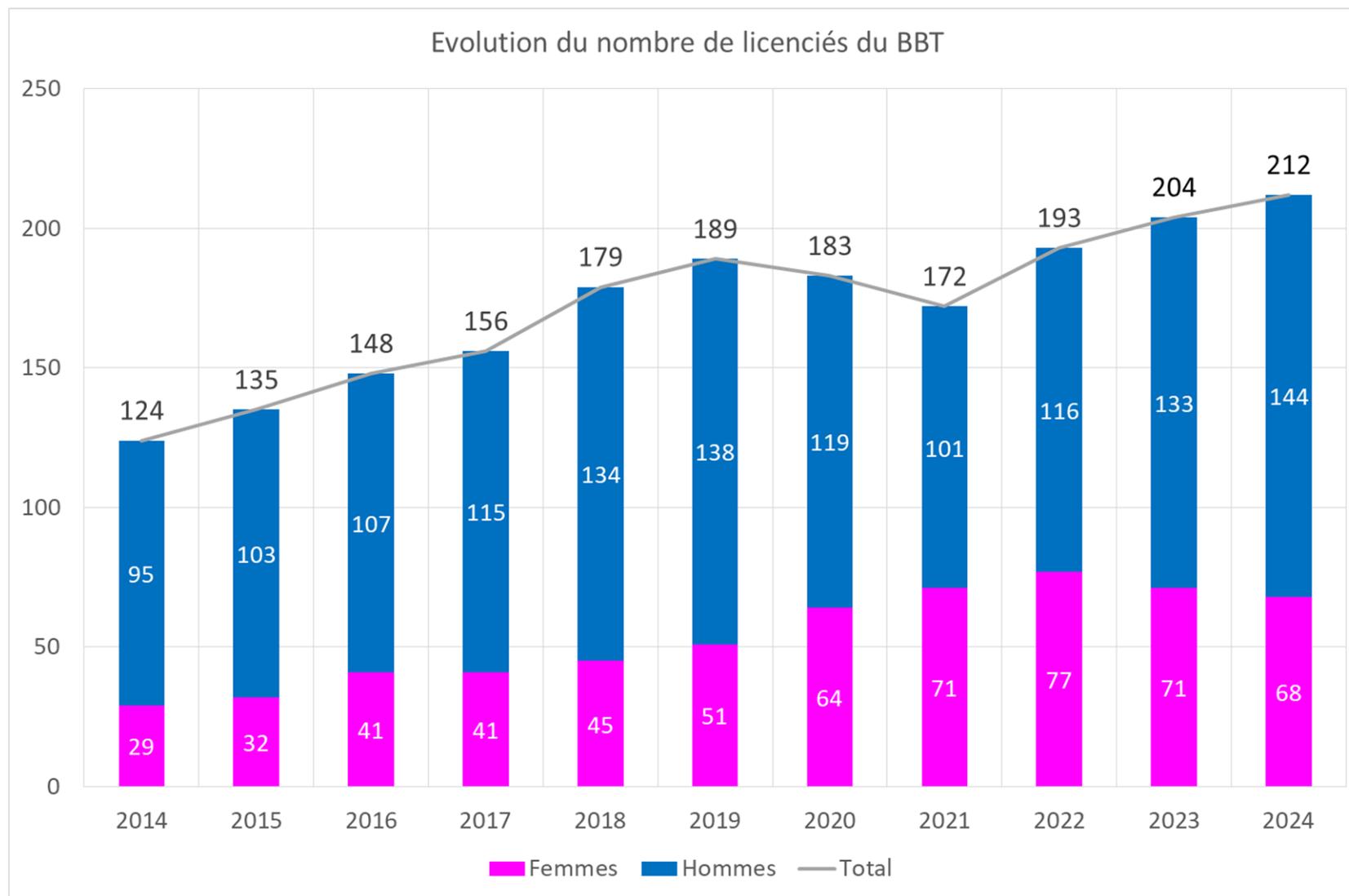
2022 : Labellisation « Ecole de Triathlon 3 Etoiles »

2023 : Le club franchit la barre des **200 licenciés** !

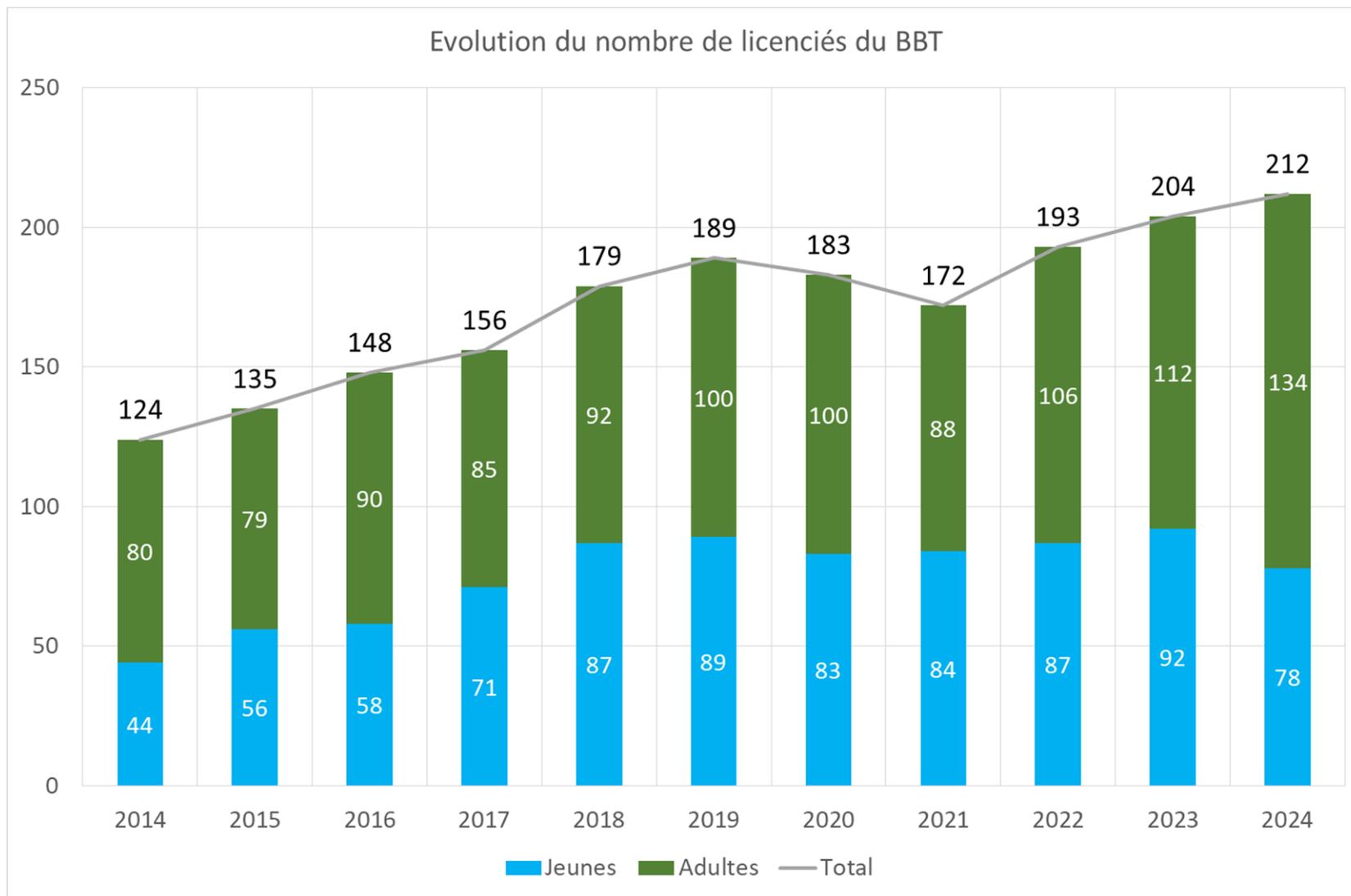
2024 : Le club participe au **championnat national de Division 1 de Duathlon**

