



TESTS DE DETECTION ET D'ENTREE
AU CENTRE D'ENTRAINEMENT FEDERAL
14 DECEMBRE 2024

Nous avons le plaisir de vous annoncer l'organisation d'une **journée de détection et d'entrée au Centre d'Entraînement Fédéral**, prévue le **14 décembre 2024**. Les athlètes sélectionnés lors de cette journée intégreront le centre à partir de janvier 2025 pour débiter un programme d'entraînement adapté à leurs besoins et objectifs.

Le Centre d'Entraînement Fédéral de la Fédération Tahitienne de Triathlon est une structure dédiée à l'accompagnement et au développement des jeunes triathlètes à potentiel. Il offre un cadre optimal pour allier performance sportive, suivi personnalisé et progression technique avec un suivi et une offre de pratique adaptée aux projets sportifs des jeunes triathlètes.

Intégré à notre stratégie de développement du triathlon en Polynésie via notre projet de performance fédéral, ce centre s'adresse aux jeunes triathlètes compétiteurs souhaitant atteindre leur plein potentiel.

Vous retrouverez toutes les informations concernant le Centre d'Entraînement Fédéral dans le document ci dessous.

Athlétisme	Natation
Rdv 9h au stade Pater	14h rdv à la piscine pater
Briefing à 9h15 à l'intérieur	Échauffement dans l'eau de 14h15 à 14h30
Échauffement de 9h30 à 9h55	Début des séries à 14h35
Début des séries à 10h	Fin des séries à 15h10 max
Fin des séries à 10h30, retour au calme	Bilan/ débriefing/ remerciements de 15h10 à 15h20
Fin 10h45	Entretiens dans la foulée ou ultérieurement. En fonction du contexte.



Catégories d'âge	Distance et temps CAP		Distance et temps Nat	
Benjamin 2 à Minime 2	1500m		400m	
	H : 5'30"	F : 5'55"	H : 5'45"	F : 6'15"
Cadet 1 à Junior 2	3000m		800m	
	H : 11'20"	F : 12'00"	H : 11'30"	F : 12'00"

Le tableau des chronos indiqués constitue une base d'évaluation et d'indication pour le recrutement au Centre d'Entraînement Fédéral. Ces performances servent à situer le niveau sportif initial des candidats. Cependant, il est important de noter que **ne pas atteindre ces chronos à quelques secondes près ne sera pas rédhibitoire.**

D'autres critères seront également pris en compte dans le processus de sélection, tels que la motivation, la capacité à s'engager dans un projet sportif structuré et l'attitude face à l'entraînement. L'entretien individuel permettra d'évaluer ces aspects essentiels pour intégrer le centre et progresser dans un environnement exigeant mais bienveillant.

Nous encourageons tous les athlètes intéressés à participer, quelle que soit leur performance actuelle. L'évolution et le potentiel comptent autant que les résultats chronométriques initiaux.

Si certains jeunes à potentiel ne sont pas disponibles sur le 14 décembre, une possibilité de test sur le mercredi 11 décembre matin (5h15 à 6h30 en natation) et le jeudi 12 décembre soir (16h30 à 17h30 en course à pied) est proposée pour une prise de temps.

Pour toute demande spécifique de ce type contacter : romainantoine.fttri@gmail.com

Inscriptions aux tests

Pour vous inscrire, merci d'envoyer un mail à notre Directeur Technique : romainantoine.fttri@gmail.com

En copie, notre entraîneur fédéral : entraîneur.fttri@gmail.com

Pour toute question ou demande d'information complémentaire, n'hésitez pas à nous contacter via le même mail.