



07

Retour sur le Bike&Run de Mâcon qui se termine par une première place pour notre club en termes de nombre d'équipes montées sur le podium au général du challenge régional... BRAVO A TOUS !!!

Montceau Tri Mag



03

Vie du bureau du club



11

Focus sur les règles d'arbitrage du triathlon



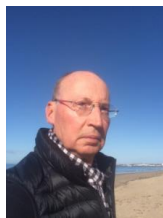
14

Quelques conseils nutritionnels pour le triathlon



16

Zoom sur deux sponsors du club



Chers licenciés,

Enfin le printemps ! Gageons que dame Météo nous le confirmera afin que nous puissions enfin préparer la saison de triathlon qui s'annonce, sans sortir les polaires, tours de cou et autres gants, bonnets et sur-chaussures.

Le Challenge Bike&Run 2018 s'est achevé ce 8 avril à Mâcon. Nous pouvons féliciter tous nos triathlètes qui ont participé, entièrement ou pas, à ce challenge régional. Au final, notre club réalise une excellente performance puisque qu'il termine premier au nombre de triathlètes montés sur le podium : onze équipes. Félicitations !!!!

Cet hiver aura été bien rempli côté courses pédestres avec de fortes participations du club au trail des trois Châteaux, à la Mornaysienne où nos amis paratriathlètes étaient engagés ou à la course des lacs de Sanvignes avec de bons résultats et des podiums en prime notamment chez les féminines.

Vous pourrez avoir un aperçu de ces épreuves en photos dans les pages suivantes.

Il faut aussi féliciter Ludivine Lequin qui s'est brillamment qualifiée aux demi-finales France de duathlon. Une équipe féminine du club a aussi été qualifiée pour la demi-finale D2 de duathlon. Et ce malgré une météo calamiteuse à Rully ce 11 mars dernier.

En perspective le triathlon du Pilon pour les qualifications aux France D3H et D2F de triathlon au Creusot le week-end de pentecôte.

En cet hiver 2018, le comité n'a pas chômé et travaille encore et toujours ardemment avec toutes les équipes constituées à la préparation énorme de la Coupe de France. Vous serez prochainement sollicités par ces équipes en tant que bénévoles sur l'organisation. L'affiche officielle, réalisée par Charline, est d'ailleurs présente dans ce numéro. Un grand et beau travail !

Un grand merci à Sophie et Marylène qui ont animé le stage jeunes des vacances de février où sérieux et convivialité ont participé à dynamiser cette jolie école de tri. Un nouveau stage, cette fois-ci organisé par la Ligue se tiendra à Mâcon du 20 au 22 avril et verra la participation de cinq de nos ch'tisathlètes encadrés par Sophie.

Côté stage, il faut souligner le succès annoncé de la participation à la semaine de vacances dans le Haut Var près des Gorges du Verdon qui aura lieu en ce mois d'avril. Entraînements et convivialité feront une nouvelle fois la preuve de la vitalité du club ! Reportage prévu dans la prochaine newsletter !

Au sommaire également de ce numéro, un rappel des règles d'arbitrage en triathlon surtout pour les nouveaux licenciés qui feront leurs premières compétitions, quelques conseils de nutrition que Lucie, diététicienne licenciée au club a la gentillesse de nous proposer, une présentation des entreprises Lambert et Aviva sponsors du club de longue date et quelques brèves d'humour chipées sur le web comme d'hab...

Bonne lecture et bon début de saison !

Le Comité Directeur

REUNION DU BUREAU DU 05/02/2018 CDF

Le lundi 5 février s'est tenue une réunion d'organisation pour la coupe de France des Clubs. Les points majeurs, abordés, lors de celle-ci furent :

- Anne Lamborot a été nommée responsable du secteur « Administratif, inscriptions ». Les principales actions de ce secteur seront d'établir des devis pour les bonnets, vestes ou encore un chapiteau

- Benoît Thierry a été nommé responsable du secteur « chronométrage » ayant pour missions de faire des demandes de prix auprès des fournisseurs tels que Chronoweb ou Yaka Chrono

- Rémi Demortière devient responsable du secteur « Vélo » qui aura pour actions de mettre en place la sécurité du parcours cycliste via des séparateurs ou autres outils

- Patrick Emorine devient responsable de la zone « course à pied » et aura pour mission d'étudier le parcours et proposer des solutions permettant d'améliorer la sécurité des coureurs

- Jean Da Eira, responsable du « parc » devra faire des demandes de chiffrages pour la sonorisation.

