



## STAGE REGIONAL PARATRIATHLON

Ligue Grand Est de Triathlon



Office des Sports de la Santé et de la Nature  
Territoire des Etangs et des Châteaux



1<sup>er</sup> au 2  
Juillet  
2023

Centre Nature & Sport

Camping du Lac Vert

Rue de la Plage

57930 MITTERSHEIM



# INFORMATIONS UTILES

## Horaire et lieu de rendez-vous

- **Début :** Samedi 1er Juillet 2023 à 10h00
- **Fin :** Dimanche 2 Juillet 2023 à 15h00

## Centre Nature et Sport

Camping du Lac Vert  
Rue de la Plage  
57930 MITTERSHEIM

## Tarif pour les 2 journées :

- Tarif de **20 euros** par Paratriathlète participants + **30 euros** par accompagnants
- Règlement à la Ligue Grand Est de Triathlon (chèque ou virement)
- Ce coût comprend l'hébergement au « **Centre Nature & Sport** » pour une nuitée dans un chalet (accessible aux personnes à mobilité réduite sur demande) et 1 repas pris en charge durant le stage.
- La restauration traiteur en demi-pension est en complément (devis en cours).
- Encadrement du stage (à titre bénévole) par :
  - **Sébastien GRAUFFEL**  
*Référent Paratriathlon de la Ligue Grand Est de Triathlon*  
*Educateur Triathlon Santé Niveau 1*  
*Brevet Fédéral de Niveau 2 en Triathlon « Module Santé »*  
*Brevet Fédéral de Niveau 2 en Triathlon « Module Jeunes »*  
*Brevet Fédéral de Niveau 5 en Triathlon « Initiateur Fédéral »*
  - **Franck PARMENTIER**  
*Directeur de l'Office Territorial des Sports de la Santé et de la Nature*  
*Educateur Triathlon Santé Niveau 2*  
*Educateur Sport Santé Niveau 2*
  - **Stéphanie SOMMER**  
*Membre de l'Office Territorial des Sports de la Santé et de la Nature*  
*Educateur Triathlon Santé Niveau 1*  
*Brevet Fédéral de Niveau 4 en Triathlon « Entraîneur Triathlon »*  
*Brevet National de Sécurité et de Sauvetage Aquatique*
  - Equipe de **Maitre-Nageur Sauveteur** du Camping du Lac Vert
- Les stagiaires utilisent leur matériel personnel.
- La Ligue Grand Est de Triathlon peut mettre à disposition (sur réservation) du matériel adapté aux **Paratriathlètes en Fauteuil** :

- **Handbike** (vélo à main) → → →
- **Fauteuil d'athlétisme** ↓ ↓ ↓



## Hébergement :

- Chalets « PMR » : **permettent d'accueillir des personnes à mobilité réduite**
  - 35 m<sup>2</sup> (adaptées pour les personnes à mobilité réduite « PMR »)  
<https://mittersheim-loisirs.fr/chalet-1-a-5-places-pmr/>
- Chalets classiques
  - 35 m<sup>2</sup>  
<https://mittersheim-loisirs.fr/chalet-1-a-6-personnes/>
- Equipement
  - Terrasse avec mobilier de jardin
  - 1 kitchenette toute équipée
  - 1 salon avec une grande baie vitrée et terrasse avec vue imprenable sur l'étang du cerf
  - 1 salle d'eau
  - WC
  - Plusieurs chambres (lit double, lits superposés et/ou lit simple)
  - Draps fournis
  - Télévision
- Animaux acceptés (sous condition)
  - Carnet de vaccination de l'animal à présenter à l'accueil du camping
  - Interdit aux chiens de catégorie 1 ou 2



## Conditions de participation :

- Être licencié FFTRI avec une **licence Paratriathlon (Loisir ou Compétition)**
- Être en situation de handicap dans l'une de ces 5 catégories :
  - Fauteuil (PTWC) .....  J'ai un Handbike     J'ai un Fauteuil d'athlétisme
  - Debout (PTS2, PTS3, PTS4 ou PTS5)
  - Visuel (PTVI) .....  J'ai un Guide     J'ai un Tandem (vélo)
  - Psychique et/ou Mental (PTS7)
  - Auditif : Sourd ou malentendant (PTS8)
- Avoir déjà participé à un Triathlon, une épreuve de natation, de cyclisme et/ou de course à pied en compétition
- Taille de Trifonction :         XS             S             M             L             XL
- Un entretien téléphonique validera la participation.

## Contact :

**Sébastien GRAUFFEL – Référent Paratriathlon de la Ligue Grand Est de Triathlon**

Adresse électronique : [sebastiengrauffel@triathlongrandest.fr](mailto:sebastiengrauffel@triathlongrandest.fr)

Téléphone portable : 06.63.96.91.55

# OBJECTIFS DU STAGE

- Proposer aux participants un **contenu d'entraînement** natation, cyclisme et course à pied.
- Ce stage sera accompagné d'un **contenu théorique** sur le Paratriathlon et les principales notions d'arbitrage.
- **Rassembler des Paratriathlètes** sur un stage de préparation avec des entraînements groupés et ludiques.
- **Renforcer la cohésion des Paratriathlètes Régionaux.**
- Préparer et motiver les Paratriathlètes à participer aux prochaines échéances régionales :
  - **Championnats du Grand Est de Paratriathlon** (*Distance S en individuel*)
  - **Epreuve régionales** labellisés « **Triathlon Accessible – Paratriathlon** » (*Distance S / XS*)
- Préparer et motiver les Paratriathlètes à participer aux prochaines échéances nationales :
  - **Challenge Paratriathlon des Ligues** (*Distance XXS en individuel / S en équipe relais de 4*)
  - **Championnats de France de Paratriathlon** (*Distance S en individuel*)
  - **Journées de détection Paratriathlon de la Fédération Française de Triathlon**

