

Centre d'Entraînement Départemental

BILAN ANNUEL 2010

4 ans au sein du comité départemental et en tant qu'entraîneur du Centre d'Entraînement.

Pas de grand changement de fonctionnement, mais enfin des certitudes d'aménagement horaire au sein du Lycée Agricole et un objectif ouvrir le centre d'entraînement aux cadets(tes) 1^{er} année avec la section sportive du collège de Vals les Bains...les contact sont pris !!!

Nombre de séances animées et de participants

Le nombre de séances est en moyenne de 7 par semaine, la participation des athlètes aux séances ne varie pas beaucoup des années précédentes. L'effectif permanent du CED est de 5 athlètes.

Pour la saison hivernale les séances tournent autour de la musculation, footing, piscine, et ski de fond...Les sites de pratiques sont axés autour de Dugradus, Ruoms, Vallon, le lycée Agricole, la piscine de Lablachère et bien d'autres, dès qu'ils permettent aux athlètes de progresser..

Déplacements CED et compétitions

- ✓ Descente SIR Sprint et classique - St Léonard des bois - 30 et 31 Janvier avec 3 athlètes.
- ✓ Slalom selection N3 Est - Dijon - 20 et 21 Mars avec 5 athlètes.
- ✓ Descente N1 Eyrieux - 8 et 9 Mai avec 4 athlètes.
- ✓ descente final N1 N2 et N3 sprint - Chateauneuf/Cher - 21, 22 et 23 Mai avec 3 athlètes.
- ✓ Slalom final N3 Est - Ancerville - 5 et 6 Juin avec 6 athlètes.
- ✓ Championnat Régional slalom - Vénéon - 26 et 27 Juin avec 3 athlètes.
- ✓ Stage régional préparation Championnat de France à Bourg St Maurice du 5 au 9 Juillet avec 3 athlètes de l'Ardèche.
- ✓ Championnat de France descente - Bourg St Maurice du 10 au 18 Juillet avec 5 athlètes.
- ✓ Stage Equipe Départementale Jeune - l'Argentière la Bessée - 21 au 24 Juillet avec 7 athlètes sélectionnés.
- ✓ Championnats de France slalom - Bourg St Maurice du 26 juillet au 1 Aout avec 2 athlètes.

Stages Jeunes du Comité

Stage de Pâques - 20 au 24 Avril - CREPS de Vallon.

Encadrement composé de Olivier Debaud et Maxime Clerin avec 15 stagiaires. Organisation d'un mini raid en collaboration avec les clubs de triathlon de Privas (responsable : Bruno Damiens) et de Raidlinks. Ce stage s'est terminé par la coupe des jeunes de Vallon pour laquelle l'ensemble des jeunes s'était bien préparé.

Stage de la Toussaint - 25 au 29 Octobre - St Pierre de Boeuf

Encadrement composé de Mickael (cadre du club VPA) et Maxime Clerin et l'intervention de Hippolyte Brunier et de William Gettcliffe, athlètes du CED, avec 10 stagiaires. Un stage avec un maximum de navigation en slalom sur le bassin de St Pierre. En plus du bateau, une course d'orientation et une activité « surprise » avec une demi journée de nage en eaux vives (Hydrospeed) et de rafting, ont été organisés. Les stagiaires étaient des clubs de l'Eyrieux, de Tournon, Bourg St Andéol et de Vallon Pont d'Arc.

Stages de formation des cadres

Stage Initiateur du 22 au 26 Février, au CREPS de Vallon

5 participants, composé de jeune de l'Ardèche, représentants les clubs de l'Eyrieux et de Tournon et d'un jeune du club de Vienne (Thomas Neime). Des stagiaires qui ont un bon niveau d'entrée en bateau, mais avec qui il y a eu un gros travail sur les pagaies couleur et leurs principes.

Stages équipe départementale

L'Argentièrre la Bessée du 21 au 24 Juillet 2010

Athlètes : Maxime Lemorvan, Antoine Rudeau, Christelle Channac, Guillaume Jardin, Paul Nouri, Thomas Albert-Brunet.

Hébergement au camping de l'Argentièrre.

Planning navigation :

- 1er jour : technique eaux vives.
- 2ème jour : matin bassin de St Clément jeu dans les vagues et après-midi technique eaux vive bassin de l'Argentièrre.
- 3ème jour : idem
- 4ème jour : matin bassin de l'Argentièrre technique porte.