- Emile Fichet aura la casquette pour la gestion des sponsors

- Hélène Poutissou sera en charge de la restauration

- Isabelle Vaury, responsable de l'organisation de la soirée à l'Embarcadère, recherchera des devis pour la sono, la sécurité, le traiteur ou bien encore le ménage.

- Pour la partie communication, Alice Vaury et Ludivine Lequin avait pour mission de finaliser l'affiche

REUNION DU BUREAU DU 22/02/2018

Lundi 22 février a eu lieu une réunion du Comité Directeur.

Les points importants, abordés lors de cette rencontre, ont été les suivants :

- Ecole de Triathlon : les modalités de prise en charge des jeunes pour les B&R, épreuves Régionales, épreuves qualificatives pour les championnats de France, coupe de France et stages ligues 2018.

- Equipe D3 : Les 5 triathlètes ayant cumulé le plus de points seront qualifiés pour la demi-finale de triathlon du 17/06 à Besançon. Les manches qualificatives sont celle du Creusot (XS + poursuite) et celle de Chalain (S).

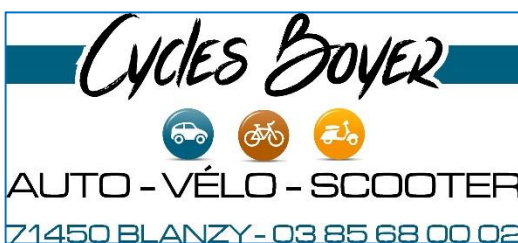
Les 5 meilleurs duathlètes seront qualifiés pour la demi-finale de Duathlon qui aura lieu à Villerupt. La manche qualificative a eu lieu lors du duathlon de Chalon/Saône le 13/03



- Coupe de France : Seront qualifiés à la coupe de France, à Montceau, les triathlètes ayant finis dans les cinq premiers lors du Triathlon de Besançon et lors du Duathlon de Chalon/Saône

- Challenge National des clubs vétérans (Montceau) : le club souhaite qu'une équipe masculine et féminine représente le club. Seront qualifiés, les 5 triathlètes ayant cumulé le plus de points au triathlon du Pilon (XS+ poursuite) et au triathlon S de Chalain

C.F/A.C





Alexis – Course des lacs de Sanvignes



Course des lacs de Sanvignes



Jeunes - Duathlon – Chalon sur Saone



Stage jeunes – Montceau les Mines



Stage jeunes – Montceau les Mines

**BOURGOGNE
FRANCHE
COMTÉ**

B&R Autun



B&R Autun



Marathon côte Chalonnaise - Benêt



B&R Vauzelle



Duathlon – Chalon sur Saône



Duathlon – Chalon sur Saône



Sortie vélo – 18/02/2018



BIKE & RUN – 08/04/18 – MACON

En ce dimanche 8 avril 2018 se tenait la dernière manche du challenge hivernal Bike and Run à Mâcon.

Le club Montceau Triathlon était représenté par trois équipes Jeune 1, 1 équipe Jeune 2 et 3 équipes adultes. Quelle que soit la catégorie, chaque parcours était roulant et plaisant.

Retour sur celui-ci en pages 7 et 8.

Au final, le challenge B&R a été une réussite pour le club Montcellien puisque onze équipes de triathlètes sont montées sur un podium juste devant Chenove Triathlon.

BRAVO A TOUTES ET TOUS, GRANDS ET PETITS !!!

Podiums en pages 9 et 10.

A.C





XS Cadet-Junior Féminine

SUZANNE ET LOLA	NIJDAM SUZANNE	BOUSSIER LOLA	CHENOVE TRIATHLON	590	1
Dijon triathlon 8	LABOURE Manon	PIERRON Andréa	DIJON TRIATHLON	200	2
MIWET GROSSET	MINET BLANCHE	GROSSET ANNAELLE	NL	190	3

XS Sénior Féminine

Gold Coast Rideuse	LABRY / HUMBLLOT Vick	GENTE Juliette	ROUGEOT BEAUNE TRI	300	1
Les petits cœurs	AZOUAGH Marion	NAUDOT Roselyne	NL	300	2
A la ramasse!	RACLOT Marion	DEMORTIERE Aude	MONTCEAU TRI	270	3

ND : La 1^{ère} place du podium a été départagée au nombre d'épreuve faite dans des départements différents

