

# Saison 2020/2021



## Notre équipe

Président : Nil Favier

Membres du bureau directeur : Nil Favier, Laurent Delangue (Trésorier), Léonie Monstrelet (Secrétaire)

Nos encadrants :

Jérôme Cabaret, Eloïse Delecoeuillerie, Lydie Delecoeuillerie, Nil Favier, Jérôme Haudiquet et Léonie Monstrelet

## Nous contacter

Téléphone : 07 86 39 39 91

E-mail : [valaathlon@laposte.net](mailto:valaathlon@laposte.net)

Site : [www.valaathlon.fr](http://www.valaathlon.fr)

## Préinscriptions pour les jeunes

Salle Florence Arthaud à Lumbres (Maison des Associations) :

• 26/08/2020 de 19h00 à 20h00



## Partenaires



L'association Val'Aa'thlon – Swim, Bike, Run a été créée le 31 octobre 2017.

Elle a pour objet le développement et la pratique du triathlon et des disciplines enchaînées (Duathlon, Bike & Run, Swim & Run, Aquathlon, Raids multisports, etc).

## Valeurs et Objectifs



Val'Aa'thlon a à cœur de faire partager les valeurs positives du sport en général et du triathlon en particulier : goût de l'effort, tolérance, respect mutuel mais aussi et surtout plaisir. Cette notion de plaisir doit rester le cœur du club qui ouvre ses portes à tout le monde, jeunes et moins jeunes, débutants et confirmés. Chacun doit y trouver sa place, que l'on soit en recherche de pratique loisir, compétition ou même performance.



Afin de promouvoir le développement et la pratique sportive du triathlon et des disciplines enchaînées auprès du jeune public, Val'Aa'thlon a mis en place dès la saison 2018-2019 une « Ecole de Triathlon », aujourd'hui labellisée une étoile. Ainsi, nous pouvons accueillir les enfants dès l'âge de 6 ans. Au programme : Sauv'nage, apprentissage des 4 nages, technique cycliste et course à pied.



Val'Aa'thlon s'investi dans une mission de santé publique au travers du Label « Triathlon Santé ». Pour ce faire, l'association offre plusieurs créneaux spécifiques à cette pratique tous encadrés par un éducateur formé à ces enjeux.

## Val'Aa'thlon, vous accueille selon le planning suivant :

Jour	Horaire	Discipline	Groupes
Lundi	18h30 – 20h00	Course à pied	Adultes et jeunes (groupes Vidal et Lemaire)
Mardi	19h15 – 21h00	Natation	Adultes
Mardi	19h15 – 20h30	Natation	Jeunes (groupes Vidal et Lemaire)
Mercredi	17h15 – 18h30	Vélo et course à pied	Jeunes (groupes Trottin'Athlon et Vidal)
Mercredi	17h15 – 18h30	Vélo (PPG en hiver)	Jeunes (groupe Lemaire)
Mercredi	19h00 – 20h00	Course à pied et PPG/PPS	Adultes et jeunes (groupes Lemaire et Vidal)
Jeudi	7h00 – 8h30	Natation	Adultes confirmés
Samedi	8h00 – 9h30	Natation	Adultes et jeunes (groupe Lemaire)
Samedi	9h00 – 10h00	Natation	Jeunes (groupes Trottin'Athlon et Vidal)
Dimanche	9h00 – 12h00	Vélo	Adultes et jeunes (groupe Lemaire)

### Détails :

Groupe « Trottin'Athlon » : groupe compétition  
Groupe « Laurent Vidal » : groupe compétition  
Groupe « Lyn Lemaire » : groupe compétition

Tous les entraînements se déroulent à Lumbres.

Les séances de natation se déroulent à l'Aa piscine, avenue Bernard Chochoy.

Les entraînements en cyclisme et en course à pied ont pour point de départ le parking de l'ancienne piscine pour les adultes et les groupes Vidal et Lemaire.

Les entraînements des jeunes du mercredi ont pour point de rendez-vous le stade en herbe du marais ou à la salle de sport du LP (en cas d'intempéries).

Tous les entraînements sont encadrés par un bénévole de l'association titulaire d'un diplôme d'état et/ou un brevet fédéral de la FFTRI, FFN ou FFC.

Chaque entraînement est organisé par groupe de niveau et/ou d'objectif : Dans chaque discipline, les séances sont dispensées par groupes de niveaux et d'objectifs.

### Tarifs pour la saison 2020/2021\* :

#### Adultes :

Compétition : 160€, 150€ à partir du 2<sup>ème</sup> adulte inscrit au sein d'un même foyer

Loisir/Santé : 110€, 100€ à partir du 2<sup>ème</sup> adulte inscrit au sein d'un même foyer

Licence « Action » : 25€ (valable pendant quatre mois et seule fois)

#### Enfants :

Compétition : 90€, 70€ à partir du 2<sup>ème</sup> enfant inscrit au sein d'un même foyer

Licence « Action » : 25€ (valable pendant quatre mois et seule fois)

- Ces tarifs comprennent le coût de l'accès aux bassins pour les entraînements en natation.