2024 : Clément Grandy vainqueur du Triathlon Longue Distance de l'Alpes d'Huez et second de l'EmbrunMan

## Les licenciés du BBT

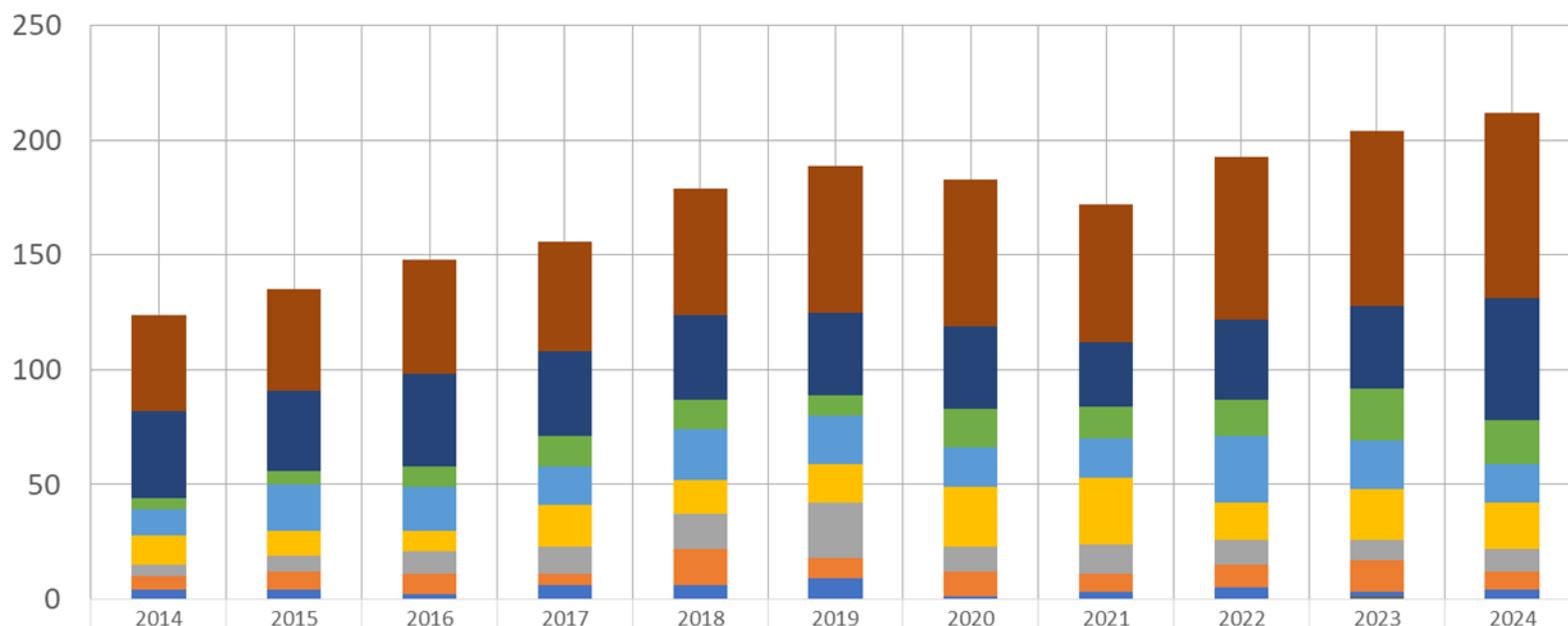


## Les licenciés du BBT



# Les licenciés du BBT

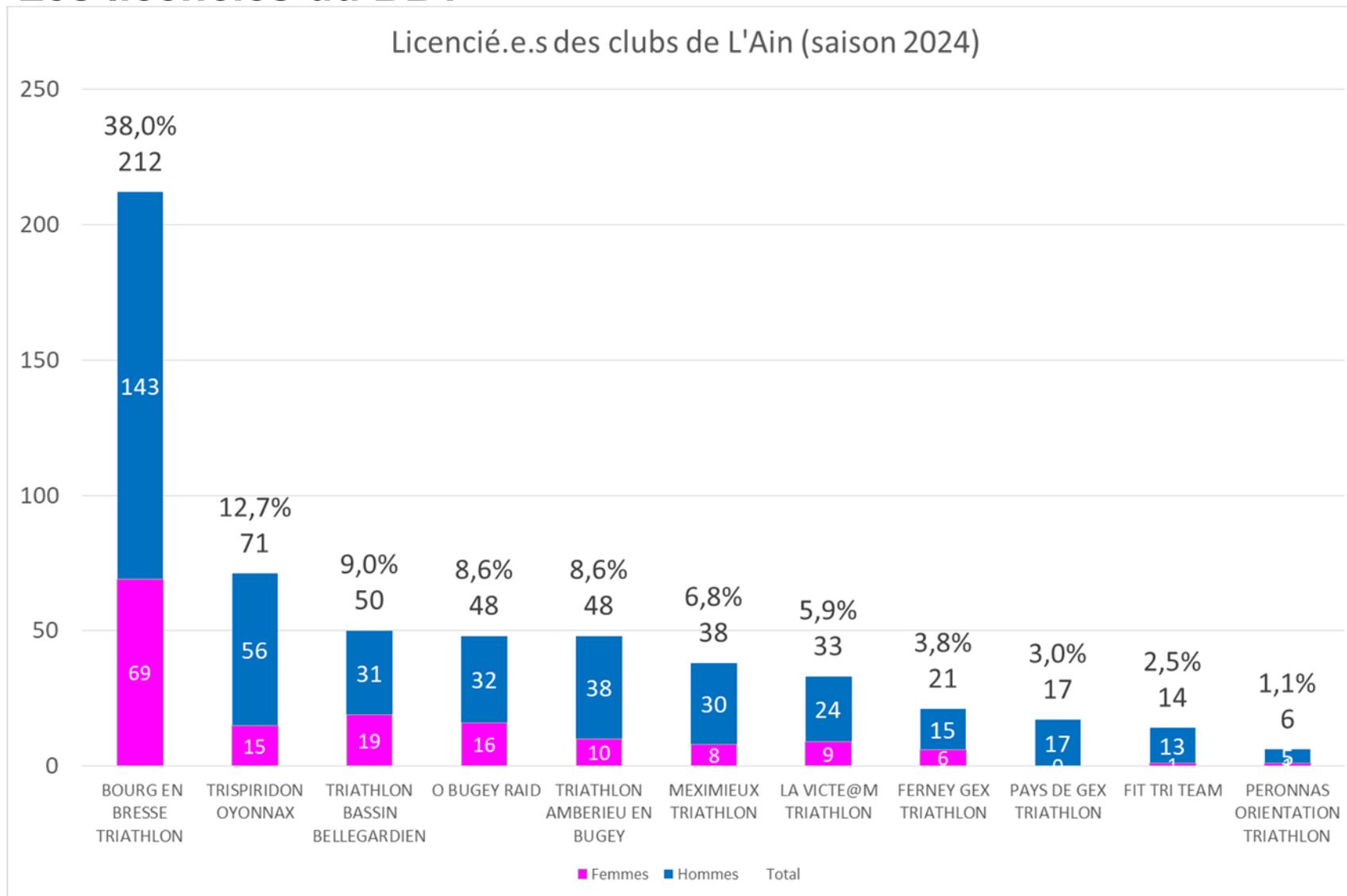
Evolution du nombre de licenciés du BBT par catégorie



