

Centre d'Etudes et d'entraînement

Section Sportive Triathlon à Beauvais

Présentation

Le Centre d'études et une section sportive triathlon en partenariat avec le lycée Paul Langevin de Beauvais et le club du TEAM TRIATHLON 60. Elle a été créée en septembre 2017. Les pensionnaires ont un emploi du temps avec des horaires aménagés et bénéficient des nombreuses infrastructures du lycée (Internat, piscine 25m, piste de course à pied, salle de musculation, gymnase).

En ce qui concerne la partie scolaire, les pensionnaires ont tous les soirs entre 1h et 1h30 d'étude obligatoire et surveillée.

Objectifs du centre d'études et d'entraînement

Cette structure a pour vocation de rassembler des jeunes triathlètes motivés, désirant s'entraîner au sein d'un groupe dont le but commun est de progresser dans les trois disciplines, d'obtenir les meilleurs résultats possibles dans les différentes compétitions et favoriser l'accès au sport de haut niveau.

Tout ceci en harmonie avec la nécessité de réussir son cursus scolaire grâce à une organisation optimisée.

Valeurs du centre d'études et d'entraînement

- Travail
- Rigueur
- Respect
- Esprit d'équipe
- Performance.

Encadrement sportif

Ce centre sera animé et coordonné par Aurélien Dubois, maître-nageur et entraîneur de triathlon depuis septembre 2014.

Références :

- BP JEPS Natation, BF5, BF4, BF3 Triathlon
- Aide dans l'encadrement du centre régional d'entraînement triathlon du CREPS de Reims avec Maxime Hutteau pendant 2 ans.
- Pratique du Triathlon depuis l'âge de 9 ans. (D3, D2 Triathlon et D1 de duathlon).

Organisation du centre d'études et d'entraînement

Présentation du lycée Paul Langevin

Le lycée Paul Langevin est un lycée polyvalent (général, technologique et professionnel) et propose différentes formations.

Lien de toutes les formations proposées: http://langevin.lyc.ac-amiens.fr/orientation/apres_3eme.htm

L'hébergement

Le lycée Paul Langevin dispose d'un internat filles et d'un internat garçons.

Voici le lien : <http://langevin.lyc.ac-amiens.fr/>

L'entraînement

Les pensionnaires du centre d'études et d'entraînement bénéficient chaque semaine de :

- 5 séances de natation
- 1 séance de vélo
- 3 séances de course à pied
- 1 séance de PPG / Musculation
- Des séances d'entraînements sont aussi demandées le week-end. Le programme d'entraînement du week-end est donné chaque semaine. Les pensionnaires doivent le réaliser chez eux.

Planning de la semaine d'entraînements

	Natation	Vélo	Course à pied	PPG
Lundi	18h15-20h15 (club de natation)	8h30-10h ou (HT)		
Mardi	6h30-8h		18h-19h30	
Mercredi	18h-20h (club de natation)		7h-8h	
Jeudi	6h30-8h		18h-19h30	
Vendredi	19h-20h30	16h-17h (HT)		17h-18h30

Conditions d'admission au centre d'études et d'entraînement

- Analyse du dossier scolaire
- Analyse des résultats au class'triathlon, championnats de France de duathlon, triathlon et aquathlon.
- Si pas de référence, un test natation et course à pied seront demandés, les distances varieront selon la catégorie.
- Entretien individuel

Les pensionnaires peuvent rester licenciés dans leur club formateur.

Accessibilité

- Beauvais est à une heure de la région parisienne en voiture
- Gare
- Aéroport
- Bus.

Coordonnées

Aurélien Dubois

Tél : 06 28 01 21 74

Mail : aureliendubois0860@gmail.com