



*Labellisé Club Formateur
Fédération Française de Triathlon*

SAISON 2009



TRIATHLON CLUB CARCASSONNE

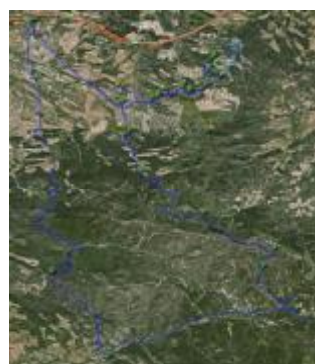
- 7, Rue d'Assas - 11000 Carcassonne -

Tel/Fax : 09 55 93 90 87 - www.tccarcassonne.com - Siret : 421 196 478 00018/926c

Le TCC remercie les **collectivités locales** :

- la **Mairie de Carcassonne** pour son appui financier, pour la mise à disposition de moyens matériels (barrières, podium, chaises, tables, bateau, lots récompenses), et pour le détachement de moyens humains (maître nageur et police municipale)
- le **Conseil Général de l'Aude** pour son appui financier et pour la mise à disposition de moyens matériels (arche d'arrivée, lots récompenses)
- la **CAC** : pour la mise à disposition du site du Lac de la Cavayère pour l'ensemble de nos organisations et pour l'aide logistique managée par Michel Martrou ;
- le **CIAS** pour la mise à disposition de ses locaux

Grâce à ce soutien, Le TCC a organisé 4 manifestations sportives en 2009.



TRIATHLON CLUB CARCASSONNE

- 7, Rue d'Assas - 11000 Carcassonne -

Tel/Fax : 09 55 93 90 87 - www.tccarcassonne.com - Siret : 421 196 478 00018/926c




Le TCC remercie **l'ensemble de ses partenaires privés** qui malgré un contexte économique difficile ont plus que jamais répondu présent et ont permis au club d'organiser, d'animer, de poursuivre sa politique de formation des jeunes et de contribuer aux liens sociaux entre les générations.

	<p>Mr Thierry DUVERGER PHOEBUS & ENVIRONNEMENT 11000 CARCASSONNE</p>
	<p>Mr VALERY – ARGEL 11000 CARCASSONNE</p>
	<p>Sébastien SARDA - RUNNING 31000 TOULOUSE</p>
	<p>Mr Alain BARRES – GROUPAMA SUD 11000 CARCASSONNE</p>
	<p>Mr BOISSONADE – LECLERC 11000 CARCASSONNE</p>
	<p>Mr FABBRO ZI du Pont Rouge 11000 CARCASSONNE</p>
	<p>Mr CALVET – MUTUELLE OCCITANE 11000 CARCASSONNE</p>
	<p>Mr Didier DARE – EVASION 2 ROUES 11000 CARCASSONNE</p>
	<p>Mr Philippe PAGES - FUN SPORTS CYCLES 11000 CARCASSONNE</p>

TRIATHLON CLUB CARCASSONNE

- 7, Rue d'Assas - 11000 Carcassonne -

Tel/Fax : 09 55 93 90 87 - www.tccarcassonne.com - Siret : 421 196 478 00018/926c

	<p>Nano GAYRAUD – SARL LUNA</p>
	<p>Mr O.PEREIRA - DECATHLON 11000 CARCASSONNE</p>
<p><i>La Ferme d'Empluhaut</i></p>	<p>http://empluhaut.free.fr - Christophe ROUX 32120 Saint Antonin</p>
 Spécialiste 4X4	<p>Mr Hubert CABOCEL 11000 CARCASSONNE</p>



Le TCC remercie ses **prestataires de service** habituels pour la qualité de leurs actions.

