



**Compte rendu Réunion ETD 03/02/11  
Châteaulin**

**Présents** : Marcelle Le Saint, Jeanne Jaouen, Frédéric Dupont, Eric Mazet, Laurent Le Bras, Frédéric Le Helley, Franck Lecocq, Gildas Porzier, Gildas Porzier, Jérémy Chapalain, Jean Yves Jezequel, Ludovic Pellen, Cyrille Le Nader

**Excusés** : Yves Robert, Olivier Machefer, Cindy Machefer, Nicolas Biget, Philippe Corre, Philippe Geffrouais, Jean Jacques Gourlaouen

### **Fonctionnement CLE 29 et rattachement d'une section sportive scolaire**

- Le Centre Labellisé d'Entraînement du Finistère se situe sur deux sites et accueille 21 athlètes (10 sur Brest et 11 sur Quimper) provenant de 7 clubs du département (CAB, QA, ULAQC, USB, SB, PLA, IA). Celui-ci a pour but de faire émerger le potentiel des athlètes et leur permettre l'accès à une structure du Parcours d'Excellence Sportive (PES).
- La visite de F. Kerbiriou, DRJSCS, le 18 janvier 2011 sur Brest, indique que le CLE29 ne remplit pas toutes les conditions. Il faut que celui-ci apporte un plus à l'athlète :
  - Entraînements supplémentaires par rapport à l'entraînement club,
  - Heures, lieux d'entraînements et entraîneurs différents de ceux du club, et plus compétents,
  - Une notion d'appartenance à un groupe CLE avec possibilité d'entraînements "à la carte".

**Actuellement** :

- Il n'agit pas en structure permanente : les horaires sont fixés et les athlètes se rendent sur ces créneaux. Pas d'entraînement selon les disponibilités de l'athlète.
- Deux groupes d'athlètes distincts ne formant pas un seul et unique groupe de travail

De cette remarque a émergé la possibilité de créer une section sportive scolaire, qui serait couplée au CLE, qui permettrait de réunir les athlètes dans un même espace entre 18h et 20h chaque soir de la semaine. L'implantation de cette section soulève cependant des problèmes :

- La capacité d'accueil en internat insuffisante dans l'établissement visé,
- nécessité de l'accord de l'Inspection Académique, validant les dispositifs au sein des établissements scolaires,
- absence d'un enseignant référent et sa disponibilité au sein de la structure,
- intervenants par spécialité en nombre insuffisant,
- l'implantation sur Brest se ferait au détriment des athlètes du sud finistère.

## Le fonctionnement actuel du CLE :

-Le CLE de Brest se fonde sur trois groupes : Sprint/Haies avec Philippe Geffrouais, ½ Fond avec Gildas Porzier et Lancers avec Franck Lecocq. Cet entraîneur, propose d'aller à un meeting de lancers long à Aunay sur Odon le 13 février 2011 étant donné le manque de compétition de ce type dans la région Bretagne. Toutes autres demandes d'entraîneurs du CLE peuvent être soumises au bureau directeur pour approbation.

-Celui de Quimper, utilise les créneaux d'entraînements du mercredi et du vendredi du QA ouverts aux autres athlètes de la liste.

Le maintien de regroupements disciplinaires départementaux a été évoqué afin de remplacer le CLE pour la saison prochaine et ainsi continuer à agir sur les athlètes à potentiel du département, à l'image du groupe Lancer actuel. Et pour un fonctionnement optimal, les compétences des entraîneurs du Finistère sont les bienvenues.

- Une section sportive universitaire ouvre ses portes à l'UBO à la rentrée 2011. Elle s'inscrit dans la continuité du développement du potentiel et permettra aux étudiants inscrits de concilier l'entraînement quotidien et les études : cours de manière aménagée, groupe de TD, report éventuel des dates d'examens.

→ Une soirée débat est prévue autour du PES, du CLE29 et des sections sportives (scolaires et universitaires).

L'ETD regrette que lors de sa visite Francis Kerbirou ne soit pas resté échanger avec les athlètes et entraîneurs du CLE.

