

NANCY PERFORMANCE

CANOË-KAYAK

PÔLES ESPOIRS NANCY

PRÉSENTATION

Dans le cadre du projet de performance fédéral (PPF) de la FFCK, le Comité Régional Grand Est a mis en place depuis septembre 2018, deux pôles espoirs, un en Slalom et un autre en Sprint eau calme. L'objectif du CRCKGE est de proposer aux clubs, une structure d'entraînement biquotidien pour leurs athlètes. Cette structure fait partie du Pôle Performance Canoë-Kayak de Nancy. Les deux pôles sont hébergés dans un bâtiment spécifique avec le Pôle France Relève Sprint eau calme et un Pôle Universitaire Canoë-Kayak. Le choix du CRCKGE d'implanter les deux pôles espoirs à Nancy, est dans le partenariat du CREPS qui assure un service aux athlètes. Exemple : des emplois du temps scolaire adaptés aux contraintes d'entraînement et le plus important, un suivi scolaire et psychologique de chaque athlète.

Objectifs des Pôles :

- Accompagner la progression des sportifs espoirs vers les Équipes de France, le Haut Niveau et les podiums internationaux
- Repérer, former et alimenter les pôles France Relève
- Permettre aux sportifs d'augmenter leurs capacités d'entraînements journaliers, hebdomadaires, mensuels, annuels de façon progressive afin que la transition vers un pôle France Relève soit optimum
- Favoriser le travail d'équipe entre les entraîneurs des Pôles Espoirs et du Pôle France Relève
- Sécuriser le parcours de formation de nos sportifs
- Accompagner nos sportifs dans leur triple projets (sportif, professionnel, familial)

Equipe d'encadrement :

- LATIMIER Jean-Pierre – Responsable des quatre pôles à Nancy
- AUBERTIN Pierre – Entraîneur du Pôle Espoir Sprint (CEL)
- ROUX Antoine – Entraîneur du Pôle Espoir Slalom
- SIKORA Damien – Entraîneur du Pôle France Sprint (CEL)

Fonctionnement des Pôles :

Les Pôles Espoirs sont ouverts toute l'année, 7 jours sur 7, 24 heures sur 24, avec un encadrement biquotidien. La permanence de l'entraînement est assurée les week-ends.

De nombreux stages sont organisés tout au long de la saison sportive, à chaque période de vacances scolaires et également hors période de vacances.

Les Pôles Espoirs assurent une partie des déplacements sur les compétitions en relais des clubs.

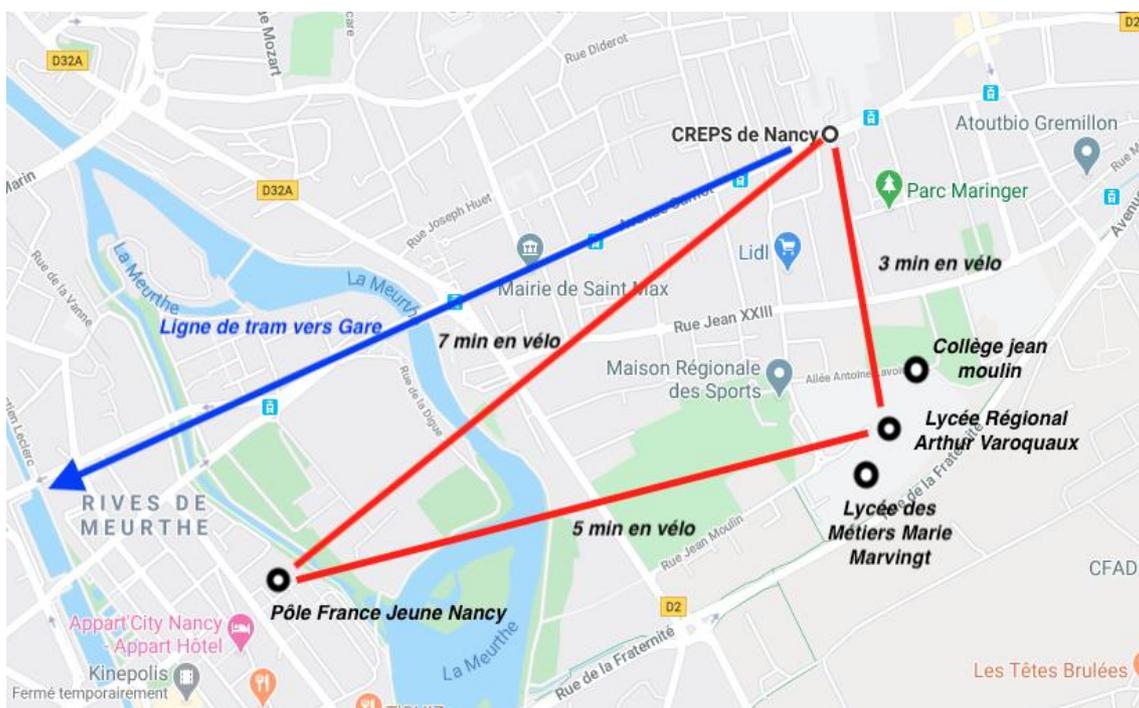
Infrastructures :

