



# Présentation Centre Régional d'Accession Nationale



LIGUE RÉGIONALE DE  
**TRIATHLON**

CENTRE - VAL DE LOIRE

Rentrée septembre 2026



#### 4 NIVEAUX DE STRUCTURES :

ACCESSION TERRITORIALE  
 ACCESSION NATIONALE  
 EXCELLENCE RELEVÉ  
 EXCELLENCE SENIOR

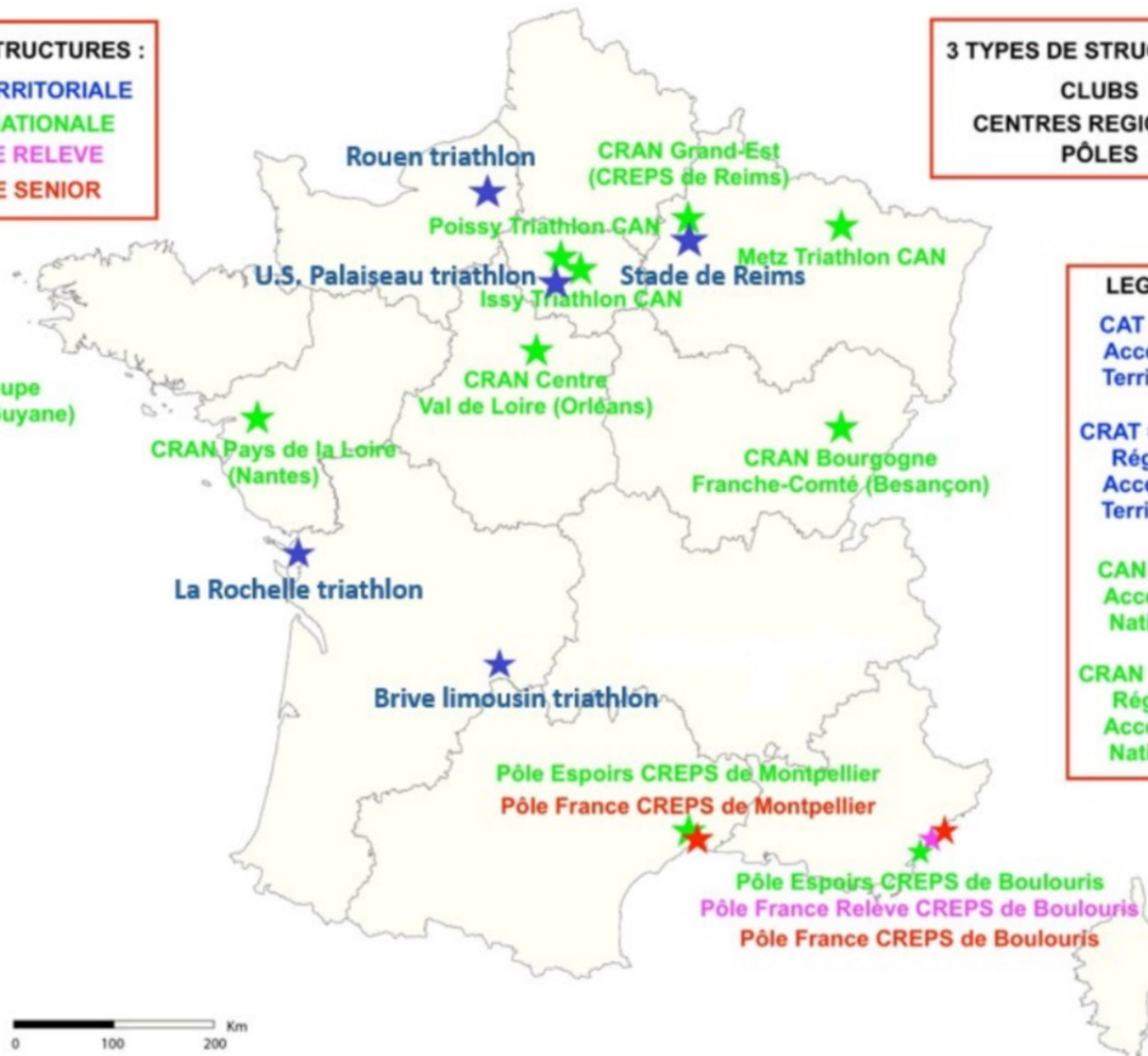
#### 3 TYPES DE STRUCTURES :