## Les Stages :

### CLE + Elites

- Stage CLE29 le 19 mars à Quimper : Quatre temps principaux
  - Test sur le terrain réalisé par le CMS (détente : contre mouvement jump et fatigue explosivité, aérobie : test vameval), couplé à un travail de PPG et de pied,
  - Entraînement spécifique,
  - Colloque sur la nutrition (obligatoire pour tous les athlètes du CLE),
  - Retour sur les tests du CMS le matin

Samedi 19 mars 2011	9h30-9h45	10h-11h30		11h45-13h30	13h45-15h45	16h-17h30	17h45-18h30
	Accueil	Test de terrain CMS	Séance commune PPG + travail de pied	déjeuner	Entraînement par spécialités	Colloque sur la nutrition	Résultats des tests
	Stade	Stade			Stade	Maison des sports qper	

Merci aux entraîneurs disponibles de se manifester afin que cette journée soit une réussite

### Stage minimes

Un nouveau stage avant la fin de la saison n'est pas envisageable en raison des stages de clubs prévus et des compétitions.

# **La formation continue des entraîneurs :**

## **Le catalogue d'intervention de l'ETD :**

### 1 : l'ETD, c'est qui ?

L'équipe technique départementale est constituée, autour de Cyrille LE NADER, d'entraîneurs de clubs, de professeurs de sport, de médecins et personnels de santé disposés à partager et échanger ; on y retrouve :

#### Côté entraîneurs :

- Cyrille LE NADER, licencié au QA,
- Franck Lecocq, licencié au PLA,
- Nicolas BIGET, licencié au CAP DZ,
- Etienne Zan DOBO-BI, licencié au LTA,
- Philippe GEFFROUAIS, licencié au CAP DZ,
- Jean Jacques GOURLAOUEN, licencié à l'ULAQC
- Olivier MACHEFER, licencié au QA
- Gildas PORZIER, licencié au PLA
- Eric Mazet, licencié au SB

#### Côté santé :

- Karine BOUGUEON, licenciée au SB, médecin,
- Emmanuelle DANIEL, licenciée au QA, médecin,
- Katell MAGOAROU GUERIN, diététicienne,
- Cindy MACHEFER, licenciée au QA, formatrice secouriste du travail,
- Roland TILLY, licencié au LTA, médecin.

### 2 : Quelques principes pour fonctionner

Les membres de l'ETD proposent d'intervenir directement auprès des entraîneurs de clubs, à leur demande.

#### ➤ **Un « catalogue » à disposition des clubs**

Des modules « formation – pratique – échanges » à la demi-journée (voire soirée) ou à la journée sont conçus pour tenter d'apporter aux entraîneurs de clubs les réponses aux questions qu'ils se posent concrètement sur le terrain ; actuellement, les interventions sont possibles autour des thèmes suivants :

#### **Courir**

- Le sprint et les haies, organiser la vitesse (Philippe GEFFROUAIS, Eric MAZET)
- Sprint court, approche technique (Philippe GEFFROUAIS, Eric MAZET)
- Le demi-fond chez les jeunes (Olivier MACHEFER, Gildas PORZIER)

#### **Sauter**

- Perche, approche technique (Jean-Jacques GOURLAOUEN)
- Hauteur, une entrée possible dans l'activité (Nicolas BIGET)
- Hauteur, identifier et résoudre les difficultés techniques (Nicolas BIGET)

#### **Lancer**

- Lancers lourds, approche technique (Franck LECOCQ)
- Javelot, le déplacement et les dernières foulées avant le lancer et travail de placement du bras pour créer la réaction élastique (Etienne Zan DOBO-BI)

#### **Santé**

- Gestes d'urgences sur le terrain : petite traumatologie = conduite à tenir face à lésions musculaires, articulaires ou osseuses en compétition ou à l'entraînement / notions de secourisme (Karine BOUGUEON, Emmanuelle DANIEL, Cindy MACHEFER, Roland TILLY)
- Dopage et addiction avec psychologue du CMS de Brest (Karine BOUGUEON, Emmanuelle DANIEL, Roland TILLY)
- Santé, bien manger, un atout pour bien pratiquer (Katell MAGOAROU)