■ Vétéran	42	44	50	48	55	64	64	60	71	76	81
■ Senior	38	35	40	37	37	36	36	28	35	36	53
■ Junior	5	6	9	13	13	9	17	14	16	23	19
■ Cadet	11	20	19	17	22	21	17	17	29	21	17
■ Minimes	13	11	9	18	15	17	26	29	16	22	20
■ Benjamin	5	7	10	12	15	24	11	13	11	9	10
■ Pupille	6	8	9	5	16	9	11	8	10	14	8
■ Poussin	4	4	2	6	6	9	1	3	5	2	4
■ Mini-Poussin	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0

■ Mini-Poussin ■ Poussin ■ Pupille ■ Benjamin ■ Minimes ■ Cadet ■ Junior ■ Senior ■ Vétéran

# Les licenciés du BBT



STATISTIQUES

Ligue AURA de Triathlon



Saison 2024

# Le Conseil d'Administration

**2024**

<p>AUGUSTIN Olivier</p>  <p><b>Trésorier</b> Subventions</p>	<p>BABLET Séverine</p>  <p><b>Triathlon</b></p>	<p>BOURDEAU Pierre-Francois</p>  <p><b>Subventions</b></p>	<p>CAMARD Dominique</p>  <p><b>Arbitrage</b> Responsable matériel</p>	<p>CUENOT Cédric</p>  <p><b>Responsable Inscriptions</b></p>	<p>DUFOUR Frédéric</p>  <p><b>Arbitrage</b> Correspondant OMS Réfèrent Mixité</p>
<p>FERRIER Pierre-Luc</p>  <p><b>Secrétaire</b> Arbitrage</p>	<p>FONTAINE Guillaume</p>  <p><b>Tenues club</b></p>	<p>GEFFRAYE Frédéric</p>  <p><b>Président</b> Arbitrage</p>	<p>GEFFRAYE Sabine</p>  <p><b>Arbitrage</b> Sport Santé</p>	<p>GUILLEMAUD Esteban</p>  <p><b>D1</b> Courses club</p>	<p>KWASNIACK Marjorie</p>  <p><b>Communication</b></p>
<p>LAFOND Mathieu</p>  <p><b>Ecole de Triathlon</b> Réfèrents Avenir 2</p>	<p>LAFAURE Jacques</p>  <p><b>Arbitrage</b> Communication Courses club</p>	<p>MURAT Pierre</p>  <p><b>Responsable Triathlon</b></p>	<p>RAVAUX Philippe</p>  <p><b>Triathlon</b> Responsable matériel</p>	<p>RIGAUD Alexis</p>  <p><b>D1</b></p>	<p>VIAL Jerome</p>  <p><b>Statuts et règlement</b> interne</p>

## Les commissions du BBT

Commissions	Missions
Triathlon de Bourg en Bresse	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Organiser le Triathlon de Bourg en Bresse</li> <li>- Etablir les parcours du Triathlon</li> <li>- Rédiger et faire valider le dossier technique</li> <li>- Rédiger le règlement de l'épreuve</li> <li>- Gérer les prestataires (chronométrage, secouristes, animation, sécurité, etc.)</li> <li>- Coordonner les sous commissions</li> </ul>
Aquathlon de Bourg en Bresse	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Organiser l'Aquathlon de Bourg en Bresse</li> </ul>
Stages	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Réserver les hébergements, le transport et les équipements nécessaires aux stages du BBT</li> <li>- Organiser le stage jeunes vacances d'hiver</li> <li>- Organiser le stage adultes</li> </ul>
Communication	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Publier l'actualité du BBT sur nos réseaux sociaux</li> <li>- Mettre à jour le site internet du club</li> <li>- Etablir la charte graphique du club</li> <li>- Publier la Newsletter des partenaires</li> <li>- Mettre à jour les mailings lists du club</li> <li>- Mettre à jour les groupes WhatsApp du club</li> </ul>
Inscriptions	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Enregistrer les inscriptions des licenciés</li> <li>- Vérifier la validité des dossiers</li> <li>- Valider via l'EspaceTri 2.0 les licences</li> </ul>
Partenaires	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identifier les partenaires</li> <li>- Contacter les partenaires club</li> <li>- Etablir les conventions de partenariat</li> </ul>
Tenues BBT	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gérer le catalogue des tenues club (trifonctions, vêtements vélo &amp; CAP, matériel natation, etc.)</li> <li>- Gérer les commandes de tenues club</li> <li>- Valider le BAT des tenues club</li> </ul>
Entraîneurs	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Coordonner les missions et la planification des entraîneurs</li> <li>- Planifier l'entraînement de la saison sportive</li> <li>- Réserver les équipements pour les entraînements (créneaux natation, stade, etc.)</li> </ul>
Ecole de Triathlon	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Coordonner les missions et la planification des entraînements jeunes</li> <li>- Gérer la labellisation de l'Ecole de Triathlon</li> </ul>
Championnats nationaux	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Former les équipes pouvant participer aux championnats nationaux (D1/D2/D3 Triathlon/Duathlon)</li> <li>- Organiser les déplacements des équipes nationales</li> <li>- S'occuper des formalités relatives aux championnats nationaux (inscription, briefing, etc.)</li> </ul>
Matériel	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gérer le stock de matériel du club</li> <li>- Entretien des actifs du club (minibus, barnums, etc.)</li> <li>- Etablir les besoins en renouvellement ou en nouveaux équipements</li> </ul>
Courses club	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Etablir le calendrier de la saison sportive</li> <li>- Déterminer les courses club</li> <li>- Communiquer aux licenciés les courses clubs</li> <li>- Procéder aux inscriptions club</li> </ul>
Subventions	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Etablir les dossiers de demande de subvention</li> <li>- Contacter les différentes administrations</li> </ul>
Arbitrage	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Former les arbitres du BBT</li> <li>- Communiquer sur l'arbitrage</li> </ul>
Collectif Longue Distance	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Créer une dynamique pour la pratique du longue distance</li> </ul>