CLUBS  
 CENTRES REGIONAUX  
 PÔLES

## Le P.P.F. de la FFTRI

\*[Source doc P.P.F.  
2021-2025](#)

CRAN Guadeloupe  
(CREPS Antilles-Guyane)



#### LEGENDE

CAT = Club  
 Accession  
 Territoriale

CRAT = Centre  
 Régional  
 Accession  
 Territoriale

CAN = Club  
 Accession  
 Nationale

CRAN = Centre  
 Régional  
 Accession  
 Nationale

Le Centre Régionale d'Accession Nationale d'Orléans (C.R.A.N.), est intégré au Projet de Performance Fédéral (P.P.F.) et ce depuis sa création. Il fait partie du programme d'accession au haut niveau, comme les autres C.R.A.N. et les Club d'Accession Nationale. L'échelon supérieur est le programme d'excellence sportive, composé des Pôles France Relève.



## **Les Objectifs du CRAN**



La politique sportive de la Ligue du Centre-Val de Loire de Triathlon a comme objectif d'offrir aux meilleurs jeunes athlètes un centre régional permettant d'allier cursus scolaire et pratique du Triathlon, afin de favoriser l'accès au sport de haut niveau.

**Cette structure est prête à accueillir sa 10<sup>ème</sup> promotion !**

Ce centre est dirigé et coordonné par le Conseiller Technique : **Mathieu Badelier.**

Le CRAN est une structure labellisée au sein du Programme d'Accession de la FFTRI, tout comme le sont les Clubs d'Accession Nationale. Il respecte un cahier des charges précis et une éthique claire en proposant :

- de bénéficier d'un aménagement d'horaires scolaires,
- de bénéficier d'un suivi scolaire, sportif et médical,
- de pratiquer le Triathlon, **sans quitter son club d'appartenance.**

Alors, pourquoi se priver, « les clubs ne perdront pas leurs athlètes ». Bien au contraire, le suivi proposé par le CRAN leur permettra de récupérer des athlètes d'un meilleur niveau sportif, mieux armés dans leur vie présente et future !

**Nicolas Hay**

*Président de la Ligue du Centre-Val de Loire de Triathlon*



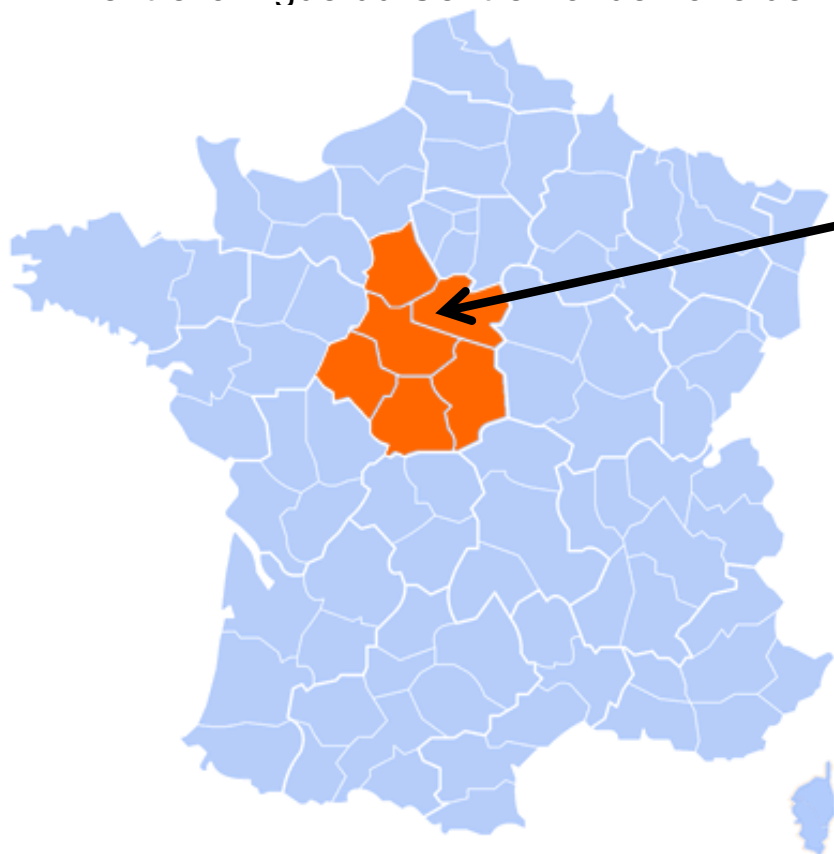


## **Les missions du CRAN**

Le CRAN de la Ligue du Centre-Val de Loire de Triathlon a pour missions principales:

- la formation scolaire et/ou professionnelle,
- l'entraînement des jeunes athlètes (en classe de lycée, voir universitaire).