	
<p>Didier BERRUS Chronométrage</p>	
 <p>Michel. HORTALA et son équipe - Animation</p>	
	<p>Lieutenant Colonel GOUZE Pompiers Sécurité – Assistance médicale</p>
<p>MEDECINS</p>	<p>Docteurs BEAUBOIS- HULARD - Assistance médicale</p>
	<p>Ecole Ostéopathie - TOULOUSE</p>

TRIATHLON CLUB CARCASSONNE

- 7, Rue d'Assas - 11000 Carcassonne -

Tel/Fax : 09 55 93 90 87 - www.tccarcassonne.com - Siret : 421 196 478 00018/926c

	<p>CLUB CIBISTE BOULEVARD DES STATIONS</p> <p>Nounours et son équipe</p> <p>Sécurité – Logistique courses cyclistes</p>
	<p>MOTO CLUB PALAJONNAIS</p> <p>Mr CATHARY et son équipe</p> <p>Sécurité – Logistique courses cyclistes</p>

Le TCC remercie la Ligue Languedoc Roussillon de Triathlon pour la mise à disposition de matériel (parcs à vélos, sono, arches).

Le TCC remercie les 60 bénévoles qui se sont mobilisés pour que les compétitions se déroulent du mieux possible et les retours des concurrents à l'arrivée ont confirmé la bonne qualité de la prestation.

Grâce à votre soutien, le bilan sportif de nos organisations 2009 s'est avéré positif – quelques chiffres clefs :

4 épreuves réunissant un peu moins de 1000 concurrents :

Duathlon – Mars 09 : 173 concurrents

Trail – Avril 09 : 227 concurrents

Triathlon – Mai 09 : 530 concurrents

Bike&Run – Sept 09 : 30 concurrents



Provenance : locale, régionale, nationale et internationale



TRIATHLON CLUB CARCASSONNE

- 7, Rue d'Assas - 11000 Carcassonne -

Tel/Fax : 09 55 93 90 87 - www.tccarcassonne.com - Siret : 421 196 478 00018/926c

NOTRE PROFIL

Un club de 100 licenciés où il y a une place pour toutes et tous : 85% de compétiteurs mais aussi 15% en pratique loisir.

Fort développement du nombre de jeunes (30 jeunes de benjamins à juniors).

Nos courses sont régulièrement qualificatives pour les Championnats de France de Jeunes.

L'animation par notre entraîneur d'une section triathlon au sein du collège Varsovie à Carcassonne et d'une Ecole de Triathlon au sein du club



Notre statut de Club Formateur délivré par la Fédération Française de Triathlon.



TRIATHLON CLUB CARCASSONNE

- 7, Rue d'Assas - 11000 Carcassonne -

Tel/Fax : 09 55 93 90 87 - www.tccarcassonne.com - Siret : 421 196 478 00018/926c

Grâce à votre soutien, nous avons pu présenter aux 4 coins de France nos équipes Jeunes:

- aux Championnats de France de Duathlon à Châteauroux
- aux Championnats de France de Triathlon à Pierrelatte
- aux Championnats de France de Bike&Run au Touquet
- aux Championnats de France de cross à Belfort

Fort développement de la pratique féminine (30 féminines au sein du TCC)



TRIATHLON CLUB CARCASSONNE

- 7, Rue d'Assas - 11000 Carcassonne -

Tel/Fax : 09 55 93 90 87 - www.tccarcassonne.com - Siret : 421 196 478 00018/926c

RESULTATS

**Nos filles Championnes de France en catégorie scolaire -section Triathlon
Collège Varsovie, à Châteauroux**



**- une 3^{ème} place obtenue en catégorie Lycée aux Championnats de France de
Cross à Belfort.**



**- et une excellente 30^{ème} place au scratch (sur 45 équipes) par notre équipe
Juniors au Touquet (seule équipe junior)**



TRIATHLON CLUB CARCASSONNE

- 7, Rue d'Assas - 11000 Carcassonne -

Tel/Fax : 09 55 93 90 87 - www.tccarcassonne.com - Siret : 421 196 478 00018/926c

Des résultats globaux positifs et une présence du TCC affirmée en régional voire national :

- **des places d'honneur régulières entre la 1^{ère} et la 25^{ème} place de nos compétiteurs :**
Duathlon de Castelnaudary, triathlon de Caraman, triathlon de Vinça, triathlon de Labège, trail de la Cavayère, victoire aux 6h de Pomas pour l'équipe masculine, victoire au Relais des Poumpils pour l'equipe féminine, Coupe de France de Triathlon et de Duathlon à Gruissan...
- **4 athlètes s'étant illustrés lors du mythique Embruman**
- **1 athlète spécialiste du très longue distance ayant participé à de nombreux Ironman internationaux.**
- **6 équipes engagées au Relais des 5 Clochers, dont notre équipe Team Argel Pont Rouge obtenant la 4^{ème} place sur 250 équipes.**