XS Vétéran Féminine

Les touristes Montcelliennes	TOUILLON Hélène	ROUSSEAU Sophie	MONTCEAU TRIATHLON	580	1
MONTCEAU LAURE et MARIE	ROCHAIX LAURE	BERTHIER Marie Pierre	MONTCEAU TRIATHLON	330	2
Team Passion et Plaisir	VAUDELIN Fabienne	BONNARDOT Martine	MONTCEAU TRIATHLON	290	3

XS Cadet – Junior Homme

Le bike and furious	FERNANDES SYLVAIN	JAMET LUCAS	SENS TRI	565	1
Wilumifaals	LAIR ANTOINE	CALVET FLORENT	Sens Triathlon	513	2
J'aime le veau	GUINOT Théo	COLABELLA Romain	Chenove triathlon	390	3
NEVERS TRIATHLON XS 02	GLEZ Solan	LABOPIN Alex	Nevers triathlon	390	3

XS Senior Homme

DESOLE POUR LE RETARD	GENISSON CLEMENT	ESSEIVA ROBIN	Besançon triathlon	562	1
Les rocos du 71	GREGOIRE Theo	SYVERY Tom	Autun triathlon	523	2
Les frères Meunier	MEUNIER Mickael	MEUNIER Alexandre	Sens triathlon	471	3

XS Vétéran Homme

Team PRO DST	DELANCE Michael	MARLOT Sylvain	Chalon/DST	580	1
Brune ou Blonde?	ROCHAIX Cyril	PERRIN Pierre	Montceau triathlon	488	2
Les cracheurs de feu	TOUILLON Vincent	DA EIRA Jean	Montceau triathlon	472	3

XS Cadet – Junior Mixte

Lulu et Nico	LEQUIN Ludivine	GALLARATI Nicolas	Montceau triathlon	650	1
Dijon1	TILLIER Arthur	FEBVRE Prune	Dijon triathlon	600	2
Chenôve Triathlon L&C	GAUTHERON Lauryne	SARADIN Clément	Chenove triathlon	350	3

XS Sénior Mixte

VERT 2 CHABLIS	LECOQUET Lelia	MAIRE Pierrick	VERT 2 CHABLIS	400	1
Père et fille	LEQUIN Marylène	LEQUIN Denis	Montceau triathlon	399	2
HENRY	HENRY Maryline	HENRY Yannick	ROUGEOT BEAUNE TRIATHLON	365	3

XS Vétéran Mixte

Christiane et Philippe	SIRI Christiane	BRAZILLIER Philippe	Dijon triathlon	590	1
Les Guilbeau	BEAUGEY Dominique	GUILLAUME Patricia	ROUGEOT BEAUNE TRIATHLON	323	2
Fubar	PROTOY VINCENT	FREY SOPHIE	Chenove triathlon	300	3

Féminine Jeune 2

Dijon15	LABOURE Méline	DANTAND Manon	Dijon triathlon	600	1
Les Turbo Girls	QUILLERY Lison	PERNIN Marion	Chenove triathlon	516	2
LES INDESTRUCTIBLES	THIBAUT Clara	ESCUDE MAGGI Garance	Sens triathlon	465	3

Homme Jeune 2

Les Rancho	RAMOISSENET Théo	GUICHARD Louis	TBL71	630	1
#CHENOVE	AUVITU Oscar	FAVIER Mathias	Chenove triathlon	560	2
Les axélérateurs	LOISY Victor	LAUPER axel	Chenove triathlon	519	3

Mixte Jeune 2

Les bikers	AUVITU Melchior	FAVIER Lucile	Chenove triathlon	575	1
Triathlon Mâcon Club 5	VIENNY Tess	VIENNY Loan	T Macon Club	419	2
Les étoiles d'or	BUFFIERE CELIA	DURAND ANTONIN	Montceau triathlon	404	3

Féminine Jeune 1

Les Brunettes	OLID Léanore	JULIEN Noémie	Chenove triathlon	600	1
Triathlon Mâcon Club 6	GIVORD CABRENA Tess	MALTETE Sasha	T Macon club	455	2
Les Zébulons	DA EIRA Zoé	GRIVAUT Lou	Montceau triathlon	447	3

Homme Jeune 1

Triathlon Mâcon Club 2	MACKENNEY Scott	DURY Hugo	T Macon club	490	1
Triathlon Mâcon Club 1	TINEL Erwan-Malo	SUTRA Nolan	T Macon club	390	2
Les flèches	DURAND Samuel	BUFFIERE Louis	NL/Chenove	386	3

Mixte Jeune 1

Les Tortues	COLIN Céléna	PERNIN Paul	Chenove triathlon	600	1
Jeanne et Hugo	RONDIER Jeanne	MENTRE Hugo	Montceau triathlon	290	2
Eléa et Titouan	BERARDAN Eléa	RONDIER Titouan	Montceau triathlon	260	3



L'essentiel des règles d'arbitrage pour éviter toute mauvaise surprise !