Tous sont scolarisés et peuvent bénéficier d'horaires aménagés, grâce aux conventions passées entre la Ligue du Centre-Val de Loire de Triathlon et le lycée Voltaire d'Orléans.



La ville d'Orléans est située à 1h de Paris, et constitue un point central de la région Centre Val de Loire, et de l'hexagone. Orléans est desservie par le train (1h de Paris) et les autoroutes A10 et A71.

C'est aussi une cité scolaire et universitaire offrant la possibilité de suivre la quasi-totalité des formations post-bac.





## **Dispositif du Lycée Voltaire**

Entrainement  
sportif

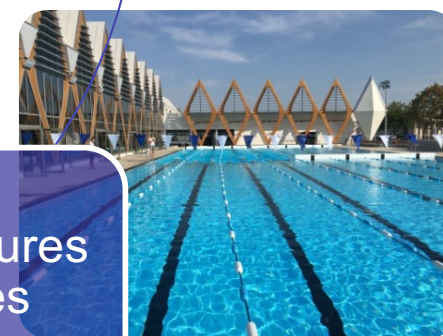
Suivi médical

Hébergement

Athlètes

Suivi scolaire

Infrastructures  
sportives



***L'Athlète au centre du dispositif pour mener son projet!!!***



## **L'hébergement au lycée Voltaire**

L'internat offre un accueil aux sportifs qui leur permet de poursuivre en parallèle leur pratique sportive et une scolarité dans de bonnes conditions. Ils bénéficient d'un encadrement individuel et collectif assuré quotidiennement par les surveillants.

**L'internat a une capacité de 320 lits, 20% des places sont occupées par des sportifs en structure. Les chambres sont individuelles, doubles ou triples.**

Ses chambres sont meublées (bureau, lit, armoire, étagères), et disposent soit de douche privative, soit de douche partagée.

L'ouverture du nouvel internat en octobre 2019 est un confort supplémentaire dans la vie des lycéens.



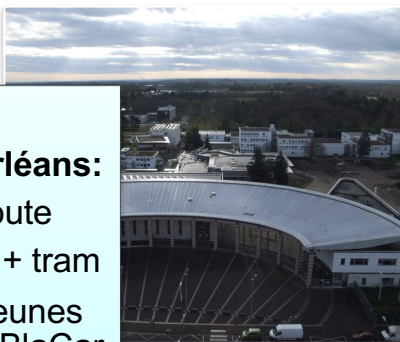




## L'hébergement

### Accès à Orléans:

Par la route  
Par le train + tram  
Certains jeunes  
utilisent BlaBlaCar



### Accès Internat:

Arrivée: Dimanche  
soir 20-21h ou  
Lundi 18h  
Départ: Vendredi  
matin 7h45



**Coût: environ**  
1600€ à 2200€, et  
ce fonction du  
revenu familial



### Horaires de vie de l'internat :

Sortie les matins  
7h45  
Entrée les soirs  
18h (sauf  
dimanche)



### Contraintes :

Pas d'internat les  
vendredi et samedi  
soir possible



### Le +:

Familles d'accueil  
sur Orléans,  
capables de pallier  
des besoins  
ponctuels lors de  
week-ends







## **Le suivi scolaire**

Les sportifs disposent d'un suivi scolaire réalisé par le CPE, chargé d'aménager les emplois du temps, de suivre leur évolution et mettre en place des tutorats si besoin.

Une étude surveillée obligatoire avec aide aux devoirs de 20h à 21h est en place au sein de l'internat.

Pas de dispositif particulier mis en place pour les triathlètes cette année, mais possibilités d'orientation vers des aides lors d'heures de permanence (soutien d'anglais par exemple).

