



La News



Les J2, heureux de revenir à l'entraînement, tout en respectant les distances et les gestes barrières !

REPRISE DES ENTRAÎNEMENTS le 17 août, planning à venir !

LE MOT DU PRESIDENT

« Nous vivons une année pour le moins particulière pour toutes et tous et pour tout. En cela le sport n'échappe pas à cette vérité. Nous avons peu eu l'occasion de nous voir avant cet été il me paraît nécessaire de parler un peu de l'avenir.

Cet été d'abord, qui sera studieux pour certains des adultes et jeunes qui préparent différents championnats, sélectifs et échéances dans les différentes disciplines tel que le duathlon pour notre équipe de D2. Nous comptons tous sur vous et sur votre sérieux afin de porter dignement nos couleurs à la rentrée. En septembre ce sera l'occasion de nous recentrer sur la vie du club et d'un moment important de notre année, le week-end du Triathlon. Le samedi 5, la Triath'Elles et le dimanche 6, le Triathlon de Gravelines pour lesquels un appel à volontaire est lancé (Lien Doodle à retrouver sur le site Web du club, onglet « **Le Coin des Bénévoles** »). Vous le savez nous avons besoin de vous et de tous jeunes, adultes, parents et amis. Les événements sont importants pour faire vivre l'association. Dans cette news l'équipe communication présentera ses missions et vous trouverez multiples informations sur la vie du club. »

Jean Michel BUNIET

CAMION DU CLUB



Durant le confinement, le camion du club s'est refait une beauté ! Merci et bravo aux hommes de l'ombre pour le travail effectué et ce beau résultat !

• Développement communication

Une équipe s'est créée pour dynamiser et développer la communication du Club. Une adresse mail est disponible pour nous contacter et partager vos infos et retour sur les différentes compétitions:

communication@gravelines-triathlon.fr

• Déplacement Club

Le comité a décidé de maintenir le déplacement Club 2021 à Belfort. Plus d'informations sur le site:

<https://triathlondébelfort.fr/>

• Annulation SwimRun de l'Aa

Cette année le Swimrun de l'Aa n'aura pas lieu, en raison du calendrier très condensé des compétitions à venir. Rendez-vous en 2021 !

• Création Section Raid

Le collège Lucie Aubrac vient compléter les établissements partenaires, puisqu'il sera désormais rattaché au Club avec une dynamique autour du Raid et de la course d'orientation.

• Projet Immersive Room

Objectif du projet: Développer et faciliter la pratique des licenciés et non licenciés de la pratique du vélo Indoor. Informations à venir...

LE COIN DES ENCADRANTS

La saison 2019-2020 n'a finalement pas encore commencée sur le plan des compétitions car elles seront regroupées sur 3 mois et ce dès septembre. Sélectifs, championnats, évènement du club et compétitions d'animation s'enchaîneront tous les week-ends avec parfois des doublettes, triplettes. Nous nous adapterons, cela fait partie des qualités d'un athlète... Je tenais à remercier au nom du club tous les encadrants qui ont animé, encadré les jeunes le mercredi après-midi et notamment Cédric et David qui laisseront leurs places à la rentrée. La cohésion des encadrants est essentielle au bon fonctionnement du club, au plaisir des jeunes (compétiteurs ou non) et évidemment aux résultats qui en découlent. Vive la reprise !

Guillaume HENEMAN

Baby Tri

Reprise des sessions dès septembre, informations à venir...

J2 -Célia

En tant qu'étudiante en STAPS et triathlète depuis maintenant 9 ans dans ce club, être encadrante pour le groupe des J2 est pour moi l'opportunité de leurs transmettre tout ce que j'ai pu apprendre durant toutes ces années. Je ferais de mon mieux pour réaliser des entraînements qui leur feront prendre confiance en eux et qui les préparerons au mieux à la compétition. J'aimerais que durant les entraînements les jeunes prennent du plaisir et donnent le meilleur d'eux même. Je vous souhaite de bonnes vacances !