Les Pôles Espoirs sont logés dans le bâtiment du Pôle France. Ce bâtiment est dédié uniquement aux quatre pôles. Il est installé au cœur du Pôle Nautique du Grand Nancy. L'équipement offre la possibilité d'entraîner les athlètes dans des conditions optimales avec :

- Un bassin d'eau vive à proximité
- Un bassin d'eau calme balisé
- Un bâtiment accueillant :
 - Une salle de musculation,
 - Un dojo,
 - Une salle équipée de machines à pagayer,
 - Des vestiaires individuels, des douches et des sanitaires,
 - Un séchoir à vêtements,
 - Un local à bateaux,
 - Une salle de détente,
 - Une salle de réunion,
 - Un local de réparation,
 - Une armoire individuelle dans le vestiaire.

Accessibilité :

Un des points forts de la structure est la proximité des différents sites : Pôle, Établissement scolaire, CREPS.



La partie scolaire, sportive et internat se situe dans le triangle de la haute performance : pas de déplacement de plus de 10 min à vélo pour rejoindre chaque lieu de pratique.

Il est possible d'accéder à la gare très facilement puisqu'un tram assure un trajet direct du CREPS à la Gare de Nancy. Les autres déplacements se font généralement en vélo sur des pistes cyclables sur l'ensemble des trajets. Le Pôle et le CREPS travaillent en harmonie pour rendre le port du casque obligatoire à vélo.

Services du CREPS de Nancy :

L'équipe du département haut niveau du CREPS, pilotée par Norbert BRIGE, Thierry LECERF, Sébastien GOLL et Simone KANY assurent le suivi et l'accompagnement des sportifs du CREPS dans leur projet de vie par la réalisation du triple objectif :

1. L'excellence sportive :

La cellule d'optimisation de la performance du Département du Sport de Haut Niveau permet aux sportifs et à l'encadrement technique de bénéficier d'un suivi médical et paramédical ainsi que de procédés de récupération et d'adaptation physiologique et psychologique parfaitement adaptés aux objectifs recherchés :

- Suivi médical réglementaire (SMR) ;
- Soins médicaux et orientation des usagers ;
- Interventions individuelles et/ou collectives d'une nutritionniste ;
- Accompagnement psychologique
- Actions préventives
- Préparation mentale
- Unité de récupération (espace de Balnéothérapie, centre de Cryothérapie Corps Entier)
- Préparation physique et réathlétisation

2. La réussite scolaire et professionnelle :

Le CREPS de Nancy favorise la réussite scolaire, universitaire et professionnelle par le biais d'un accompagnement individualisé pour chaque sportif. Le personnel en charge du projet de vie au sein du Département du Sport de Haut Niveau assure le bon déroulement de la scolarité en liaison avec les établissements d'enseignement via une convention locale de fonctionnement. Ce dispositif de soutien se traduit à travers les actions suivantes :