### **Contrainte:**

En cas de difficultés, et dispositif spécifique, les heures de sport ne sont plus prioritaires





## **Le suivi médical**

Le suivi médical est assuré par l'antenne de médecine du sport au CHU Orléans, à 2km du lycée Voltaire.

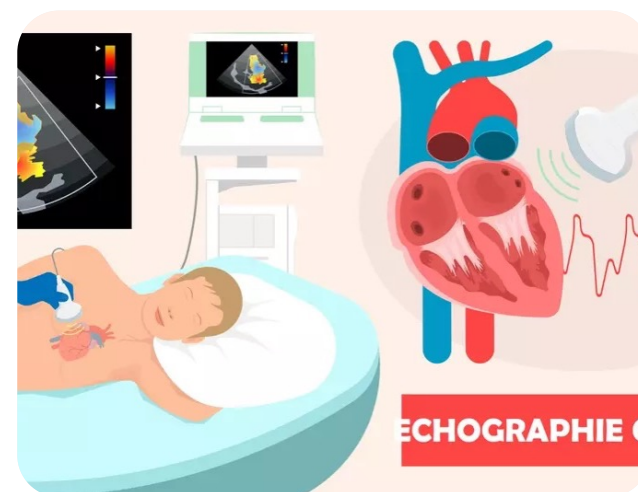
L'équipe pluridisciplinaire de professionnels de la santé en charge du suivi est composé de:

- Médecins du sport, Cardiologues du sport, Radiologue, Diététicien, Kinésithérapeute, Psychologue, Podologue.

Le service médical assure **deux missions** :

- ⇒ Les soins et le suivi journalier des blessures, des différentes maladies et du bien-être du sportif.
- ⇒ La surveillance médicale réglementaire (athlètes sur listes ministérielles)
- ⇒ La surveillance médicale fédérale (athlètes non listés)

Le kinésithérapeute intervient de façon hebdomadaire au sein du lycée (lundi et mercredi).





## **Le suivi médical**



### **Ce qui est mis en place systématiquement:**

Bilan médical complet  
Test effort  
Sérologique  
Echocardiographie cardiaque à l'entrée au CRAN  
Bilan postural kiné  
Bilan diététique  
Bilan psychologue du sport  
Bilan podologue  
Suivi kiné hebdomadaire



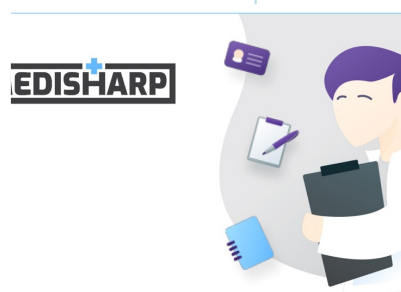
### **En cas de besoin et/ou demande:**

Suivi ostéopathe  
2<sup>nd</sup> bilan médical complet  
Suivi podologue  
Suivi gynécologue  
Suivi diététicien



### **Contraintes:**

Heures de cours ou de sports annulées



### **Obligations réglementaires administratives:**

Décharge de responsabilité parentale pour les visites  
Être en possession de leur carte vitale / moyen de règlement  
Dépôt des bilans médicaux sur medisharp





## **Les infrastructures sportives**

Piscine, piste d'athlétisme, salle de musculation, parcours vélo, forêt, base de loisirs de l'île Charlemagne...