J4-5 – Guillaume

Quelle année particulière ! Le Covid aura eu de grosses répercussions sur la motivation, l'entraînement, les différents évènements auxquels nous devions être prêts et présents. Je tiens à féliciter les jeunes engagés motivés qui ont su se cadrer et suivre une belle dynamique malgré les contraintes. Dès mi-août, nous reprendrons les entraînements encadrés afin de préparer les prochaines échéances. Je suis pressé de travailler avec le groupe et souhaite la bienvenue aux nouveaux et aux jeunes montés de J4.

J1 – Myriam

Pressée de retrouver toutes les petites bouilles fin août pour aborder le week-end triathlon. Les activités reprendront sur la même base que l'an dernier avec notamment deux séances de natation et une séance d'enchaînement par semaine. Profitez bien de vos vacances.

J3- Dorothee

Référente du groupe J3 pour la saison 2020/ 2021, je souhaite vous entraîner du mieux possible pour vous donner le goût de l'effort et pour aborder les compétitions qui vont devenir de plus en plus importantes dans votre vie de jeunes triathlètes. Le sport doit également être un plaisir, mais on a rien sans rien ! Pour y arriver l'assiduité y est importante ! En J3 on vous demande de participer à au moins deux entraînements de natation, un de course à pied et un de vélo.

Afin de ne pas perdre vos acquis d'avant les vacances, n'hésitez pas à courir et rouler au moins 1 à 2 fois/semaine et de venir nager dès que possible au parc lors de la période estivale. Je vous souhaite de bonnes vacances et à très vite.

INSCRIPTIONS SAISON 2021

Une date sera prochainement communiquée pour les inscriptions (nouveaux licenciés) pour la saison prochaine.

LES CAPITAINES DES ÉQUIPES D2 / D3

Florent Lefebvre

"Grosse envie pour l'équipe de remettre des dossards ! Tout le monde s'entraîne dans le but de montrer haut les couleurs du club ! Merci au club et aux hommes de l'ombre pour le soutien (tenues/survêtements, camion, hébergement lors des compétitions ...)"



Margaux Bontant

"Malgré une année compliquée, les filles de l'équipe D3/D2 ont su se motiver en trouvant en chacune d'entre elles une force de motivation : objectif personnel ou cohésion de groupe ? L'équipe n'a rien lâché pour être prêtes lors des prochaines étapes en septembre et arborer les nouvelles tenues du club qui n'ont pas encore été utilisées en cette saison 2020."



LES PORTRAITS DE LA NEWS

VINCENT MARIETTE

46 ans / Marié / 2 enfants / Agent de maîtrise (Bac électrotechnique)
BAFA / Secourisme

« J'ai commencé le triathlon il y a 4 ans pour accompagner les jeunes le mercredi, puis j'ai intégré le groupe loisirs. Avant je pratiquais le football, j'ai connu le triathlon grâce à mon filleul.

Maintenant je m'entraîne régulièrement 2 à 3 CAP, 2 NAT et 1 sortie vélo par semaine. J'ai commencé par un format XS,

cela m'a donné envie de me surpasser. J'ai augmenté les distances et pourquoi pas aller jusqu'à l'Ironman dans quelques années. Pendant le confinement j'ai continué à m'entraîner dans ma piscine de jardin, sur home trainer, et en courant autour de la maison.

J'adore bricoler cela m'a permis de m'investir au sein du club en fabricant l'arche d'arrivée et "la machine à natation", équipement intérieur qui reproduit les mouvements de natation. J'essaie d'être présent un maximum au sein du club ainsi que ma famille lors des manifestations car l'esprit d'équipe est très présent à Gravelines Triathlon. Nous passons ainsi d'agréables moments. »



ADRIEN JACQUERIE

18 ans / 1m95 / Junior
Ex lycéen- Futur Etudiant / BNSSA

Je pratique le triathlon depuis la 6^{ème}, soit 7ans. J'ai commencé parce que j'aime courir et rouler, logique, mais aussi car je faisais de la natation avec des triathlètes du club l'année précédente (notamment Rayan Chachoua). Avant de faire du triathlon, j'ai fait divers sports comme du tennis, de la natation ou de l'athlétisme. Afin d'acquérir le meilleur niveau possible, j'entraîne hard every day, entre 10 et 15h par semaine, pour 20h au tri (se changer c'est long...). Le triathlon m'apporte principalement de la satisfaction personnelle mais j'ai choisi ce sport aussi pour nourrir mon esprit de compétition indéniable.