- Aménagement des emplois du temps dans le cadre de conventions avec certains établissements scolaires et universitaires
- Mise en œuvre de cours d'enseignement délocalisés au CREPS
- Suivi des notes et absences
- Présence aux conseils de classes
- Lien avec les équipes de direction et pédagogiques des établissements scolaires et l'encadrement techniques des structures sportives
- Études accompagnées par des Maîtres d'étude
- Cours de soutien scolaire
- Préparation aux examens
- Dispositif d'Enseignement à Distance et Tutoré (EADT)
- Conseils sur les orientations
- Mise à disposition d'un centre de documentation et d'une salle informatique

Informations sur les études aménageables :

En termes d'aménagements scolaires, le CREPS propose à tous les sportifs :

- Des aménagements permettant des entraînements biquotidiens avec des cours délocalisés en soirée au CREPS
- La mise en place de DS décalés et, dans la mesure du possible, la transmission de cours si absences longues du fait de stage ou compétition
- La mise en place d'aménagements aux examens en fonction du calendrier sportif (DNB, E3C, épreuves anticipées de français de 1^{ère}, épreuves du bac en terminale)
- La mise en place d'accompagnement, de tutorat en cas de difficultés scolaires.
- La mise en place de révisions intensives avant les examens pour les terminales (bachotage)

En fonction du niveau de pratique (à minima sur liste ministérielle relève) et du profil des sportifs, des aménagements particuliers pourront aussi être mis en place sous la maîtrise du DSHN.

Les enseignements de spécialités sont obligatoires pour un élève de 1^{ère} générale à la différence des options qui sont optionnelles !

Les élèves devront en choisir 3 parmi les 8 proposées au lycée Varoquaux. Nous déconseillons vivement de choisir « arts », « humanités, littérature et philosophie » et « langues, littérature et culture étrangères » car difficiles voire impossibles à aménager et à délocaliser.

Ils n'en conservent que 2 en classe de terminale.

Les élèves arrivant en 2nd n'ont pas vraiment de choix à faire. Il y a 2nd générale et technologique et 2nd professionnelle. C'est en fonction du projet et surtout des résultats. Le conseil de classe du second trimestre a normalement émis un avis sur le passage en 2nd : favorable, réservé ou non favorable au passage en 2nd générale et technologique.

Il est impossible de prendre une option, incompatible avec un emploi du temps de sportif de haut niveau.

Spécialités proposées en première :

- Histoire géographie, géopolitique et sciences politiques
- Humanités, littérature et philosophie (*déconseillé*)
- Langues, littératures et cultures étrangères (Anglais) - (*déconseillé*)
- Mathématiques
- Physique- chimie
- SVT
- Sciences économiques et sociales
- Arts (arts plastique) - (*déconseillé*)

3. Le développement citoyen et personnel :

Le Département du Sport de Haut Niveau accompagne au quotidien et sur une unité de lieux des sportifs et des entraîneurs dans le but de répondre au mieux à leurs besoins.

- Hébergement : le CREPS de Nancy propose des chambres d'internat accueillant au quotidien une centaine de sportifs internes, répartis sur 2 bâtiments.
- Restauration : le CREPS de Nancy dispose d'un restaurant du type self-service. Les repas équilibrés et adaptés à la pratique du sport du haut niveau, sont élaborés sous le contrôle d'une nutritionniste.