Piscine de la Source, bassin de 50m, 8 lignes d'eau, 50m du lycée



Piste d'athlétisme de 400m, située à 200m du lycée



Parcours vélo, VTT, pédestre en Sologne à 1km du lycée



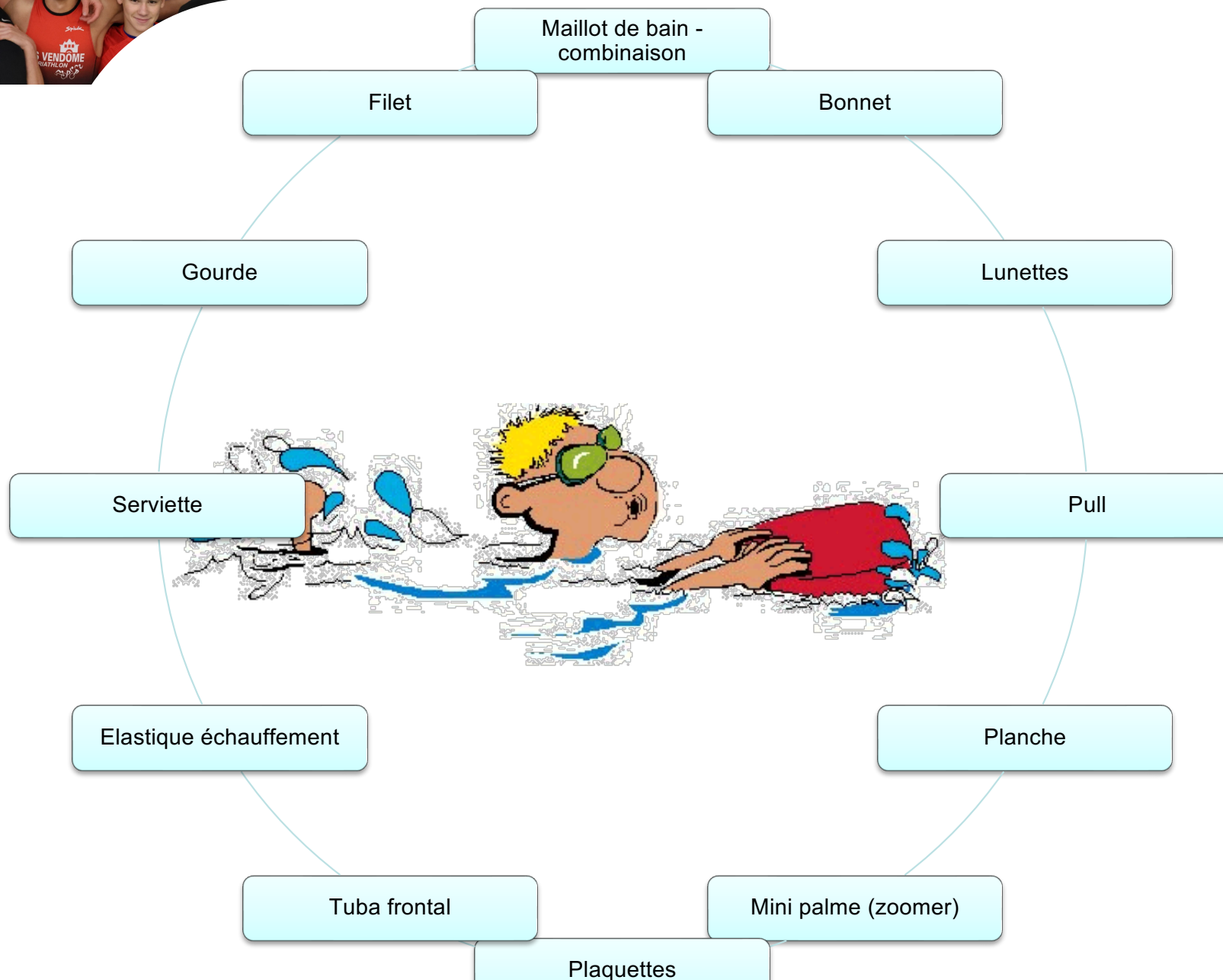
Salle de musculation, au sein du lycée



Nage en eau libre à l'île Charlemagne, accessible de mai à septembre, situé à 15' du lycée