**Comité Départemental d'Athlétisme du Finistère**  
**Maison Départementale des Sports**  
**4 rue Anne Robert Jacques Turgot**  
**29000 QUIMPER**

**Tél : 02 98 98 75 30 - E-mail : [athle29@wanadoo.fr](mailto:athle29@wanadoo.fr) - Site : <http://www.athle29.fr>**

- Visite médicale de rentrée : à quoi ça sert ? quels examens pratiquer (Karine BOUGUEON, Emmanuelle DANIEL, Roland TILLY)

Les Clubs peuvent également exposer leur besoins à l'ETD. D'autres thèmes peuvent être abordés sur demandes

➤ **Une méthode simple**

A ce jour, il n'y a pas réellement de programme préétabli ; pourquoi ?

L'ETD ne souhaite pas imposer de dates, mais préfère que les entraîneurs de clubs la sollicitent afin de prévoir et mettre en place ensemble les journées (voire soirées) de formation.

Pour cela, l'ETD propose aux clubs d'adopter une démarche simple :

- pour chaque thème qu'il souhaite accueillir, le club demandeur propose 3 dates à Cyrille, au CDA ;
- une fois le choix de la date effectué parmi ces 3 dates, l'information (date, heure, lieu, thème) part du CD vers tous les clubs du CD, au plus tard un mois avant la date retenue.
- les clubs qui le souhaitent confirment ensuite leur participation en donnant à Cyrille leur nombre de participants, au plus tard une semaine avant la formation.

**Les Colloques :**

La participation à un colloque, encadrement de stages du CDA sert de prorogation pour le diplôme d'entraîneur. Chaque entraîneur doit en effectuer 2 en 4 ans.

Le CDA 29 proposera :

- Le samedi 19 mars 2011 un colloque sur la nutrition (Maison Des Sports à Quimper),
- une soirée thématique avec Francis KERBIRIOU "la politique sportive en Bretagne" (Maison Des Sports à Quimper) le 14 avril (date à confirmer),

**Informations diverses :**

- Le CDA 29 organise le 20 avril 2011 un Urban Athlé sur Quimper dans le cadre du contrat de progrès signé avec la FFA.

**Organisateur :** CDA29, Quimper Athlétisme, Mairie de Quimper

**Programme :**

Cette opération d'animation et de détection dans les zones urbaines sensibles permet aux jeunes de 12 à 17 ans de s'essayer à l'athlétisme grâce à des ateliers sportifs : sprint, saut, lancer, course.

4 épreuves :

En sprint : 30 m départ lancé chronométré à l'aide de cellules photoélectriques ;

En saut : pentabond : effectuer la plus grande distance en 5 foulées bondissantes ;

En lancer : lancer de médecine ball (ballon lesté) avec air du kid stadium ;

En course : parcours de 500 m ;

**Public ciblé :**

- 12-17 ans garçons/filles (jeunes de quartiers) qui ne font pas de sport en club, en compétition ;

**Déroulement de la journée :**

**9h-12h**

- consacré aux collègues et lycées (UNSS et UGSEL)
- L'heure de pratique s'articulera de la manière suivante :
  - 10 minutes d'échauffement,
  - 10 minutes étirement,
  - 40 minutes consacré aux 4 ateliers soit 10 minutes par atelier.

**12h-14h**

- Passage libre

**14h-17h**

- consacré aux collègues et lycées + Inscriptions ouvertes pour tous de 12 à 17 ans + passage des 4 MPT de Quimper.

- **Rappel :** un recyclage et une formation premiers secours aura lieu à Châteaulin les 2 et 3 avril ainsi que les 5 et 6 avril. Les clubs intéressés doivent se manifester auprès de Marcelle Le Saint.

Cyrille Le Nader Salarié CDA 29

Jérémy Chapalain stagiaire CDA 29

**Comité Départemental d'Athlétisme du Finistère**

**Maison Départementale des Sports**

**4 rue Anne Robert Jacques Turgot**

**29000 QUIMPER**

**Tél : 02 98 98 75 30 - E-mail : [athle29@wanadoo.fr](mailto:athle29@wanadoo.fr) - Site : <http://www.athle29.fr>**