Plus d'informations sur le site du CREPS de Nancy :

<https://www.creps-nancy-lorraine.jeunesse-sports.gouv.fr/haut-niveau/aide-soutien-aux-sportifs/>

Secrétariat Haut Niveau du CREPS de Nancy :

Du lundi au vendredi de 8H00 à 18H30

03 83 18 10 28 / 03 83 18 10 40

hn@creps-lorraine.sports.gouv.fr



BUDGET :

Les deux Pôles Espoirs ont leurs propres budgets qui sont intégrés dans celui du Comité Régional Canoë-kayak Grand Est (CRCKGE). Actuellement, les deux Pôles reçoivent des aides de la région Grand Est et de l'Agence Nationale du Sport. Le bâtiment est mis à disposition du Grand Nancy à la FFCK. Les fluides sont à la charge de la FFCK.

CREPS :

Le CREPS fait parvenir les factures : d'internat, ½ pensionnaire et externe par trimestre au Comité Régional Grand Est (CRCKGE). Le CRCK édite deux factures par année scolaire aux parents. Les tarifs du CREPS sont basés sur une année civile. Il y a une légère augmentation des tarifs pour le deuxième et le troisième trimestre.

Une 1^{ère} facture en septembre qui comporte les quatre premiers mois de l'année scolaire est envoyée aux parents. Une 2^{ème} facture est envoyée début janvier.

Les deux factures sont éditées avec un échéancier mensuel. Le CRCK propose un prélèvement tous les dix du mois.

Les tarifs du CREPS sont pour 2020 :

Forfait prestations haut niveau – pension, demi-pension, externat, suivi scolaire, suivi médical, accompagnement de vie :

Tarifs 2020 votés au CA de novembre 2019

- Forfait prestations HN – pensionnaires (internes) : 508,00€ par mois
- Forfait prestations HN -demi-pensionnaires : 168,00€ par mois
- Forfait prestations HN – externat : 75,00€ par mois

Cotisation aux Pôles :

Il est demandé par le CRCKGE une cotisation annuelle au Pôle. Les cotisations servent aux financements des entraîneurs et du fonctionnement du Pôle. Le CRCK édite deux factures par année scolaire aux clubs. Une copie est envoyée aux parents pour information.

Une 1^{ère} facture en septembre qui comporte les quatre premiers mois de l'année scolaire. La 2^{ème} facture est envoyée début janvier pour le deuxième trimestre et le troisième trimestre. Si l'athlète change de club au 1^{er} janvier, la facture du 2^{ème} et 3^{ème} trimestre est envoyée à son nouveau club. Chaque club fait le choix de participer ou pas au financement de la cotisation.

Tarifs 2020/2021 :

- Forfait pour un athlète licencié dans un club du Grand Est : 400,00€ par an (160,00€ en septembre et 240,00€ en janvier).
- Forfait pour un athlète qui n'est pas en licencié dans un club du Grand Est : 800,00€ par an (320,00€ en septembre et 480,00€ en janvier)

Déplacements des Pôles sur des actions :

Stage Pôle :

Le Pôle organise des stages avec une participation financière. La prestation du Pôle sur les stages est : encadrement, transport, hébergement et restauration. Une convocation est éditée et envoyée aux parents et aux clubs. Le CRCK édite une facture à chaque stage au nom des clubs. Une copie est envoyée aux parents. Chaque club fait le choix de participer ou pas au financement du stage.

Déplacement en compétition :

Le pôle organise des déplacements sur certaines compétitions.

Niveau international :

Le Pôle participe au financement. Les actions sont sous mode de stage. Les inscriptions aux courses sont sous le nom des clubs. Le Pôle ne prend pas en charge les inscriptions. Une facture spécifique aux inscriptions est envoyée au club. Chaque club fait le choix de participer ou pas au financement du déplacement et des inscriptions.

Niveau national :

Le Pôle organise des déplacements sur certaines courses nationales. Le CRCKGE prend en charge l'encadrement et l'amortissement des véhicules. Les inscriptions aux compétitions nationales sont faites par les clubs. Le CRCK édite une facture après chaque déplacement et l'envoie aux clubs. Une copie est envoyée aux parents pour information. Chaque club fait le choix de participer ou pas au financement du déplacement.