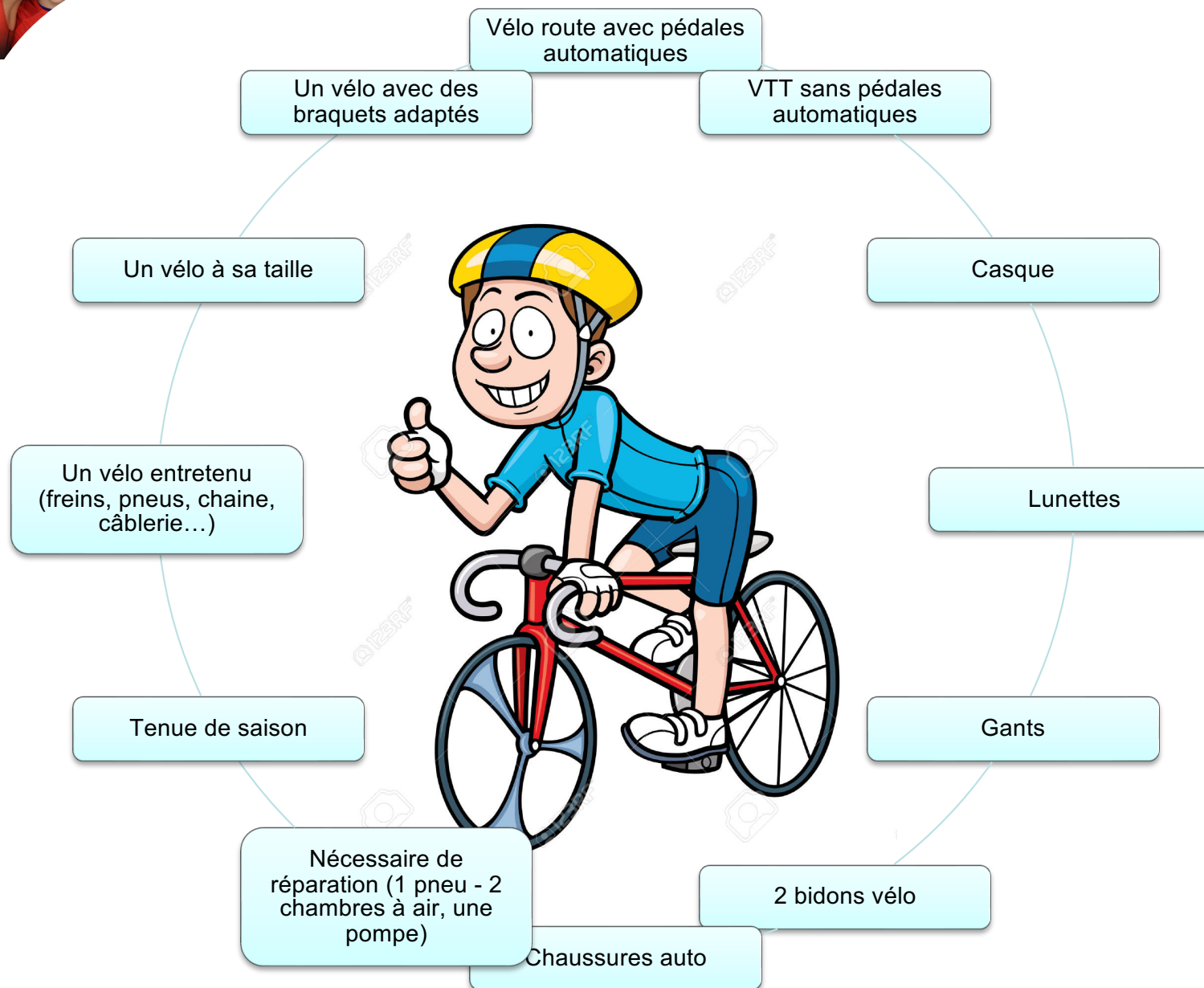
## *Le matériel sportif*







## Le matériel sportif







## Le matériel sportif





## Le + du sportif





## **L'entraînement hebdomadaire**

EMPLOI DU TEMPS PREVISIONNEL *						
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Natation de 16h30 à 18h30	Natation de 7h30 à 9h	14h à 18h: Fonction des périodes: Vélo / Cap / PPG / Natation (possible)	Natation de 7h30 à 9h	Natation de 16h30 à 18h30	En structure club, programme défini avec l'entraîneur du CRAN en lien avec l'entraîneur du club	
	Cap / PPG 16h15 à 18h30		Vélo / Cap 16h15 à 18h30			

\* Sous réserve de condition de faisabilité par le lycée et ce fonction des options d'études – aménagement complémentaire via des cours par le CNED



***Les plus pour développer son autonomie dans sa pratique:***

- ***Formation de secouriste (PSC1, PSE1, BNSSA)***
- ***Formation aux brevets fédéraux pour ces jeunes (BF1, BF2).***





## **Les stages d'entrainements**

- 4 semaines de stage par ans sur 5 à 8 jours



Stage toussaint avec  
une structure PPF  
club



Stage février avec le  
collectif Cœur de  
France en Région



Stage avril avec une



Stage juillet avec le



## *Le suivi d'entraînement*

### UTILISATION DE PLAYSHARP

C'est une plateforme numérique de planification et suivi de l'entraînement.







## Le suivi d'entraînement



Les besoins ?