TRIATHLON CLUB CARCASSONNE

- 7, Rue d'Assas - 11000 Carcassonne -

Tel/Fax : 09 55 93 90 87 - www.tccarcassonne.com - Siret : 421 196 478 00018/926c

DEPLACEMENTS CLUB

Pour assurer nos déplacements nombreux et souvent lointains dans les meilleures conditions, nous avons investi dans un minibus et décidé de mettre en avant nos partenaires par un covering soigné.



TRIATHLON CLUB CARCASSONNE

- 7, Rue d'Assas - 11000 Carcassonne -

Tel/Fax : 09 55 93 90 87 - www.tccarcassonne.com - Siret : 421 196 478 00018/926c

TCC SPIRIT

Un club qui en dehors de la formation, des compétitions, des performances, des organisations...accorde aussi une grande place à la **convivialité** et à la **solidarité** :

Sortie club Langogne – Juillet 2009



Le stand du TCC à la Semaine Espagnole de Carcassonne – Août 2009

Un grand merci à notre manager Le Stroumph



Encadrement sécurité de la Marche aux Flambeaux – Téléthon à Carcassonne le 5 Décembre 2009

TRIATHLON CLUB CARCASSONNE

- 7, Rue d'Assas - 11000 Carcassonne -

Tel/Fax : 09 55 93 90 87 - www.tccarcassonne.com - Siret : 421 196 478 00018/926c

NOTRE 1^{ER} FORUM SPORT&SANTE

Grâce au concours des médecins Hubert BEAUBOIS et Christian MOURRUT, nous avons organisé le 6 Janvier un forum Sport&Santé – Nutrition destiné à nos adhérents.



UN SITE INTERNET

Où les partenaires apparaissent en page d'accueil et au travers duquel ils peuvent accéder à tout ce qui fait la vie de notre association

Grand nombre de visites.

<http://www.tccarcassonne.com>

Sponsors

Historique et présentation du club

Blog News - Vidéos

Forum

Galerie Photos

Le Grenier du TCC (annonces de vente de matériel d'occasion)

Présentation de la section jeunes

Présentation de nos organisations

Revue de presse.

NOS RENDEZ – VOUS 2010

CARCASSONNE
SAISON 2010

21 MARS DECOUVERTE
DUATHLON SPRINT
LD

04 AVRIL 12KM
TRAIL 20KM
40KM

15 16 MAI DECOUVERTE
TRIATHLON SPRINT
CO O.M.

tcc.contact@free.fr
www.tccarcassonne.com

TRIATHLON CLUB CARCASSONNE

- 7, Rue d'Assas - 11000 Carcassonne -

Tel/Fax : 09 55 93 90 87 - www.tccarcassonne.com - Siret : 421 196 478 00018/926c

NOTRE NOUVEL ENTRAINEUR :

C'est avec plaisir que le TCC vous présente son nouvel entraîneur, Marjolaine COURREGE.

Marjolaine nous arrive du club de Brive où elle dirigeait l'équipe féminine engagée en 1^{ère} division nationale de Triathlon.

Elle dispose de toutes les qualifications : Brevet Fédéral 3 et BEESAN.



TRIATHLON CLUB CARCASSONNE

- 7, Rue d'Assas - 11000 Carcassonne -

Tel/Fax : 09 55 93 90 87 - www.tccarcassonne.com - Siret : 421 196 478 00018/926c

REVUE DE PRESSE :

ENDANT DIMANCHE 29 NOVEMBRE 2009

ASSONNE SPORTS

Triathlon

Le TCC s'invite en nombre au Relais des Cinq Clochers

Les Carcassonnais alignaient six équipes de cinq relayeurs chacune, autour de Vinassan.