# Les arbitres du BBT

<p>ADELL DE ORTELLS Nathan</p> 	<p>ALBERT Louise</p> 	<p>AUGUSTIN Aline</p> 	<p>CAMARD Dominique</p> 			
<p>CUENOT Elise</p> 	<p>DUFOUR Frédéric</p> 	<p>FERRIER Pierre-Luc</p> 	<p>GEFFRAYE Frédéric</p> 			
<p>GEFFRAYE Sabine</p> 	<p>LAFAURE Jacques</p> 	<p>MAITRE Clémentin</p> 	<p><b>2024</b></p> <table border="1"> <tr> <td>Jeune Arbitre</td> </tr> <tr> <td>Arbitre Assesseur</td> </tr> <tr> <td>Arbitre Pincipal</td> </tr> </table>	Jeune Arbitre	Arbitre Assesseur	Arbitre Pincipal
Jeune Arbitre						
Arbitre Assesseur						
Arbitre Pincipal						

<p>BOURDEAU Artus</p> 
<p>KOENIG Sarah</p> 

**2023**

# L'encadrement du BBT

Hugo  
ROBIN



Entraîneur salarié

Yohan  
DUMOULIN



Référent Avenir 1  
Poussins/Pupilles

Mathieu  
LAFOND



Référent Avenir 2  
Benjamins/Minimes

Eric  
GROLET



Référent partenariat  
cross EAB

Sébastien  
LARUE



Entraîneur Athlé / Cross

Koenig  
SARAH



Entraînement natation  
Avenir 1

Clément  
BUNOD



Entraînement natation  
Forme et Loisir

Alexandre  
LAFOND



Entraînement section  
Carriat

Jérôme  
VIAL



Entraînement section  
Sarrières

Esteban  
Guillemaud



Entraînement adultes  
Ecole de Triathlon

Jerôme  
TISSERAND

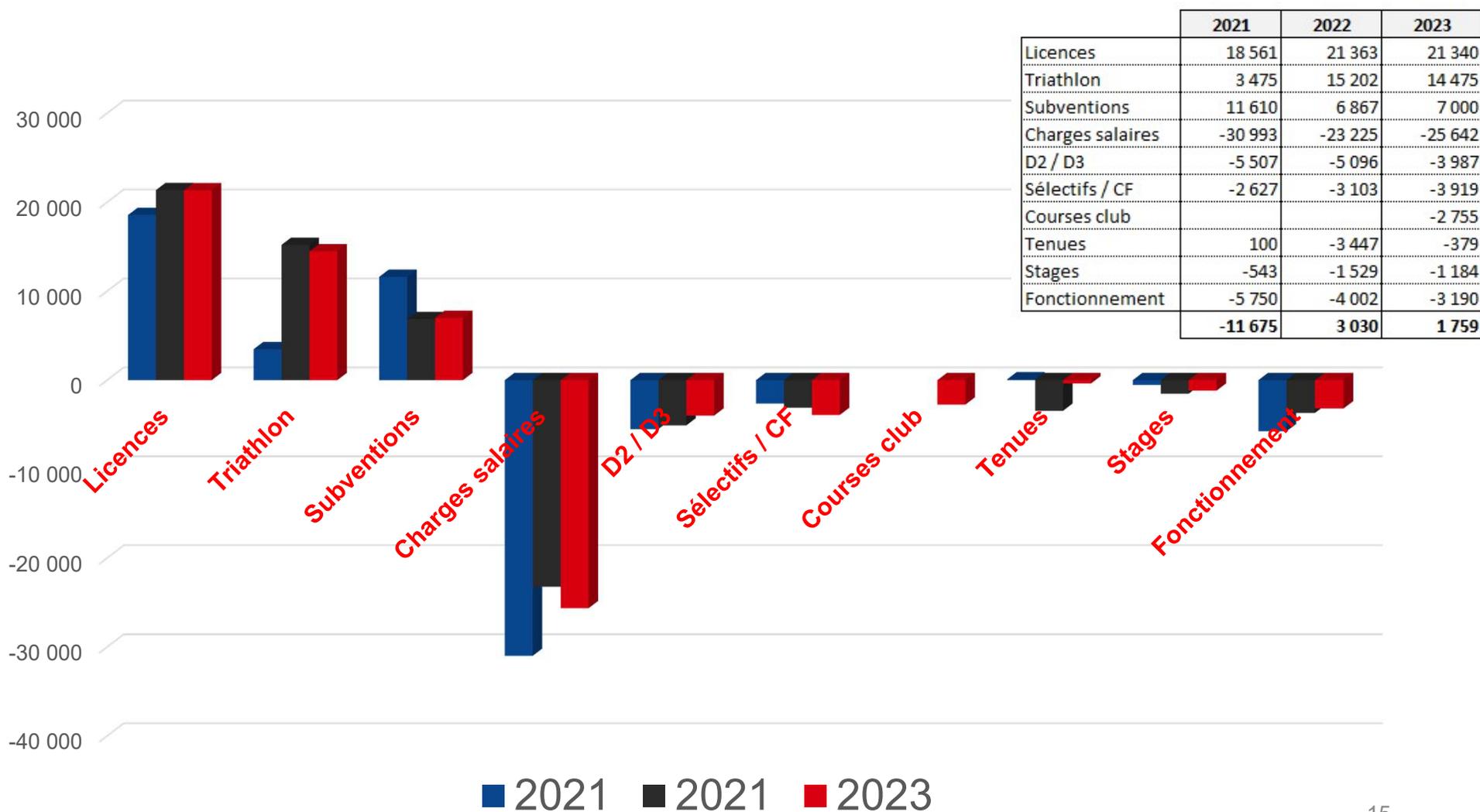


Ecole de Triathlon

# Le planning des entraînements du BBT

		Planning des entraînements saison 2023/2024							
		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI		
09:00							09:00	09:00	
09:15							Natation	09:15	
09:30							Cadets / Juniors / Adultes	09:30	
09:45							Piscine Plein Soleil - 4 lignes	09:45	
10:00							10:00	10:00	
10:15							Natation	10:15	
10:30							/ Adultes	10:30	
10:45							Piscine Plein Soleil - 4 lignes	10:45	
11:00							11:00	11:00	
11:15							Natation	11:15	
11:30							Avenir 1 / Avenir 2	11:30	
11:45							Piscine Plein Soleil - 4 lignes	11:45	
12:00							12:00	12:00	
12:15								12:15	
12:30								12:30	
12:45								12:45	
13:00								13:00	
13:15								13:15	
13:30								13:30	
13:45								13:45	
14:00								14:00	