- un smartphone
- une montre connecté



Création d'un  
agenda partagé





## Le staff technique

Coordinateur

Mathieu Badelier



Entraîneur  
principal

Théophile Canet



Entraîneur  
partenaire -  
section  
natation<

Vincent  
Hurel



Entraîneur  
partenaire -  
pôle espoir  
athlétisme

Yannick  
Golliot



Entraîneur  
partenaire -  
fédération  
Japonaise de  
Triathlon

Hideo Fukui





## **Le staff technique**



***L'entraînement mentale faisant partie des compétences à développer pour un jeune sportif, le CRAN ce voit accompagné depuis septembre 2024 d'une préparatrice mentale.***

- des temps collectifs peuvent être mise en place
- de la prépa mentale intégré aux séances
- un suivi personnel - individualisé et organisé en fonction des résultats sportifs du jeune et de son investissement dans son projet,

**Préparatrice  
Mentale**

**Liliane  
Armada**





### **L'objectif:**

*-La performance de l'athlète est au cœur du projet*

### **Priorité à quoi, et pourquoi???**

A vous de choisir, ou presque... mais on est là pour vous rappeler le chemin! La bonne direction et les choix à faire!

### **Les obligations!**

Vis-à-vis de moi-même et de mon engagement dans ce projet

Sans oublier : la structure, l'établissement, mon club... et ma famille, mes amis...



**Concrètement**

Compétitions  
intermédiaire  
défini en  
amont

Stage des  
vacances  
obligatoire

Championnat  
nationaux de  
Duathlon –  
Triathlon –  
Aquathlon et  
ses sélectifs





## Le financier



### **Qui paye quoi?? Et combien?**

Une adhésion est demandée à l'entrée du CRAN, couvrant une partie des frais de l'année, mais lesquels?

- L'encadrement
- Le matériel pédagogique
- Les stages vacances / week-end
- L'accès aux infrastructures
- La licence de natation ECO Natation
- Le bilan et suivi médical

Une très grande partie du dispositif est financé par : des fonds propre de la Ligue – le soutien de la Région Centre Val de Loire – la FFTRI – l'ANS



Tarif de l'adhésion : <i>(sous réserve validation CA Ligue)</i>	
Licenciés de la Ligue	Licenciés hors Ligue
1 400€	1 800€

*Le tout est à régler par les familles, le club, comités départementaux, ligue...*



### **Il reste encore... :**

- Les frais de déplacement
- La licence de triathlon
- Le matériel
- Les frais médicaux supplémentaires
- L'internat et pension complète / ou ½ pension
- Les inscriptions et déplacements aux compétitions
- Les tenues sportives
- Les collation hors repas



## **Les jeunes en terminale**



**VICTORIA BLANCHE**

16 ans

Licencié au TC Joué-lès-Tours

3ème année au CRAN



**MAËL DAVOURIE**

16 ans

Licencié au TC Joué-lès-Tours

3ème année au CRAN





## *Les jeunes en première*



**PAULINE SOARES**

16 ans

Licencié au Vendôme Triathlon

2nd année au CRAN



**CHLOE ROBERT**

16 ans

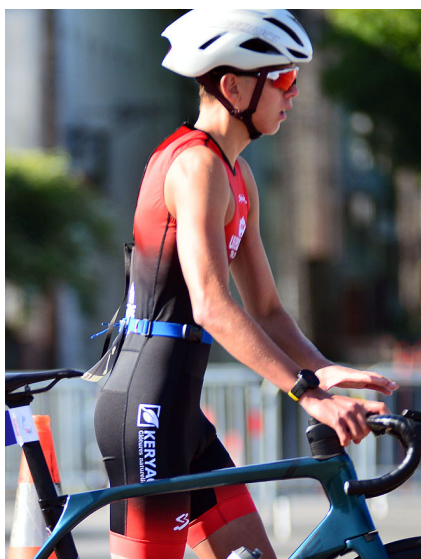
Licencié au Vendôme Triathlon

2nd année au CRAN





## Les jeunes en seconde



**ALEX COLLART**

15 ans

Licencié au Vendôme Triathlon

1ère année au CRAN



**BASILE LELARGE**

14 ans

Licencié au Vendôme Triathlon

1ère année au CRAN



**JULES BOUVIER MARTIN**

15 ans

Licencié au SAS Triathlon 37

1ère année au CRAN



SAINT-AVERTIN SPORTS  
TRIATHLON







## **Les partenaires d'entraînements**

Nous faisons bénéficier à plusieurs jeunes, le partage de certaines séances du CRAN. Ces jeunes sont issus de différents clubs de la région, où hors région.