Malheureusement, étant donné que j'ai fait le choix de m'orienter vers des études de médecine après 3 années au lycée Notre Dame des Dunes à Dunkerque, je n'ai pas de grands projets sportifs, je vais essayer de rester compétitif sur les compétitions des environs dans un premier temps. J'ai tout de même réussi à aller chercher des résultats qui me satisfont jusqu'à présent : champion de France par équipe cadet en cross avec l'Elan 59 et en duathlon en 2019, des médailles par équipe sur les championnats de France de triathlon et duathlon et triathlon en 2018. Sur le plan individuel, j'ai fini 4^{ème} aux championnats de France de duathlon en cadet en 2019, fini 20^{ème} aux France de cross 2019 en cadet. J'ai gagné les Frances UGSEL de 2000m steeple et ai fini 3^{ème} aux France de cross avec le lycée l'année dernière. Je suis content d'avoir participé à plusieurs championnats de France et des D2 avec le club. Les déplacements sont à chaque fois bien huilés et fort sympathiques ! En effet, on passe de très bons moments au club comme lors des stages dans le Verdon qui sont une réussite avec les sorties vélos interminables, les natations glacées et les cap sous un soleil de plomb. On peut aisément dire que Gravelines triathlon est un club qui donne le meilleur pour ses licenciés, avec des personnes sympas et performantes.



RETOUR SUR L'AVENTURE DE JULIEN BARBEAU

Alors que le livre de cette incroyable aventure est en train de se refermer, Julien Barbeau se remémore ces 2 années incroyables.

- On est à l'été 2018, il vient de réaliser l'Ironman de Nice avec les ami(e)s de Gravelines Triathlon. Et en quelques jours la décision est prise: Chérie je vais traverser la Manche à la nage dans 2 ans, a t'il dit ! Il avait découvert la nage « sportive » seulement 2 ans auparavant en se mettant au triathlon pour préparer un Ironman. Le décor est planté, Julien Barbeau va s'attaquer à l'Everest de la natation, le mythe ultime. Il choisi de soutenir une association lors de cette aventure : l'association Ludo 62, qui dédramatise les séjours hospitaliers des enfants.



- C'est le 16 juillet 2020 que Julien a tenté la traversée de la Manche en maillot de bain. Départ à l'aube, les kilomètres s'enchaînent, sous une météo médiocre et une mer agitée. Malheureusement, il a été contraint d'abandonner après 7h45 d'effort, soit près de 24kms de nage. Julien n'a aucun regrets, il a donné le meilleur de lui-même, en puisant au plus loin de ses ressources. Cette belle aventure a permis, durant la préparation d'offrir une joëlette pour l'association Ludo 62 et de récolter près de 7000€.



- Des rencontres, du partage, de la solidarité au service d'une noble cause sont l'ADN de cette histoire, il n'oublie pas les nombreux partenaires qui ont rendu cela possible. Saupoudrez le tout de l'esprit Gravelines Triathlon et on obtient une aventure au goût savoureux dont il s'est délecté jusqu'au bout!

Il n'en a peut-être pas vraiment fini avec la Manche... à suivre.

TANDEM PARATRIATHLON

Au cours du mois de Juillet Olivier LYOEN et Antoine PÉREL ont participé à un stage de 10 jours avec l'équipe de France de paratriathlon.

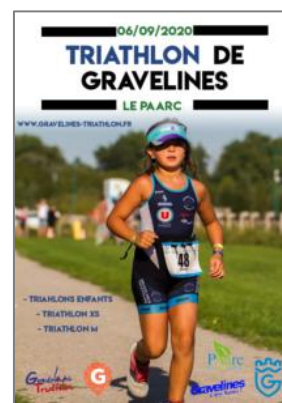


SWIMRUN

Deux belles victoires de nos Gravelinois (Rémi MARIETTE & Guillaume HENEMAN) sur le Swimrun Backwaterman (Autriche) et sur l'Otillo Engadin (Suisse).



ÉVÉNEMENTS À VENIR



NOS PARTENAIRES :



Merci à eux !

Région Hauts-de-France