



## Calendrier d'épreuves - Avril 2024

La saison est lancée !

Comme on dit "en Avril ne te découvre pas d'un fil" alors tu as intérêt à nager, pédaler et courir plus vite pour te réchauffer !

[Voir le calendrier](#)

| CALENDRIER<br>AVRIL 2024 |   |
|--------------------------|---|
| <b>DIM 07</b>            | <b>TRIATHLON CHEVILLY LA RUE</b><br>CHEVILLY LA RUE               |
| <b>DIM 28</b>            | <b>CROSS DUATHLON CHESSEY</b><br>VAL D'EUROPE TRIATHLON           |
| <b>DIM 28</b>            | <b>BIKE &amp; RUN NOISEAU</b><br>OMS DE NOISEAU                   |
| <b>DIM 28</b>            | <b>TRIATHLON DE FRESNES</b><br>FRESNES TRIATHLON                  |
| <b>DIM 28</b>            | <b>CROSS TRIATHLON STADE FRANÇAIS</b><br>STADE FRANÇAIS TRIATHLON |

## Calendrier annuel des épreuves IDF - 2024



Tu veux te projeter et programmer tes courses pour toute l'année ?

Voici le détail de toutes les compétitions validées mois par mois en 2024 :

[Calendrier annuel 2024](#)

## Qui est en tête des championnats ?

Il est grand temps de refaire un point d'étape sur les classements des challenges jeunes ainsi que des championnats IDF pour savoir qui est en tête !



### Challenges jeunes :

Régionale 1

[Classement R1](#)

⚠️ Noisy-le-Grand restez vigilant, car la Brie Francilienne Triathlon menace votre position de leader.

*Dernière mise à jour : 25/03/2024*

## Régionale 2

[Classement R2](#)

💡 Coulommiers Brie Triathlon, il est temps d'accélérer le pas car vos Rivaux sont Motivés à Accélérer (RMA) à l'avant du classement.

*Dernière mise à jour : 25/03/2024*

## Régionale 3

[Classement R3](#)

🚀 La Tri Team Saint-Germain a enfilé ses chaussures qui courent vite et se retrouve dans l'échappée du challenge R3.

*Dernière mise à jour : 25/03/2024*

## Championnats IDF

### Championnat Bike & Run

[Classement](#)

*Dernière mise à jour : 25/03/2024*

### Championnat duathlon

[Classement](#)

*Dernière mise à jour : 25/03/2024*

### Championnat kinomap

[Classement](#)

*Dernière mise à jour : 25/03/2024*

# Sélection championnats de France Jeunes - duathlon



Le 17 mars dernier, l'US Palaiseau a accueilli le sélectif des championnats de France jeunes de Duathlon.

A l'issue de celui-ci, la liste des jeunes sélectionnés a été établie !

👀 Découvrez ci-dessous la liste des jeunes talents franciliens qui porteront fièrement les couleurs de la région Ile-de-France lors du championnat national de Duathlon !

## Liste sélection jeunes 2024

👏 Un grand bravo à tous les athlètes sélectionnés et à tous ceux qui ont participé !

🔍 Retrouvons-nous à **Mâcon le 7 avril 2024** pour cette passionnante compétition.

# Equipes sélectionnées demi-finale D3 - duathlon

Suite au Duathlon de Meaux, le 24 mars 2024, des équipes franciliennes se sont qualifiées pour la 1/2 finale de la D3 qui se déroulera le 21 Avril à Noyon.

Découvre les équipes qualifiées pour la 1/2 finale de la D3 de Duathlon :

Liste équipes qualifiées



## LISTE ÉQUIPES SÉLECTIONNÉES 1/2 FINALE D3

La **confirmation de la participation** est à envoyer par mail avant le **7 Avril** à [yannick.petit@idftriathlon.com](mailto:yannick.petit@idftriathlon.com)

Les **demandes de repêchages** pour les équipes non qualifiées sont à envoyer par mail avant le **7 Avril** à [yannick.petit@idftriathlon.com](mailto:yannick.petit@idftriathlon.com)

L'**inscription des équipes** doit être faite par le club avant le **14 Avril**.