14:15								14:15	
14:30								14:30	
14:45								14:45	
15:00								15:00	
15:15								15:15	
15:30								15:30	
15:45								15:45	
16:00								16:00	
16:15								16:15	
16:30								16:30	
16:45								16:45	
17:00								17:00	
17:15								17:15	
17:30								17:30	
17:45								17:45	
18:00								18:00	
18:15								18:15	
18:30								18:30	
18:45								18:45	
19:00								19:00	
19:15								19:15	
19:30								19:30	
19:45								19:45	
20:00								20:00	
20:15								20:15	
20:30								20:30	
20:45								20:45	
21:00								21:00	
21:15								21:15	
21:30								21:30	
		Avenir 1 : Poussins (nes) / pupilles Yohan DUMOULIN : 07 68 22 63	Avenir 2 : Benjamins (nes) / minimes Mathieu LAFOND : 07 67 99 53 19		Cadets (tes) / Juniors (es) Hugo ROBIN : 06 15 76 13 81		U23 et Adultes Hugo ROBIN : 06 15 76 13 81		
		Entraîneur : Hugo ROBIN 06 15 76 13 81							

# Budget de fonctionnement





## Les actifs du club

- Un minibus 9 places avec attelage, dotation de la région AURA
- 3 tentes barnum 3x3m aux couleurs du club
- 1 parc à vélo de 240 places composé de 40 racks en acier de 2m
- 1 stock de trifonctions pour les jeunes de l'Ecole de Triathlon
- 1 Triathlon Immersive Room



## Les actifs du club : la Triathlon Immersive Room



FÉDÉRATION  
FRANÇAISE DE  
**TRIATHLON**  
2, RUE DE LA JUSTICE | 93013 SAINT-DENIS LA PLEINE CEDEX  
contact@fft.com | T. 01 49 46 13 30 | F. 01 49 46 13 60  
www.fft.com  



LIGUE RÉGIONALE DE  
**TRIATHLON**  
AUVERGNE-RHÔNE-ALPES



## La tenue du BBT



Les tenues du club sont à dominante rouge et blanc.  
L'identification de la ville d'origine du club apparaît clairement.

## Les réseaux sociaux du BBT

<http://www.comptroller.com>

<https://www.facebook.com/BourgEnBresseTriathlon/>

<http://www.facebook.com/TriathlondeBourgenBresse/>

[https://www.instagram.com/bourg\\_en\\_bresse\\_triathlon/](https://www.instagram.com/bourg_en_bresse_triathlon/)

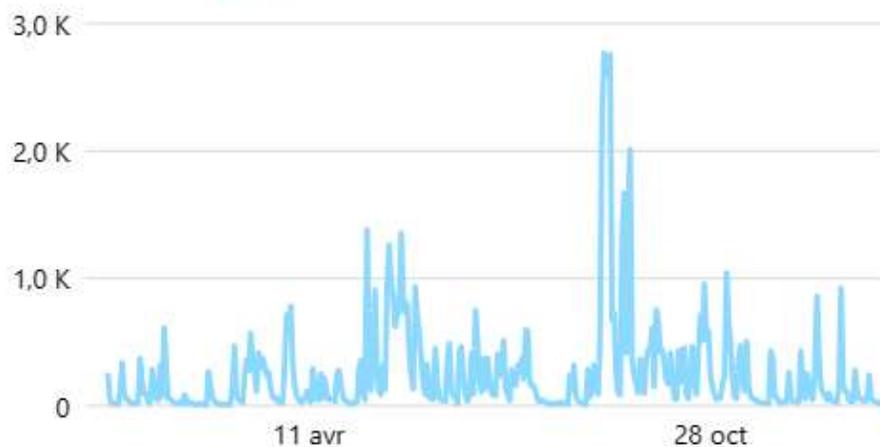
<https://www.strava.com/clubs/BourgEnBresseTriathlon>