Le Relais des Cinq Clochers est une course à pied de 40 km qui relie les villages de Vinassan, Coursan, Plany d'Aude, Siles d'Aude et Armissan. Les cinq participants de chaque équipe doivent effectuer à tour de rôle un parcours tantôt sur route, tantôt sur chemin, en se passant le relais à chaque village. Les distances et dénivelés, différents sur chaque tronçon, permettent à chacun de s'exprimer en fonction de ses préférences.

Pour cette nouvelle édition, organisée le dimanche 15 novembre, le Triathlon Club Carcassonnais (TCC) n'avait pas fait les choses à moitié puisque 6 équipes, dont deux équipes 100 % féminines, s'étaient données rendez-vous au petit matin à Vinassan, départ et arrivée de l'épreuve.

Un autre record était également battu cette année avec la participation de 218 équipes prouvant une fois de plus la réussite de cette épreuve particulièrement conviviale. C'est à 9 h, sous les encouragements de leurs équipiers, que s'élançèrent les 218 premiers relayeurs par une météo très douce. La première équipe, "Temps Course" franchit la ligne d'arrivée en 2 h 11.

Côté TCC, l'équipe 1 (Sébastien Adroit, Fred Gau, Marc Eric Bloch, Régis Rauquet, Thomas Guilhoume) termine 6^e en 2 h 22, l'équipe 2 (Sébastien Proux, Gérôme Paris, Huboud Grosroyat, Jean-Olivier Mausall, Olivier Séguier) 23^e en 2 h 39, l'équipe 3 (Jean-Michel Cavert, Patrick Harrouet, Jean-Michel Ravier, Patrick Schmitt, Christophe Boulay) 28^e en 2 h 42, l'équipe 4 (Jean-Louis Guilhoumet, David Guvalez, Gérôme Mouret, Jacques Beaus, Philippe Allart) 49^e en 2 h 52, l'équipe 5 (Edit Mounet, Valérie Cavertière, Isabelle Grosroyat, Marjolaine Courrège, Tactia Lequan) 132^e et 8^e féminines en 3 h 14, l'équipe 6 (Aurélié Pain, Laëtitia Légrand, Mathilde Dalmon, Adeline Roufas, Laëtitia Allart) 150^e et 14^e féminines en 3 h 38. Bravo à tous nos anciens, anciennes, nouveaux et nouvelles triathlètes. Un objectif est fixé : 10 équipes féminine prochaine !

Tous les résultats sont en ligne ici : <https://www.relaisdesCinqClochers.fr/>



Les photos et la vidéo sont sur le site. Rendez-vous le 21 novembre 2010 pour la prochaine édition.

Les Carcassonnais ont billé : 6^e place chez les hommes et 8^e chez les femmes.

TRIATHLON CLUB CARCASSONNE

- 7, Rue d'Assas - 11000 Carcassonne -

Tel/Fax : 09 55 93 90 87 - www.tccarcassonne.com - Siret : 421 196 478 00018/926c

Triathlon Hier, à Gruissan

Un final en apothéose...



Plus de 100 amateurs ont pris part au triathlon Open. (Photo F. TALLEU)

Après la Coupe de France des clubs, samedi, compétition nettement dominée par Beauvais, la (belle) journée d'hier était consacrée aux jeunes d'une part, aux vétérans de l'autre, et à tous les amateurs de triathlon pour finir.

L'eau du canal, à Gruissan, était aussi "frisquette" que la veille pourtant. Ça n'a pas empêché plus de 100 athlètes de plonger tête la première avant d'enfourcher leurs vélos, puis de rejoindre la ligne d'arrivée, à pied. A ce jeu-là, c'est Aurélien Lebrun qui s'est montré le meilleur, bouclant la distance en 53'20". Mentions également à Stéphan Navarre. Le premier Narbonnais obtient une formidable 1^oe place.

Dans le cadre du Master hommes, les Narbonnais devançant les Carcassonnais de 10 places au général. Mais la discipline a apparemment de beaux jours dans la préfecture qui présentait une équipe de jeunes filles dans l'épreuve réservée aux clubs féminins. ●

CLASSEMENTS

TRIATHLON OPEN

1er, Lebrun Aurélien (ESMGO) ; 2e, Quentin Durin (TUC) ; 3e, Louis Carr (Toulon) ; 15e, Navarre Stéphan (Triathlète club narbonnais) ; 20e (et 1^{re} féminine), Beaurepaire Aurélie (Blaritz) ; 30e, Roupier Jean-François (Alamy Méditerranée triathlon) ; 43e, Marty Brice (Eurey) ; 48e, Marco Fabien (TC Narbonnais) ; 116e, Trouillet Susie.