Le retrait des dossards

Si vous avez téléversé votre licence lors de l'inscription en ligne ou donné votre n° de licence, vous n'aurez besoin que de justifier de votre identité. Votre dossard pourra être retiré par un tiers, à condition que celui-ci justifie de son identité et de la vôtre.

Si vous avez une licence loisir, vous devez souscrire un PASS compétition et un certificat médical avec mention triathlon en compétition de moins de six mois.

Bien avoir en tête qu'à partir de votre retrait de dossard vous êtes susceptible d'être sanctionné par un arbitre et ce jusqu'à la clôture des résultats, la validation de l'inscription à une course valant prise de connaissance et acceptation du règlement de la course et de la réglementation générale.

Le contrôle de l'entrée de l'aire de transition

Vous devez mettre votre casque, avec jugulaire attachée et ajustée et vous assurer que les embouts de guidon soient bien en place sur votre vélo, avoir votre dossard attaché en 3 points, la plaque de cadre sur votre vélo et votre puce de chronométrage.

Le contrôle de l'intérieur de l'aire de transition

Vous ne devez pas laisser d'affaires encombrantes autour de votre emplacement avant le départ. Rien ne doit dépasser de la roue avant du vélo. Ne pas mettre de signes distinctifs qui vous permettraient de repérer plus rapidement votre emplacement. Repérer les sens de circulation dans l'aire de transition.

La participation au briefing d'avant course est conseillée bien que non obligatoire

L'organisateur et l'arbitre principal effectuent un briefing peu avant le départ de la course. Des informations importantes sont données, notamment sur les parcours et les éventuels dangers, l'emplacement de la zone de pénalité¹, la température de l'eau², et donc des décisions prises. (annulation natation, port ou non de la combinaison)

Les consignes sont de toute façon affichées sur le site et il appartient à chaque athlète de « rechercher » l'information.

Les cartons

Carton jaune : Stop & Go à tout moment de la compétition.

Arrêt pour remise en conformité ou rappel de la règle et départ au « go » de l'arbitre.

Fautes courantes :

Dossard mal positionné, casque retiré avant dépôt du vélo ou non attaché avant prise du vélo, jet de déchets en dehors des zones de propreté (pour aller récupérer ses déchets), non-respect des lignes de montée sur le vélo et de descente du vélo à l'aire de transition.

Carton bleu ; uniquement sur le vélo pour l'abri aspiration ou pour parler français, le drafting (cette sanction peut être différée).

C'est le non-respect des distances entre concurrents et véhicules sur le parcours 3.

2 cartons bleus maximum, et disqualification automatique au 3ème carton bleu.

Il est de la responsabilité du coureur de se rendre sur la zone de pénalité et d'effectuer sa pénalité en annonçant son nombre à l'arbitre.

Si la sanction n'est pas effectuée ou mal respectée (constatée par l'arbitre de la zone de pénalité), cela entraîne la disqualification.

Carton rouge ; disqualification ou mise hors course. Il faut rendre son dossard (cette sanction peut être différée)

- Cas de disqualification : comportement déplacé, insulte à arbitre, bénévole, autre concurrent, public, nudité dans l'aire de transition. Non-respect du code de la route en vélo. Aide extérieure. Jet de déchet en dehors de la zone de propreté, sans possibilité de se remettre en conformité.

- Pour une mise hors course : Passage hors délais au niveau des barrières horaires.

Quelle que soit la sanction, l'arbitre devra attirer votre attention par un coup de sifflet, en annonçant votre numéro de dossard et en présentant



EURL LHOMET

Travaux de maçonnerie, couverture, zinguerie et carrelage

Lionel AULOY

Le Chêne Vert - 71210 SAINT EUSEBE

E. mail: lionel.auloy@wanadoo.fr

Tél. 06.19.34.59.36 - Fax 03.85.68.22.79

le cas échéant le carton adéquat pendant environ 5 secondes.