### Couverture

Exporter ▼

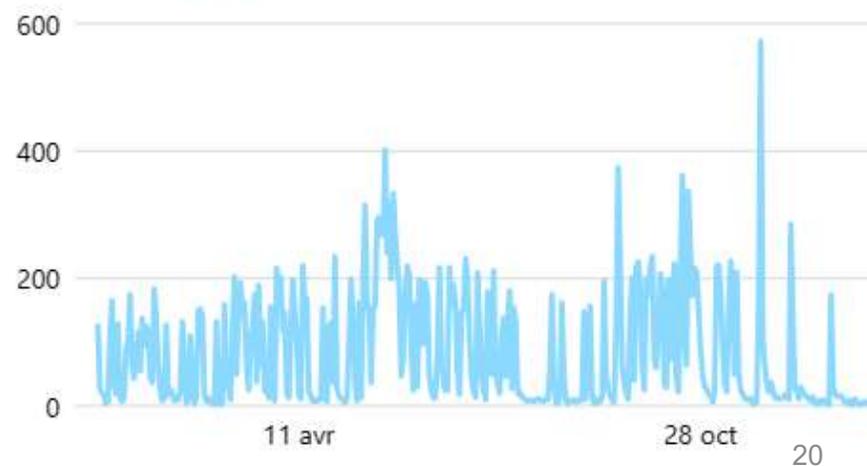
#### Couverture Facebook ⓘ

35 177 ↑ 88.1



#### Couverture Instagram ⓘ

5 459 ↑ 124.6



# Les partenaires de l'association

	Partenariat actuel	Projets de développement dans le cadre du projet associatif et sportif 2025-2028
Ville de Bourg en Bresse	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mise à disposition de créneaux sur le stade de la Chagne</li> <li>- Subvention de fonctionnement du club</li> <li>- Subvention de la manifestation Triathlon de Bourg en Bresse</li> <li>- Mise à disposition des ressources des services techniques pour le Triathlon de Bouvent</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mise à disposition du gymnase avec piste pour les entraînements hivernaux</li> <li>- Subvention manifestation Aquathlon de Bourg en Bresse</li> <li>- Développement du label Outdoor pour le site de Bouvent</li> <li>- Mise à disposition d'un local pour ranger le matériel du Triathlon</li> <li>- Organisation d'un championnat de France</li> </ul>
L'Office Municipal des Sport (OMS)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Chroniques Radio B</li> <li>- Aides à la formation</li> <li>- Les Estivales du Sport à Bouvent</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Participation à l'Ecole des Sports de l'OMS</li> </ul>
Grand Bourg Agglomération (GBA)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mise à disposition des lignes d'eau des piscines de l'Agglo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Augmenter le nombre de lignes d'eau proportionnellement à la fréquentation et aux besoins du club</li> </ul>
Département de l'Ain	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Subvention de la participation au championnat national de Duathlon.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Subvention du collectif Longue Distance</li> <li>- Subvention pour l'organisation d'un championnat de France</li> </ul>
Région Auvergne Rhône Alpes	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dotation minibus club</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Subvention pour l'organisation d'une manifestation à caractère national (championnat de France, etc.)</li> </ul>
Lycée Carriat	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Partenariat avec la Section Sportive Triathlon</li> <li>- Prêt de salles de réunion</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ouverture d'une classe sport-étude Triathlon</li> </ul>
Lycée les Sardières	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Partenariat avec l'option Triathlon</li> <li>- Hébergement de la Triathlon Immersive Room</li> <li>- Prêt de salles de réunion</li> <li>- Prêt de véhicules</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Développement de la Triathlon Immersive Room</li> </ul>
Entente Athlétique Bressanne	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Participation aux compétitions FFA de la saison de cross-crounty</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mutualisation des entraînements cross</li> </ul>
Partenaires privées	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Partenaire Running et natation : Running Set - Magasin spécialisé de proximité</li> <li>- Partenaire Cycles : Optimum Bike : - Magasin spécialisé de proximité</li> <li>- Partenaires championnat national : Duclos Bobinage, RX Automobiles, Rhonalu Fonderie</li> <li>- Partenaires Triathlon : Rx Automobiles, Cours Ado, Poralu, Piquand TP, etc.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fidéliser et élargir nos partenariats privés</li> <li>- Identifier des partenaires privés pour les championnats nationaux</li> <li>- Identifier des partenaires privés pour le collectif Longue Distance</li> <li>- Identifier des partenaires pour nos manifestations</li> </ul>

# Les partenaires des Equipes Nationales



## CHAMPIONNAT DE FRANCE DES CLUBS DE DIVISION 2 DE DUATHLON



### BOURG EN BRESSE TRIATHLON



# Les partenaires du Triathlon de Bourg en Bresse



# Le projet associatif et sportif 2025-2028

		Les Axes de développement			
		Maintenir un Ecole de Triathlon autour de 80 jeunes licenciés	Maintenir un effectif club autour de 140 licenciés adultes	Augmenter le niveau de performance des compétiteurs	Développer la responsabilité sociale et environnementale du club
Les Actions	A1 - Professionnalisation de l'Encadrement	✓	✓	✓	✓
	A2 - L'Ecole de Triathlon	✓		✓	✓
	A3 - Le Groupe Fédéral	✓		✓	
	A4 - Les Equipes Nationales		✓	✓	
	A5 - Le Collectif Longue Distance		✓	✓	
	A6 - Triathlon Santé Bien être		✓		✓
	A7 - L'Arbitrage		✓		✓
	A8 - Les Manifestations Sportives		✓		✓
	A9 - Certification Espace Outdoor		✓		✓

# A1 - Professionnalisation de l'Encadrement

## Objectifs du Projet

- Améliorer la qualité de l'encadrement.
- Développer les compétences des entraîneurs et former les encadrants bénévoles
- Assurer la direction sportive de l'équipe technique.
- Soutenir la progression des jeunes et des adultes.
- Favoriser l'insertion professionnelle via un alternant DEJEPS Triathlon.

## Actions Clés

- Recrutement d'un entraîneur professionnel.
- Formation d'un alternant DEJEPS Triathlon pour un encadrement renforcé.
- Formation des bénévoles à travers les brevets fédéraux de la Fédération Française de Triathlon.
- Sessions spécialisées (natation, cyclisme, course) et suivi des performances

## Avantages pour les Membres

- Encadrement de qualité et programmes personnalisés en fonction des niveaux et des pratiques.
- Implication de nouveaux talents (alternant DEJEPS).
- Ambiance motivante et sécurisante.

## Impact attendu pour le Club

- Renforcement de l'équipe technique.
- Augmentation de l'adhésion et fidélisation des membres.
- Rayonnement régional et national par la montée en compétences des licenciés.
- Accès à des financements pour soutenir le développement du club.

## A2 – L'École de Triathlon

### Objectifs du Projet

- Obtenir la labellisation 3 étoiles de la FF Triathlon
- Former des jeunes triathlètes dans un environnement sécurisant
- Promouvoir l'esprit sportif, le respect et l'engagement

### Actions Clés

- Recrutement d'un encadrement qualifié (entraîneurs diplômés et formés)
- Mise en place de programmes adaptés par groupe d'âge et niveau.
- Organisation d'événements et compétitions adaptées (mini-compétitions, stages)
- Développer le partenariat avec la section Triathlon du lycée Carriat pour permettre aux jeunes de mieux concilier études scolaires et entraînements.
- Poursuivre le partenariat avec l'EAB (FFA) pour assurer une préparation hivernale en cross.

### Avantages pour les Membres

- Encadrement de qualité par des éducateurs diplômés.
- Progression sécurisée dans un environnement motivant.
- Accès à des compétitions jeunes pour développer leurs compétences.

### Impact attendu pour le Club

- Rayonnement accru grâce à une École de Triathlon reconnue.
- Recrutement et fidélisation de jeunes sportifs et de leurs familles.

## A3 – Le Groupe Fédéral

### Objectifs du Projet

- Constituer un groupe compétitif de jeunes athlètes pour représenter le club sur les sélectifs aux championnats de France.

### Actions Clés

- Sélection rigoureuse des candidats par l'Équipe Technique en début de saison avec critères de présence et d'engagement pour intégrer le groupe.
- Accès conditionné à la performance pour les doubles licenciés et/ou les jeunes en section.
- Une séance hebdomadaire de natation réservée au groupe fédéral
- Développer le partenariat avec la section Triathlon du lycée Carriat pour monter une section sports-étude.
- Poursuivre le partenariat avec l'EAB (FFA) pour assurer une préparation hivernale en cross.
- Développer le partenariat avec le lycée les Sardières et optimiser l'utilisation de la Triathlon Immersive Room.

### Avantages pour les Membres

- Accès à des entraînements spécialisés et personnalisés pour progresser vers un haut niveau.
- Préparation optimale pour les compétitions nationales avec un encadrement dédié.
- Appartenance à un groupe compétitif et motivant, stimulant la performance.

### Impact attendu pour le Club

- Renforcement de la compétitivité du club sur le plan régional et national.
- Rayonnement accru grâce à la présence de jeunes performants en compétitions fédérales.
- Fidélisation des athlètes et attractivité du club pour les jeunes ambitieux.

# A4 – Les Équipes Nationales

## Objectifs du Projet

- Représentation dans les championnats nationaux : participer aux compétitions de la Fédération Française de Triathlon (Divisions 1, 2 et 3) en Duathlon et Triathlon.
- Encourager la progression des athlètes vers le haut niveau : permettre aux triathlètes et duathlètes de concourir au niveau national.
- Renforcer la notoriété du club : faire connaître le club à travers ses performances en championnat national.