En fonction de l'importance de la course deux formules sont proposées :

1. Formule stage
2. Formule déplacement : le Pôle organise l'aller et le retour sur le lieu de la compétition. Les clubs prennent le relais sur place.

Niveau régional :

Le Pôle organise certains déplacements sur des courses régionales en Grand Est. Le Pôle prend en charge le déplacement et l'encadrement. Les inscriptions et le paiement sont gérés par les clubs.

Fonctionnement :

Les parents et les clubs recevront une fois par an, le budget prévisionnel des Pôles voté par le CRCKGE et une information sur le coût des actions.

La participation aux actions du Pôle n'est pas automatique. L'équipe d'encadrement peut supprimer une ou plusieurs actions si l'athlète n'a pas un comportement et un investissement total à l'école, au CREPS, aux séances d'entraînement, au Pôle et sur les déplacements.

Un membre du comité directeur du CRCKGE est le référent des deux pôles espoirs. Il s'agit de Didier STEMMELEN.

didier.stemmelen@wanadoo.fr

ADMISSION :

Les mesures de confinement dues au COVID-19 ne nous ont pas permis d'organiser les tests PASS.

Concernant les entrées en Pôle Espoir, il n'est pas possible d'attendre la fin du confinement.

Exceptionnellement, la Fédération a demandé à chaque Pôle Espoir de commencer leur campagne d'admission. Une commission nationale se réunira début mai pour valider l'accès aux différents Pôles Espoirs. Tous les athlètes retenus sur un Pôle Espoir 2020/2021 seront en liste espoir 2021.

Les Athlètes éligibles pour une rentrée aux Pôles Espoirs de Nancy sont :

- Filles ou Garçons
- Collégiens ou Lycéens
- Licenciés à la FFCK
- Kayak ou Canoë
- Slalom ou Sprint Eau Calme

Ci-dessous, l'échéancier pour la liste définitive des athlètes retenus aux Pôles Espoir de Nancy :

- **20 Avril** : fin des réceptions des fiches de pré-inscription.
- Les entraîneurs et le responsable des Pôles de Nancy prennent contact avec les parents et les clubs.
- 30 avril : commission régionale d'admission : Didier STEMMELLEN, entraîneurs des Pôles et les trois CTR
- Début mai : la liste d'admission est entérinée par le Bureau du CRCK
- Début mai : validation de la liste des retenus aux Pôles Espoirs de Nancy par la commission nationale.

Procédure d'inscription au Pôle Espoir de Nancy :

Les sportifs souhaitant intégrer le Pôle Espoir de Nancy devront figurer sur cette liste et transmettre le dossier de pré-inscription par mail à l'adresse grandest@ffck.org avant le **20 Avril 2020**

Pour tout renseignement complémentaire, vous pouvez contacter Jean-Pierre LATIMIER : jlatimier@ffck.org (Responsable du Pôle France et Pôle Espoir de Nancy)

Pour tout renseignement complémentaire sur l'entraînement du Pôle Espoir Sprint, vous pouvez contacter Pierre AUBERTIN : paubertin@ffck.org (Entraîneur du Pôle Espoir Sprint CEL)

Pour tout renseignement complémentaire sur l'entraînement du Pôle Espoir Slalom, vous pouvez contacter Antoine ROUX : aroux@ffck.org (Entraîneur du Pôle Espoir Slalom)

POLE ESPOIR Sprint et Slalom :

Répartition du temps entre CREPS et PÔLE

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
7H	Temps de repas						
8H	Créneau d'entraînement	Temps Scolaire	Temps Scolaire	Temps Scolaire	Créneau d'entraînement	Temps de repas	Temps de repas
10H	Temps Scolaire	Créneau d'entraînement		Créneau d'entraînement	Temps Scolaire	Créneau d'entraînement	Créneau d'entraînement
12H	Temps de repas						
14H	Temps Scolaire	Temps Scolaire	Créneau d'entraînement	Temps Scolaire	Temps Scolaire	Créneau d'entraînement	Créneau d'entraînement
16h							
18h	Créneau d'entraînement	Créneau d'entraînement		Créneau d'entraînement	Créneau d'entraînement	Créneau d'entraînement	Créneau d'entraînement
	Temps de repas						
20h							
Légende	Créneau d'entraînement						
	Temps de repas						
	Temps Scolaire						