MASTERS HOMMES

1er, Toulon ; 2e, Boulik ; 3e, Seint-Gervais ; 24e, Triathlète club narbonnais (...) ; 28e, Aïss (...) ; 34e, Triathlète club carcassonnais ; 35e, Triathlète club narbonnais 2 ; 36e, AS Triathlon océan (...) ; 36e, Digne-les-Bains.

MASTERS FÉMININES

1^{re}, La Rochelle ; 2e, Mérieux.

MASTERS MIXTE

1er, Houllès ; 2e, Charnaux de Beziers ; 2e, Pivès.

CHALLENGE JEUNES GARÇONS

1er, Poissy ; 2e, Saint-Généviève ; 3e, Fiches-Maisons ; 4e, Valence ; 5e, Poissy 2 (...) ; 25e, La Grande-Motte (...) ; 50e, Les Angles...

CHALLENGE JEUNES FILLES

1er, Poissy ; 2e, Lyon ; 3e, Tricastin ; 4e, Saint-Généviève ; 5e, Val-de-Guy (...) ; 15e, TC Carcassonnais.

CHALLENGE JEUNES COMBINE

1er, Poissy ; 2e, Lyon ; 3e, Tricastin ; 7e, Saint-Cyprien.

L'Indépendant 5/10/09

TRIATHLON

Coupe de France des clubs

Comme en 2008, l'épreuve, la dentelle de la saison des triathlètes, s'est déroulée ce week-end à Gruissan. Les Beauvaisiens, filles et garçons, sont sortis avec vainqueurs de ce contre la montre par équipe. Cette coupe de France de triathlon était aussi compliquée aux coups de France de duathlon, féminin et masculin, ainsi que les challenges réservés jeunes et vétérans.

Vient tous les podiums du week-end.

Triathlon masculin (85 clubs) :

1. Beauvais 51'58, 2. Rouen 53'09, 3. St Raphaël 53'54... 83. Fleury d'Arde 1 h 34'57.

Triathlon féminin (55 clubs) :

1. Beauvais 59'58, 2. Fleury 1 h 00'07, 3. Clamartoux 1 h 02'02.

Triathlon combiné (48 clubs) :

1. Beauvais 1 h 02'46, 2. Poissy 1 h 05'36, 3. Pithouilly 1 h 09'55.

Duathlon masculin (34 clubs) :

1. Mulhouse 51'45, 2. ESMGO-Tr 52'42, 3. Les Sables 53'41... 21. TC Carcassonne 58'18.

Duathlon féminin (25 clubs) :

1. Casson Ségué 1 h 20'1, 2. Châteauneuf 1 h 25'3, 3. Issy-les-Moulineaux 1 h 29'0.

Duathlon combiné (17 clubs) :

1. Calais 1 h 35', 2. Châteauneuf 1 h 35'16, 3. Casson 1 h 38'57.

Challenge DCM/COM :

1. La Réunion 1 h 09'39, 2. Carcassonne 59'42, 3. La Réunion 1 h 02'14.

Challenge jeunes masculins

1. Poissy 31'29'51 ; 2. St-Généviève 29'55 ; 3. Nevers-Maisons, 31'00.

Challenge jeunes féminines

1. Poissy, 36'40 ; 2. Lyon, 35'15 ; 3. Triastir, 35'19... 15. Carcassonne, 48'04.

Challenge jeunes combiné

1. Poissy, 29'51 ; 2. Lyon, 35'08 ; 3. Triastir, 32'19.

Challenge masters masculins

1. Tricastin 59'31 ; 2. Boulogne, 1h00'58 ; 3. St-Généviève, 1h01'05... 24. Narbonne 1 h 06'01... 28. Carcassonne, 1h15'31 ; 35. Narbonne 2, 1h14'57.