## Actions Clés

- Identification et préparation des équipes compétitives à partir notamment du vivier de l'École de Triathlon.
- Coaching et motivation des équipes féminines.
- Poursuivre le partenariat avec l'EAB (FFA) pour assurer une préparation hivernale en cross.
- Développer le partenariat avec le lycée les Sardières et optimiser l'utilisation de la Triathlon Immersive Room.

## Avantages pour les Membres

- Expérience au niveau national : opportunité de se mesurer à des athlètes de haut niveau.
- Développement de la motivation et de la résilience : progresser en intégrant un environnement compétitif..

## Impact attendu pour le Club

- Amélioration du classement national en fonction des performances en Division 1, 2, ou 3.
- Augmentation de la visibilité du club grâce aux participations aux compétitions de la FF Triathlon.
- Mise en avant de nos partenaires sur des compétitions nationales.
- Attractivité pour de nouveaux membres motivés par les objectifs d'élite du club.

# A5 – Le Collectif Longue Distance

## Objectifs du Projet

- Accompagner les athlètes longue distance : structurer un collectif d'athlètes spécialisés en triathlon longue distance (Ironman, 70.3, etc.).
- Renforcer la cohésion et l'esprit d'équipe : créer une dynamique collective pour les athlètes, favorisant la motivation et l'entraide.

## Actions Clés

- Organisation d'un stage de préparation spécifique longue distance incluant des sorties longues en natation, vélo et course à pied.
- Sélection des compétitions clés de la saison et soutien logistique pour les participants.
- Approvisionnement de tenues club adaptées aux spécificités du longue distance.

## Avantages pour les Membres

- Appartenance à un collectif motivant : partage d'expériences et de conseils entre athlètes ayant les mêmes objectifs.
- Préparation optimisée pour affronter les épreuves les plus exigeantes en termes physiques et mentales.

## Impact attendu pour le Club

- Rehausser la notoriété du club sur les épreuves longues distances nationales et internationales.
- Renforcer l'engagement des athlètes avec un collectif structuré et bien encadré.
- Attractivité pour les membres recherchant un accompagnement en longue distance dans un cadre collectif et fédéral.

## A6 – Triathlon Santé Bien être

### Objectifs du Projet

- Promouvoir la santé et le bien-être : encourager une pratique sportive régulière et accessible pour améliorer la qualité de vie des participants.
- Rendre le triathlon accessible à tous : développer des sessions adaptées aux débutants, seniors et personnes en reprise d'activité physique.

### Actions Clés

- Création de programmes spécifiques Triathlon Santé: séances de faible intensité en natation, cyclisme et course à pied.
- Exercices adaptés et progressifs pour prévenir les blessures et favoriser l'endurance.
- Formation des coachs aux spécificités du public Triathlon Santé (ex : initiation, prévention des blessures).
- Utilisation de la Triathlon Immersive Room pour des séances adaptées Santé Bien Être.

### Avantages pour les Membres

- Amélioration de la condition physique et de la santé générale grâce à une activité équilibrée.
- Encadrement bienveillant et personnalisé pour répondre aux besoins de chacun.
- Intégration à une communauté sportive accueillante et motivante.

### Impact attendu pour le Club

- Augmentation du nombre d'adhérents grâce à une offre accessible et inclusive.
- Valorisation de l'image du club en tant qu'acteur de la santé et du bien-être.
- Fidélisation des membres avec des parcours adaptés à leurs objectifs de santé.
- Augmenter le taux de féminisation du club.

# A7 – L'Arbitrage

## Objectifs du Projet

- Encourager les adhérents du club à devenir arbitres pour soutenir les compétitions locales et nationales.
- Renforcer l'éthique et l'impartialité : promouvoir des valeurs de fair-play et d'intégrité au sein du club et des compétitions.

## Actions Clés

- Organisation des sessions de formation en partenariat avec la ligue de Triathlon
- Mise en place d'un accompagnement des nouveaux arbitres par des arbitres expérimentés du club.
- Encourager les jeunes licenciés du club à se former dès l'âge requis pour devenir arbitres.
- Sensibiliser les licenciés à l'arbitrage, aux respects des règles et du fair-play.

## Avantages pour les Membres

- Pour les jeunes arbitres, acquérir une expérience reconnue dans le cadre de leur parcours de formation scolaire.
- En devenant arbitres, les membres explorent un autre aspect du triathlon, ce qui enrichit leur expérience globale dans le sport. Ils passent de l'athlète à une position de responsabilité et de soutien pour les compétitions.

## Impact attendu pour le Club

- Renforcement de la crédibilité et du professionnalisme des compétitions organisées par le club.
- Fidélisation des membres via l'accès à des rôles diversifiés, comme celui d'arbitre.

## A7 – Nos Manifestations Sportives

### Objectifs du Projet

- Positionner le Triathlon de Bourg-en-Bresse comme une compétition de référence dans la région : augmenter la notoriété et la visibilité de l'épreuve pour attirer davantage de participants et spectateurs.
- Diversifier nos manifestations pour élargir notre audience et notre public.
- Favoriser la cohésion sportive et l'engagement local : impliquer les acteurs locaux.

### Actions Clés

- Maintenir le Triathlon de Bourg en Bresse comme compétition de référence en région AURA.
- Organiser de nouvelles manifestations sportives autour des disciplines enchaînées : création d'événements complémentaires (duathlons, aquathlons, swim-runs) pour diversifier l'offre sportive et attirer un large public.
- Collaborer avec les collectivités locales, les associations, les entreprises et les bénévoles du club pour créer des événements fédérateurs dans la région.
- Organiser une manifestation d'envergure nationale (championnat de France) à Bourg en Bresse.

### Avantages pour les Membres

- La préparation et la réalisation d'un événement sportif impliquent un ensemble de licenciés, renforçant ainsi les liens d'appartenance et de cohésion au sein au club.

### Impact attendu pour le Club

- Notoriété accrue pour le club et les partenaires en organisant un événement de qualité et d'envergure régionale.
- Dynamisation du territoire : attirer des participants et des spectateurs, contribuant à l'économie locale.
- Image de qualité et de professionnalisme : positionner le triathlon de Bourg-en-Bresse comme une référence, attirant de nouveaux membres et soutiens.
- Augmenter les revenus du club afin de financer le développement de son projet sportif.

## A8 – La Certification Espace Outdoor FFTri de Bouvent

### Objectifs du Projet

- Obtenir la certification Espace Outdoor de la Fédération Française de Triathlon pour le parc des loisirs de Bouvent
- Favoriser le développement des sports de pleine nature : faire du Parc de Bouvent un lieu de référence pour la pratique du triathlon, duathlon, et autres disciplines enchaînées.
- Proposer des parcours accessibles à tous et adaptés à tous les niveaux pour favoriser la pratique sportive locale.