A savoir aussi :

- Dossard ventral pour la CAP. Il doit être visible au passage de la ligne d'arrivée sinon pas de classement, Il peut néanmoins être tenu et présenté à la main.

- Dossard dorsal pour la partie cycliste.
- Le port des écouteurs est interdit sur toutes les courses.
- La présence d'une caméra sur le casque de vélo est interdite.
- La fermeture éclair de la tri-fonction doit être au-dessus du sternum uniquement dans les 200 derniers mètres.
- Si vous perdez votre puce, vous pouvez continuer, vous serez classé mais sans vos temps intermédiaires.
- Si vous terminez sans dossard, vous ne pourrez pas être classé, gardez bien votre second dossard, il pourrait être utile après la transition vélo.

UN RAPPEL IMPORTANT :

Un arbitre est présent pour faire respecter les règles, assurer l'équité entre les concurrents et leur sécurité. Son intervention est prioritairement éducative avant d'être éventuellement répressive. Il privilégiera la remise en conformité. Sa décision est irrévocable.

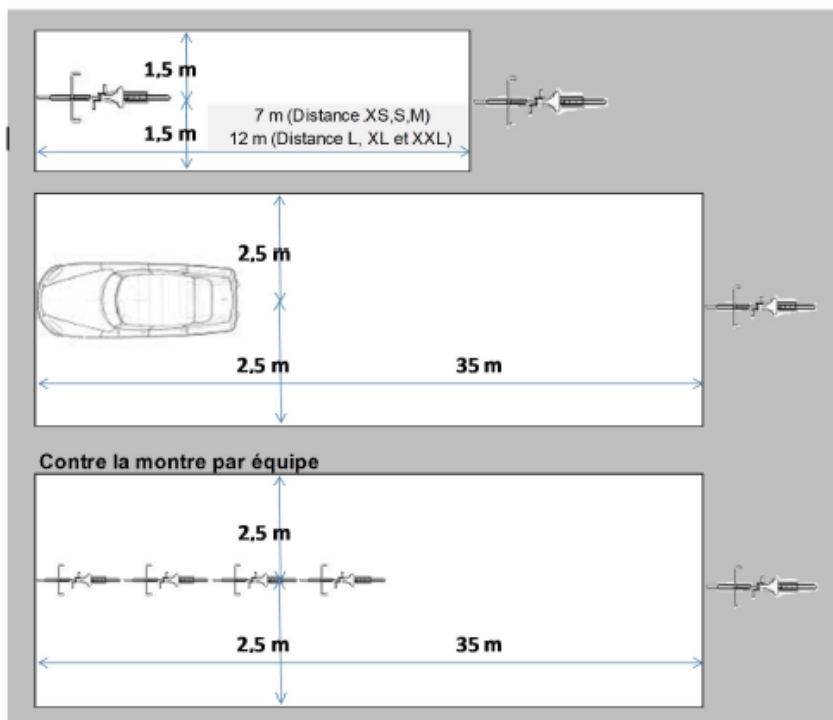
Les pénalités

épreuve	Par carton(2 maxi)
XS / S	1 minute
M	2 minutes
L à XXL	5 minutes

La température de l'eau

	Jeunes	Distances XS à XXL
Annulation natation	$\leq 16^{\circ}\text{C}$	$\leq 12^{\circ}\text{C}$
Combinaison obligatoire		$\leq 16^{\circ}\text{C}$
Combinaison interdite	$\geq 24^{\circ}\text{C}$	$\geq 24^{\circ}\text{C}$

La distance abri-aspiration (à l'appréciation de l'arbitre)



Vous pouvez consulter [la Réglementation Générale Fédérale](http://www.fftri.com/files/pdf/20170928_R%C3%A9glementation_sportive_2018_couleur_avec_couverture_(1).pdf) pour connaître tous les détails de l'arbitrage notamment de la page 49 à la page 61 en suivant le lien :

[http://www.fftri.com/files/pdf/20170928_Réglementation sportive 2018 couleur avec couverture \(1\).pdf](http://www.fftri.com/files/pdf/20170928_R%C3%A9glementation_sportive_2018_couleur_avec_couverture_(1).pdf)

Au club, deux licenciés officient : Jean Da Eira et Eric Pollier.