Le Pôle Espoir propose un entraînement biquotidien, week-end et jours fériés compris. Le partenariat avec le CREPS de Nancy nous procure une logique d'entraînement adéquate à la demande du haut niveau. Cela constitue un socle solide pour l'accès à des podiums internationaux.

Le nombre imposant de créneaux d'entraînements nous permet de prendre plus de temps à la recherche de performance chez les jeunes sportifs. Nous pouvons grâce à cela avoir des créneaux spécifiques sur la posture, relaxation, étirement, discussion, retour vidéo, explication du programme d'entraînement. Ce temps est indispensable pour permettre aux sportifs d'évoluer dans un contexte favorable à la bonne compréhension de l'activité et à la prévention musculaire mais aussi mentale.

De plus, la structure dispose de l'ensemble des matériels d'entraînements nécessaires à la bonne progression des sportifs et à l'ensemble de la structure du CREPS.

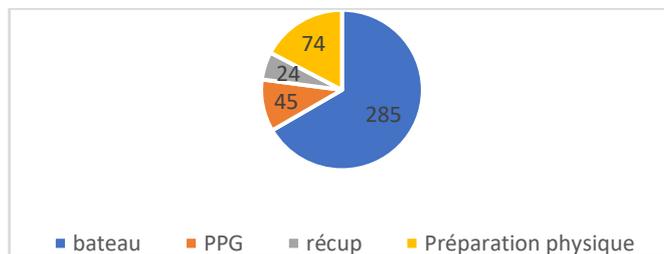
Un entretien par le cadre référent est proposé tous les 10 jours pour éviter un surentraînement et favoriser le bien-être personnel du sportif, pour le bon déroulement de leur scolarité et de leur engagement sportif.

Nous mettons un point d'honneur à la santé mentale et physique des sportifs accédant à la structure Pôle Espoir. Une psychologue et plusieurs kinésithérapeutes sont à disposition pour créer un cercle favorable à la performance sportive. Toutes les personnes travaillant en lien avec les sportifs travaillent en osmose avec le cadre référent pour faciliter la cohérence du projet et créer une atmosphère saine pour la performance.



POLE ESPOIR Sprint :

Le Pôle propose par rapport au bilan 2019, un nombre total de séances de 428. Soit un nombre d'heures d'entraînement de 642 heures/an répartis sur différents référencements de séances qui sont : Bateaux, PPG, Récupération, Préparation Physique.



Le Pôle Espoir Sprint de Nancy offre aux sportifs l'opportunité de s'entraîner dans d'excellentes conditions. En effet, nous disposons d'un bassin d'eau calme balisé avec 2 lignes d'eau : 1000 m et 200 m. Ce dernier, offre des conditions de navigations optimales et ce à tout moment de l'année.

La répartition du nombre de jours pour un sportif du Pôle Espoir nous indique que son temps est réparti en 3 groupes:

- Famille (21% soit 75 jours)
- CREPS (70% soit 260 jours)
- Stage ou compétition avec le Pôle (9% soit 30 jours)

Nous partons de données de sportifs qui restent énormément dans la structure pour des raisons de domicile éloigné. Les jeunes sportifs peuvent rentrer tous les week-ends pour permettre une continuité familiale adéquate aux besoins de chacun.