### Actions Clés

- Collaboration avec la mairie de Bourg en Bresse pour mettre en place recommandations de la Fédération Française de Triathlon.
- Participation aux audits et évaluations de la FFTri pour obtenir la certification.
- Promotion de la certification Outdoor lors des manifestations organisées par le club.
- Événements sportifs tels que des triathlons découvertes, duathlons, et courses à pied.
- Faire découvrir les installations aux habitants et aux sportifs lors des journées portes ouvertes

### Avantages pour les Membres

- Accès à un espace dédié et sécurisé pour les entraînements de triathlon et les activités de plein air.
- Infrastructures de qualité permettant une pratique sportive agréable et sécurisée.

### Impact attendu pour le Club

- Développement du tourisme sportif en attirant des athlètes et des familles dans un espace reconnu.
- Valorisation de Bourg-en-Bresse comme destination sportive et de bien-être en plein air.

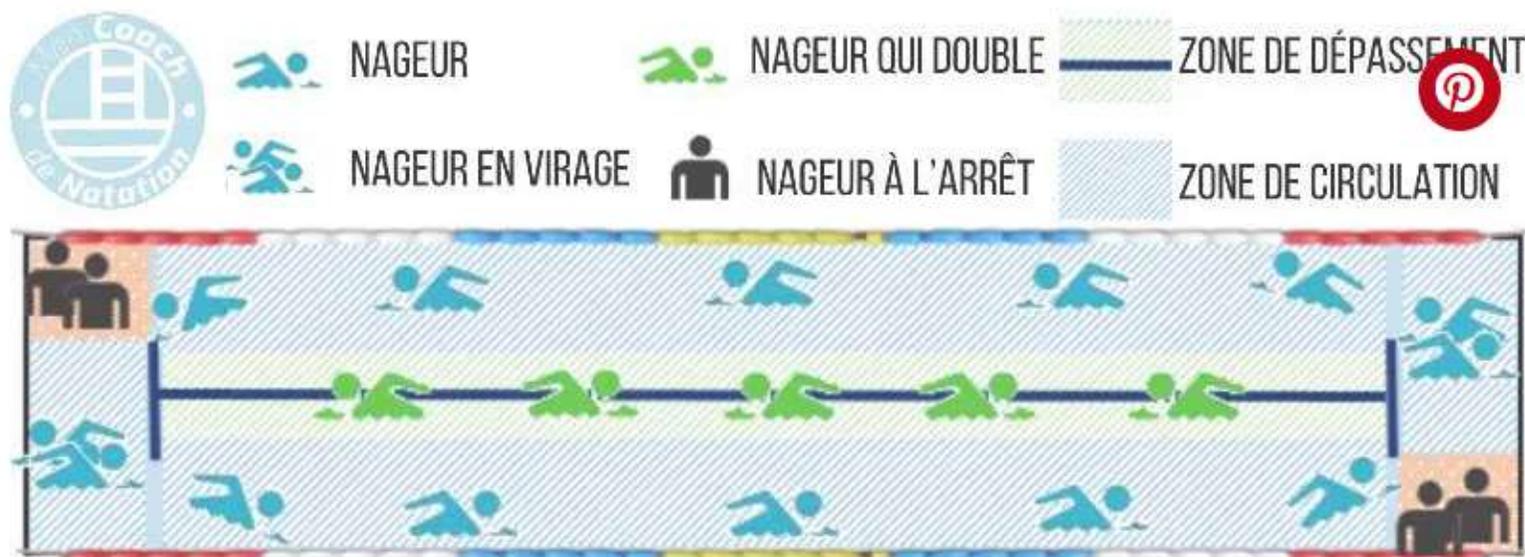
**ANNEXES**

## Bonnes pratiques pour les séances de natation (1/2)

- J'indique ma participation à la séance en m'inscrivant sur le google sheet du club
- Je respecte les créneaux sur lesquels je suis inscrit
- Je prends une **douche (obligatoire)**
- Je porte mon **bonnet de bain (obligatoire)**
- Je m'assure de la présence d'un surveillant de baignade BNSSA avant de rentrer dans l'eau.
- En cas d'absence, je démarre la séance par un échauffement à sec.
- Je choisis, avec le conseil des coaches, la ligne d'eau adaptée à mon niveau.
- J'adapte ma pratique au niveau de la ligne pour favoriser la dynamique collective
- Je m'insère dans ma ligne d'eau en fonction de ma vitesse de nage.
- Je me laisse doubler si nécessaire.
- Je ne démarre pas ou je ne plonge pas quand un nageur plus rapide arrive
- Je suis le plan d'entraînement proposé pour la séance (les plans alternatifs ne sont pas autorisés)
- Je respecte les règles de circulation dans le bassin
- En toutes circonstances, je reste courtois avec les nageurs qui partagent ma ligne d'eau.

## Bonnes pratiques pour les séances de natation (2/2)

- Je nage en **serrant à droite** le plus près possible des flotteurs.
- La zone médiane est réservée pour les dépassements.
- Lorsque je double, je vérifie qu'il n'y a pas de nageur en face.
- Le virage se fait sur la **partie centrale ou à gauche du mur**.
- Je ne stationne pas dans les zones de virage.
- Lors de la **prise de consignes**, les nageurs se regroupent en 2 groupes égaux le long des lignes d'eau.



## Bonnes pratiques pour les séances vélo

- J'indique ma participation à la séance vélo en m'inscrivant sur le google sheet du club.
- Je m'informe des dernières informations (notamment alertes météo) sur mon groupe WhatsApp.
- Je m'équipe d'un **feu rouge de signalisation arrière** et/ou une **chasuble fluo (obligatoire)**
- Je respecte impérativement les **règles de sécurité** du code de la route
- Je choisis, avec le conseil des coaches, le groupe adapté à mon niveau
- Je fais les « pancartes » uniquement avec l'accord du capitaine de route
- Je signale mon départ éventuel anticipé du groupe au capitaine de route
- Dans les montées, j'attends en haut le dernier cycliste ou je redescends à sa hauteur.
- Sur le plat, je reste au maximum dans les roues pour rester dans l'allure du peloton.
- Je préviens le capitaine de route si un cycliste est décroché ou arrêté sur incident.

## Bonnes pratiques pour la course à pied

- J'indique ma participation à la séance en m'inscrivant sur le google sheet du club.
- Je préviens mon entraîneur lorsque je quitte la séance.
- Je m'informe des dernières informations (notamment alertes météo) sur mon groupe WhatsApp.
- **Je m'équipe d'une lampe frontale lorsque la séance est en extérieur de nuit (obligatoire).**
- J'apporte le matériel préconisé par mon entraîneur (gourdes, short ou pantalon, etc.). **Une paire de chaussures d'échauffement est à prévoir l'hiver à la Chagne de façon à ne pas salir la piste**
- Je respecte mes allures de course à pied.