Les objectifs:

- Créer une émulation plus importante sur certaines séances,
- Favoriser des jeunes d'un bon niveau de la région, d'avoir une continuité dans leur pratique,
- Susciter des vocations d'encadrements, auprès des jeunes en filière STAPS,

A + long termes:

- Permettre aux athlètes du CRAN de continuer leur double projet,
- Amener une dynamique sportive forte au sein d'un collectif régional,
- Mettre en place des formations d'entraîneurs autour de la structure,



## **Les pensionnaires dans l'histoire du CRAN :**

NOM	PRENOM	ANNEES AU CRAN	CLUBS
DE POORTER	Ines	2016-19	ENDURANCE 72
WAINWRIGHT	Milly	2016-18	TRISUD18
BERTHOMIER	Justine	2016-19	TCCM36
LUCET	Juliette	2017-21	STADE POITEVIN
FICHAUX	Audrey	2017-21	OAT – TCCM36
JARRAR	Emira	2018-19	TCCM36
COQUAND	Loane	2019-2022	C'CMTRI - SAS TRI 37
BERTHEAU	Elia	2020-2023	BOURGES TRI
GAUDRON	Albane	2021-2024	C'CMTRI – BOURGES TRI
GIRARDEAU	Camille	2022-2023	ST Laurent Nouan Tri
DULUARD-PROLY	Jeanne	2022-2024	SAS TRI 37
JOUCQ	Lucie	2023-2025	TC JOUE LES TOURS
BLANCHE	Victoria	2023-aujourd'hui	TC JOUE LES TOURS
SOARES	Pauline	2024-aujourd'hui	ASPTT36 – VENDOME TRI
ROBERT	Chloé	2024-aujourd'hui	St Laurent Nouan – VENDOME Tri

NOM	PRENOM	ANNEES AU CRAN	CLUBS
LUIS	Julien	2016-18	TC JOUE LES TOURS
LUIS	Matthieu	2016-19	TC JOUE LES TOURS
ENGELHARD	Félix	2017-20	OAT
LEFER	Corentin	2017-18	VENDOME TRI
POULIN	Valentin	2018-21	AC ROMORANTIN – TCCM36
BARBEY	Mathieu	2018-19	TC JOUE LES TOURS
CHARPENTIER	Lucas	2018-19	C'CMTRI
HAVET	Timéo	2019-2022	C'CMTRI - SAS TRI 37
CAO SILLIAUME	Gabriel	2019-2022	SAS TRI 37
ABASSI ROUAULT	Merwann	2019-2022	C'CMTRI - SAS TRI 37
SOARES	Léo	2020-2023	ASPTT36
ELIAS-MENET	Alexandre	2020-2021	LA BRIE FRANCILIENNE
BESSON	Achille	2021-2023	ASPTT36
ROBERT	Cyprien	2022-2024	ASPTT36
RASSINEUX	Adel	2022-2024	ASPTT36
CAILLE	Elliot	2023-2024	TC JOUE LES TOURS
DAVOURIE	Maël	2023-aujourd'hui	TC JOUE LES TOURS
COLLART	Alex	2025-aujourd'hui	VENDOME TRI
BOUVIER MARTIN	Jules	2025-aujourd'hui	SAS TRI 37
LELARGE	Basile	2025-aujourd'hui	VENDOME TRI





## **Les candidatures**



- Sur dossier scolaire (Bulletin de l'année et N-1)
  - Sur dossier sportif
  - Sur dossier médical
  - Entretien individuel

***Dossier de candidature auprès du CTL***

**Pour tout renseignement, contactez la Ligue du Centre-Val de Loire de Triathlon:**

**LIGUE DU CENTRE-VAL DE LOIRE DE TRIATHLON**

Mathieu Badelier

1240 rue de la Bergeresse,

45160 OLIVET

**<http://www.triathlon-centre.org/>**

Ou directement son Conseiller Technique

**Mathieu Badelier au: 06.37.98.11.75 / [ctl.triathlon.centre@gmail.com](mailto:ctl.triathlon.centre@gmail.com)**



## Les partenaires