## Ouverture de la nage en eau libre à la base de loisir de Cholsy et Torcy



### OUVERTURE NAGE EN EAU LIBRE



**CHOISY**  
(94)

**TORCY**  
(77)

Les bases de Choisy et de Torcy nous permettent à partir d'avril 2024 et jusqu'en octobre 2024 de pratiquer la nage en eau libre pour tous les triathlètes. 🏊‍♂️

Si tu es intéressé.e par la nage en eau libre, tu peux te renseigner auprès des CODEP pour les modalités :

## Remise des labels IDF Handi/Paratriathlon

Le 11 mars dernier, la ligue était ravie de pouvoir délivrer les premiers « **labels IDF Handi/Paratriathlon** » au cours d'une soirée dédiée à l'inclusivité dans nos clubs.

Les clubs du RMA, V ATHLON, Evry 2000, LCR Triathlon, NST, sans oublier l'USF Triathlon et Villeparisis Triathlon qui n'ont pas pu être présents, se sont vus remettre un diplôme certifiant l'obtention de leur label IDF handi/paratriathlon par notre président, Thierry Sammut.



C'était un moment convivial où l'on a mis en avant les clubs impliqués dans le paratriathlon.

Autour d'un pot d'accueil, nous leur avons annoncé qu'une aide financière serait attribuée à leur club : 500€ pour les médaillés d'OR, 300€ pour l'ARGENT, et 100€ pour le BRONZE. Les échanges ont été productifs et constructifs concernant l'avenir du Handi/Paratriathlon.

Bruno URSULET (paratriathlète du club d'Evry) a tenu à nous « *remercier pour l'invitation à la soirée. J'étais très content de vous avoir vu en face à face et d'échanger sur notre discipline commune du triathlon. Bien entendu, on reste en contact pour continuer à échanger et faire évoluer le paratriathlon* ».

Notre président Thierry Sammut en a profité pour offrir, au nom de la LIFT, une place pour les Jeux Paralympiques à chaque personne présente lors de la soirée.

En espérant compter ton club parmi nous, nous allons relancer la nouvelle campagne pour la prochaine remise de diplômes Handi/Paratriathlon à l'ensemble des clubs franciliens qui se seront engagés.





Nous savons que les webinaires avec Karine Dupouy sont suivis par beaucoup d'entre vous.


Certains nous ont demandé de les transformer en podcast pour les écouter en voiture, en courant ou encore en faisant le ménage...

Alors la ligue innove pour répondre au mieux à vos besoins !

 Les webinaires sont maintenant disponibles en podcast.

 Rendez-vous sur [spotify](https://open.spotify.com) pour écouter les derniers épisodes comme la nutrition de l'endurance avec Fabrice Kuhn, médecin de la ligue Île-de-France de triathlon.

 Très prochainement, vous pourrez écouter aussi en podcast Sébastien Durand et ASSIE Florian sur la thématique de l'entraînement de la quantité à la qualité en triathlon.

 Cette année le sport a été déclaré pour la première fois "Grande Cause Nationale" ! la Fédération Française de Triathlon et la ligue IDF mettent en place de nombreuses actions pour faire bouger les français et promouvoir l'activité physique auprès de tous.

Si tu es curieux ou curieuse, découvre la présentation des différentes actions de la FFTRI 

[Présentation des actions](#)

## Offre d'emploi

Le club de Versailles Triathlon est à la recherche d'un entraîneur. Fiche de poste et contacts : [ici](#)

## Besoin de faire passer une info ?

Si tu souhaites faire passer une annonce, une idée, un retour sur la vie de la Ligue et ses événements, à contribuer à la rédaction de la prochaine newsletter, n'hésite à répondre à la newsletter du mois ou à envoyer un mail à [contact@idftriathlon.com](mailto:contact@idftriathlon.com)



**Ligue Île de France de Triathlon**  
2, Place Jules Gevelot  
92130 Issy-les-Moulineaux

**contact@idftriathlon.com**  
09 81 09 36 12

[Unsubscribe](#)