Bilan résultats 2019 sur classement Juniors :

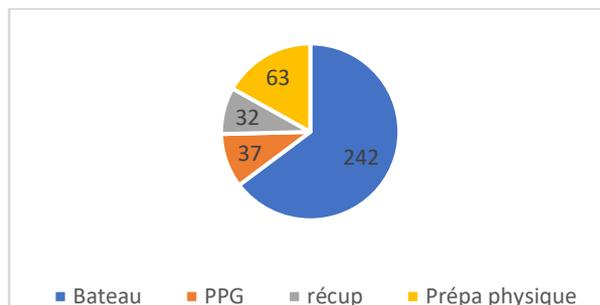
Championnat de France : Une médaille de Bronze (200m) / Une Médaille d'or (500m)

Olympic Hopes : 2 sélectionnés sur épreuve 200m/500m/1000m



POLE ESPOIR Slalom :

Le Pôle propose par rapport au bilan 2019 un nombre total de séances de 374. Cela nous donne un nombre d'heures d'entraînement de 686 heures/an réparties sur différents référencements de séances qui sont : Bateau, PPG, Récupération, Préparation Physique.



L'objectif du Pôle Espoir est de donner la possibilité de pouvoir naviguer sur un standing international, comme La Seu d'Urgell, Pau, Ivrea, Bratislava, Bourg-Saint-Maurice, Augsburg, Solkan, Flattach. Un objectif soutenu mais nécessaire pour les sportifs afin de prétendre à une médaille internationale.

La répartition du nombre de jours pour un sportif du pôle espoir nous indique que son temps est réparti en 3 groupes :

- Famille (21% soit 75 jours)
- CREPS (56% soit 205 jours)
- Stage ou compétition avec le Pôle (23% soit 85 jours)

Nous partons de données de sportifs qui restent énormément dans la structure pour des raisons de domicile éloigné. Les jeunes sportifs peuvent rentrer tous les week-ends pour permettre une continuité familiale adéquate aux besoins de chacun.

Bilan résultat 2019 sur classement Juniors :

Un bilan global de 28 Médailles dont 11 en Or, 7 en Argent et 10 en Bronze. Pour une répartition de 19 médailles françaises et 9 médailles internationales.



SPORTIFS dans les Pôles Espoirs de Nancy

Pôle Espoir Sprint ;

- Axel DURING (UNION SPORTIVE DE CRETEIL) - Canoë Homme / Cadet 2 (Liste Espoir)
- Tom FORTERRE (ESPERANCE CANOE DECIZE SAINT LEGER DES VIGNES) - Canoë Homme / Junior 2 (Liste Relève)
- Evan GOUYAU (STRASBOURG EAUX VIVES) - Kayak Homme / Junior 2 (Liste Espoir)
- Amélie NICOT (AS GERARDMER CANOE KAYAK) - Canoë Dame CEL / Cadet 2 (Liste Relève)
- Matéo RUIZ (ESPERANCE CANOE DECIZE SAINT LEGER DES VIGNES) - Canoë Homme / Junior 1 (Liste Espoir)

Pôle Espoir Slalom ;

- Tanguy ADISSON (CLUB DE CANOE-KAYAK DES ECRINS) - Kayak Homme / Junior 1 (Liste Espoir)
- Jean-Charles HACQUART (ANCERVILLE-BAR LE DUC) - Kayak Homme / Junior 2 (Liste Espoir)
- Lucas JAMART (LES PELLEES CHALONNAISES) - Canoë Homme / Cadet 2 (Liste Espoir)
- Tanguy MALINGRE (ANCERVILLE-BAR LE DUC) - Kayak Homme / Junior 1 (Liste Espoir)
- Théo REBY (ANCERVILLE-BAR LE DUC) - Kayak Homme / Cadet 2 (Liste Espoir)
- Antonin ROBERT (CLUB NAUTIQUE AUBOIS) - Kayak Homme / Junior 1 (Liste Espoir)
- Djendy SIMEANT (CANOE KAYAK HAUTE ISERE) - Kayak Homme / Junior 2 (Liste Espoir)
- Loïc WINIARSKI (C.K. DORMANS EAUX LIBRES) - Kayak Homme / Junior 2 (Liste Espoir)

