

MONTPELLIER TRIATHLON

551 rue Métairie  
de Saisset  
34070 MONTPELLIER

04.67.99.39.63

[contact@montpelliertriathlon.com](mailto:contact@montpelliertriathlon.com)  
[www.montpelliertriathlon.com](http://www.montpelliertriathlon.com)

N°SIRET :

39353541400022

APE : 926C

Agrément jeunesse et sports :

03404ET0060

# PRESENTATION

## Sections « sport-études triathlon »

### Collège / Lycée

#### SAISON 2021-2022

Les sections sport-études sont destinées aux triathlètes souhaitant s'investir dans une pratique sportive intensive et quotidienne tout en menant un cursus scolaire de qualité.

Les deux partenariats scolaires signés avec l'association sportive du MAT sont :

- Le Collège Saint Françoise d'Assise
- La Cité Scolaire d'Excellence Françoise Combes (Collège et Lycée)

Les deux établissements sont situés proche du centre-ville de Montpellier et sont desservis par les transports en commun (tram et bus). Les lieux d'entraînement (piscines, stade, salle de sport) sont également proches d'un arrêt de tram ou de bus. Par conséquent, les trajets entre les lieux d'entraînement et l'établissement scolaire sont facilités et peuvent se faire en tram/bus puis à pied.

# PROJET SPORT-ETUDES

## TRIATHLON

### LES OBJECTIFS :

- Réussite sportive & scolaire
- Epanouissement & plaisir
- Régularité & progression
- Compétition & performance

### LES CRITERES D'ENTREE :

- Projet sportif défini et objectifs clairs
- Motivation du triathlète
- Résultats scolaires
- Sous conditions de niveau et de résultats sportifs
- Investissement et autonomie

NIVEAU SPORTIF REQUIS	COLLEGE	LYCEE
Points class triathlon	100 pts minimum	120 pts minimum
Temps natation minimum	3'14/200m (F) 3'03/200m (G)	2'47/200m (F) – 2'38/200m (G) ou 5'45/400m (F) - 5'18/400m (G)
Temps course minimum	4'07/1000m (G) 4'29/1000m (F)	3'59/1000m (F) - 3'30/1000m (G) ou 6'03/1500m (F) / 5'15/1500m (G)

### LES EXIGENCES :

- Assiduité aux entraînements, compétitions, stages
- Comportement (implication, rigueur, motivation)
- Capacité à s'entraîner 5 à 6 jours/7
- Implication dans l'entraînement mental
- Capacité à s'intégrer dans un groupe sportif
- Participation obligatoire aux compétitions (duathlon, aquathlon et triathlon)

# PLANNING\*

## EMPLOI DU TEMPS COLLEGE

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
07:00						
07:30		Déplacement	Déplacement	Déplacement	Déplacement	
08:00						
08:30						
09:00	Déplacement					
09:30						Cyclisme Multi-enchaînement Kinkin
10:00						
10:30						
11:00	COLLEGE	COLLEGE	COLLEGE	COLLEGE	COLLEGE	
11:30						
12:00						
12:30						
13:00						
13:30						
14:00						
14:30						
15:00						
15:30						
16:00	Déplacement	Déplacement	Déplacement	Déplacement	Déplacement	
16:30	Natation	Course à pied Stade	Natation	Natation	Natation	
17:00						
17:30						
18:00						
18:30						
19:00						

## EMPLOI DU TEMPS LYCEE

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
07:00		Natation	Natation	Natation	Natation	
07:30						
08:00		Déplacement	Déplacement	Déplacement	Déplacement	
08:30						
09:00						
09:30						
10:00						Cyclisme Kinkin
10:30						
11:00						
11:30	LYCEE	LYCEE	LYCEE	LYCEE	LYCEE	
12:00						
12:30						
13:00						
13:30						
14:00						
14:30						
15:00						
15:30						
16:00	Déplacement	Déplacement	Déplacement	Déplacement		
16:30	Natation	Course à pied Philippides	Cyclisme + PPG Training Go	Course à pied Philippides		
17:00						
17:30						
18:00						
18:30						
19:00						
19:30						

\*Ces deux plannings sont pour le moment provisoires, dans l'attente de validation des créneaux par la métropole de Montpellier.

# PARTENARIATS

## COLLEGE ST FRANÇOIS D'ASSISE (Collège Privé)



*Aménagements scolaires / Proche arrêt de tram*

*<https://www.sfa34.fr/>*

### Démarche d'inscription en sport-études au collège St Françoise d'Assise :

- 1) Prendre contact avec le collège le plus rapidement possible (inscriptions ouvertes depuis octobre 2020)
- 2) Demander à intégrer la section sport-études triathlon du Montpellier Triathlon
- 3) Retirer le dossier d'inscription du collège
  - a. Joindre au dossier l'attestation du MAT (à demander auprès de Pauline MORIER).
  - b. Noter dans le dossier qu'il s'agit d'une inscription en classe à horaires aménagés.
- 4) Renvoyer le dossier au collège avec les pièces demandées.
- 5) Le club transmet au collège la liste des triathlètes qui intégreront le sport études collège.

## CITE SCOLAIRE D'EXCELLENCE FRANÇOISE COMBES (Collège et Lycée Public)



*Internat semaine / Aménagements scolaires / Proche Stade Philippidès et arrêt de tram*

*<https://cite-scolaire-reussite.ac-montpellier.fr/>*

**Portes ouvertes : mercredi 14 avril 2021**

### Démarche d'inscription en sport-études collège ou lycée à Française Combes :

- Le club transmet au lycée la liste des triathlètes qui font la demande pour intégrer le sport-études.
- L'établissement valide les candidatures en informant le club.
- L'élève fait la demande d'inscription via la procédure classique par internet.
- L'élève s'inscrit à l'établissement (collège ou lycée) sur place fin juin 2021.

# LIEUX D'ENTRAÎNEMENTS

## PISCINE CARON



## PISCINE BERLIOUX



## PISCINE NEPTUNE



**Accès tram ou bus pour toutes les piscines  
(10 à 20min des établissements scolaires)**

## SALLE DE SPORT TRAINING GO



**Accès tram ou bus (20min)**

## STADE PHILIPPIDES



**Accès à pied, tram ou bus (10min)**

## ROUTES DE L'HERAULT