Challenge masters féminines

1. La Rochelle, 1h13'44 ; 2. Mérieux, 1h15'24.

Challenge masters mixte

1. Fleury, 1h16'24 ; 2. Béziers, 1h15'21 ; 3. Pithouilly, 1h14'23.

Triathlon open Le Phœbus

1. Aurélien Lebrun (ESMGO), 53'01 ; 2. Bruno Gault (TUC), 56'15 ; 3. Marc Leves (Toulon), 56'56... 15. Stéphan Navarre (Narbonne), 1h02'25... 20. Jean-François Bougeba (Eurey), 1h02'01... 43. Brice Marty (Eurey), 1h05'56... 48. Fabien Marco (Narbonne), 1h07'18... 56. Akia Quinto (Eurey), 1h16'08.



Sortie de l'eau et changement de tenue pour le vélo. (Photo F. TALLEU)

Midi Libre 5/10/2009

le TCC poursuit sa progression, les licences sont en hausse

L'assemblée générale du Triathlon-Club carcassonnais s'est tenue dernièrement à l'ancienne mairie en présence de l'adjoint aux sports Christophe Fangeaux. Une assemblée générale empreinte d'émotion avec l'hommage rendu à l'animateur du club Julien Sorby, licencié au TCC depuis 1995 et entraîneur de 2007 à 2009. Il quitte le club et sera remplacé par Marjolaine Courrège, 28 ans, native d'Auch. Depuis 2007, elle avait en charge les entraînements du

Triathlon-Club briviste.

Le bureau, qui a été reconduit dans sa totalité, a vu le président Jean-Louis Ghilhounet remplir pour un an.

Le TCC, qui a vu le jour en 1986, sous l'impulsion de l'emblématique André Cano, affiche une santé exemplaire avec une augmentation de ses effectifs (+10%), soit 100 licenciés. On notera un développement de la pratique féminine. Le TCC poursuit sa politique de formation des jeunes et a obtenu le la-

bel «club formateur» délivré par la Fédération française de triathlon. L'école du club connaît un succès mérité, l'effectif a doublé depuis la rentrée 2008 (plus de dix jeunes), les résultats sont encourageants. Le club a mené cette année des missions d'accompagnement éducatif via le CNDS au sein du collège Gaston-Bobhueur à Trèbes. Le président Ghilhounet déplore la suppression de la dotation du conseil général qui finançait les transports des jeunes de la classe

triathlon de Varsovie (perte annuelle de 1 200 €). L'ensemble des actions du club a été rendu possible grâce à l'emploi sport. Qu'on se le dise, le TCC n'augmentera pas ses tarifs, l'adhésion annuelle reste inchangée: 165€ (compétition), 110 € (licence loisir entraînement) et 45€ (licence jeunes). Les tenues tri-fonctions sont toujours à 55 € (25€ pour les licenciés).

Côté finances, à la lecture du rapport de P. Anirepoque, on notera le solde positif de 6 138 €, somme qui permettra de venir en aide à l'emploi sport aidé et à l'achat de matériel. Le bilan sportif est significatif avec le succès remporté par le triathlon de la Cavayère et le challenge duathlon, par contre le bike and run n'a guère attiré les foules. Satisfaction des athlètes (4) au mythique iron-man d'Embrun, à la Coupe de France des clubs et aux différentes courses du département et au-delà. Signalons les qualifications aux « France » du duathlon, triathlon et cross de tous les jeunes.

Pour Christophe Fangeaux, adjoint aux sports, le TCC rentre largement dans les critères d'aide aux clubs (promotion des jeunes, trésorerie saine), il mérite d'être aidé financièrement: «Ceux qui font du bon boulot n'auront pas de souci à se faire». On peut contacter le TCC au 04 68 72 50 97 ou au 06 75 29 10 96, internet: www.tccarcassonne.com ou tcc@wanadoo.fr



L'école du club connaît un succès mérité, l'effectif a doublé depuis la rentrée 2008. Photo DDM.

Archives B. Garcia

TRIATHLON CLUB CARCASSONNE

- 7, Rue d'Assas - 11000 Carcassonne -

Tel/Fax : 09 55 93 90 87 - www.tccarcassonne.com - Siret : 421 196 478 00018/926c