Conclusion :

Le stage de l'Argentièrre avec deux bassins permet à chacun de s'exprimer, de naviguer avec des contraintes techniques différentes.

Beaucoup d'eau sur le bassin de l'Argentièrre, ce qui n'a pas rendu facile la navigation mais a permis à quasi l'ensemble des athlètes de beaucoup progresser dans l'engagement eaux vives.

Une vie de groupe très agréable avec un repas surprise Hamburger maison, frites... pas facile en camping mais très sympa.

Autres actions

Marathon de l'Ardèche

Responsable, en collaboration avec Marc Chailan, de la partie sportive du Marathon . Deuxième année que je donne le départ des K2 du Marathon International de l'Ardèche, toujours aussi impressionnant... Des soucis de micro au départ du Challenge, ce sera sûrement mieux l'année prochaine.

Stage Haute Rivière

Prévu du 1 au 4 juillet en Italie, n'a pas eu lieu faute d'un nombre de participants suffisant. Dommage c'était quand même une demande des clubs alors ???.

Formation UF 9, mais cette fois si en tant que formateur...

J'ai travaillé pour le CREPS en tant que formateur pour l'UF9 en Corse. Une expérience très intéressante et enrichissante.

Partenariats

CRC reste le 1^{er} partenaire des athlètes du centre d'entraînement.

Lycée Olivier de Serre continu à nous soutenir dans notre démarche d'aménagement horaire des jeunes du centre et dans notre démarche de préparation sportive, avec prêt de la salle de musculation et le matériel de ski de fond aux athlètes du CED.

Adhésion du Lycée Gimond à la charte de partenariat. A faire évoluer dans le sens de ce qui est fait avec Olivier de Serres.

Et bien sur on ne peut pas oublier le **Conseil général** qui est notre 1^{er} partenaire financier.

Divers...

Participation à différentes réunions

Réunion Marathon

Réunion sécurité Marathon

Espoirs départementaux

Soirée Club Sport Ardèche - Espoirs départementaux

Résultats des athlètes

7 sélections aux championnats de France

Théo Moquet termine 4^{ème} en sprint et 7^{ème} en classique.

Lois Guillermond termine 21^{ème} en sprint et 42^{ème} en classique.

Hippolyte Brunier termine 14^{ème} en sprint et dessale en classique (il termine mais très loin) et 65^{ème} en slalom avec malheureuse un très grosse erreur en deuxième manche.

La saison 2009/2010

Une nouvelle saison commence avec l'équipe :

Avec malheureusement le départ de Lisa DUCROS, qui met la priorité aux études avec le BAC S en fin d'année.

Ainsi qu'Antoine Lhermitte qui est parti vers un lycée privé, et n'a plus le temps de s'entraîner.

L'équipe au centre se compose donc de :

Théo MOQUET

Du club de Vallon pont d'Arc, il passe junior 2, avec des objectifs de sélection aux mondiaux juniors en descente et bien sur aux championnat de France de descente. Il n'abandonne pas le slalom mais fera le minimum pour essayer d'aller au France. Actuellement il est 40^{ème} en slalom, mais surtout 2^{ème} au classement en descente.

Hippolyte BRUNIER

Du club de l'Eyrieux, il passe junior 1^{ère} année, a fait une belle saison même si les résultats ne sont pas très éloquentes. Il a été sélectionné dans les 3 disciplines. Il est actuellement 77^{ème} en slalom et 42^{ème} en descente au classement national.

Et nos deux nouveaux :

William Gettliffe du club de Tain Tournon est junior 1^{er} année. Il est au lycée Agricole en 1^{er} S. Il est plutôt axé sur le slalom, et vise la N2, avec une sélection au France qui sera difficile à aller chercher, mais il est sérieux à l'entraînement. Nous verrons bien après 1 an au Centre...

Actuellement, il est 81^{ème} en slalom et 56^{ème} en descente

Christelle Channac du club de Vallon Pont d'Arc, elle est cadette 2, est au Lycée Agricole en seconde générale. Elle a un petit niveau général. L'objectif pour Christelle est de progresser au maximum tant en bateau qu'en PPG (préparation physique générale).

Actuellement elle est 97^{ème} en slalom et n'est pas encore classée en descente.

Maxime Clerin