Si d'autres licenciés veulent se lancer dans l'aventure et aider le club à remplir ses quotas d'arbitrage, ils seront les bienvenus. Prendre contact avec Jean si envie...

Affiche officielle de la Coupe de France des Clubs de Triathlon 2018



COUPE DE FRANCE
TRIATHLON
DUATHLON

Epreuve sélective aux championnats
d'Europe et du Monde 2019

13 - 14 OCTOBRE 2018

MONTCEAU-LES-MINES

FÉDÉRATION
FRANÇAISE DE
TRIATHLON
CLUB FRANCE



Et si on parlait un peu alimentation ?

La newsletter a demandé à Lucie Reynier, diététicienne licenciée au club de répondre à quelques questions concernant l'alimentation du triathlète avant, pendant et après l'effort, c'est une donnée qui nous paraît essentielle et l'avis de son expertise aidera à notre préparation !

Lucie travaille à A la Maison médicale de Saint Vallier, 2 avenue Geneviève Anthonioz de Gaulle à SAINT VALLIER.

Vous pouvez retrouver toutes ses publications, conseils, recettes sur son site : <http://www.dieteticienne71.fr/> ou : <http://www.luciecuisine.blogspot.com/> pour ce qui est des recettes

Elle est aussi l'auteure de plusieurs ouvrages édités aux éditions Marie-Claire.



NL (Newsletter) : Lucie, allons droit au but ! Comment préparer un triathlon (M, L ou XL) la semaine avant (ou plus avant) l'épreuve côté alimentation ? Axons plutôt cette question sur des épreuves longues, une épreuve courte nécessite peut-être moins une alimentation adaptée.

LR (Lucie Reynier) : Pour préparer une grosse épreuve de triathlon (M, L, XL...) il est indispensable d'avoir une alimentation équilibrée 2 à 3 mois avant l'épreuve. Cela vous aidera également à bien gérer votre entraînement et récupération pendant cette période.

Quelques points pour comprendre comment ça marche :

- Le corps humain a besoin d'énergie pour fonctionner correctement.
- Cette énergie est apportée par l'alimentation
- Quand on fait du sport on a besoin d'encore plus d'énergie
- En moyenne un sportif a besoin entre 2000 et 3000Kcal par jour, cela dépend l'âge, de la taille, du sexe, de la période d'entraînement.
- Plus l'exercice est intense et de longue durée, plus il faut de l'énergie

Cette énergie doit être apportée par un bon équilibre des nutriments à chaque repas :

- Des légumes : pour les fibres et les vitamines, crus ou cuits
- Des féculents : pour l'énergie, à adapter selon la faim et les entraînements.
- Des protéines : entre 120 et 150g de viande, poisson ou 2 œufs ou 2 tranches de jambon ou des légumes secs, pour reconstituer les muscles après effort.
- Produit laitier : laitage, fromage, laitages végétaux enrichis en calcium... pour les protéines et le calcium.
- Un fruit : que l'on peut consommer avant le repas pour une meilleure digestibilité.

Pour les collations avant et / ou après entraînement : tournez-vous vers des fruits secs, céréales complètes, laits végétaux, bananes, compotes, chocolat noir, biscuits « diet », gâteaux maison...

NL: Lucie, Que privilégier pour le dernier repas avant l'épreuve ?

LR : Consommez des féculents en bonne quantité en privilégiant du riz complet, pâtes, semoule, légumes secs (selon votre tolérance digestive) en quantité un peu supérieure à l'habitude.

Ajoutez une source de protéines maigres : poisson, viande blanche, œufs, jambon, tofu...

Et quelques légumes verts cuits.

On peut rajouter ensuite fruit ou compote, laitage...

Il est même conseillé de faire ce type de repas l'avant-veille de l'épreuve également.

Ne pas manger un repas moins de 3H avant la compétition mais boire régulièrement.

NL : Que consommer et boire pendant l'effort ?

LR : On peut boire de l'eau légèrement sucrée (sirop ou jus de fruit) à raison de 100mL toutes les 20min pour garder le taux de sucre dans le sang constant

Niveau alimentation, on teste avant sur les entraînements ce qui nous est le plus digeste. Essayez les aliments type pâte d'amande, banane, biscuits salés, barres sportives, pâtes de fruits... Commencer à consommer ces collations en petites quantités toute les 30min environ.

NL : Bon, et ensuite, comment bien récupérer ? Quel type de collation ?

LR : Après l'effort on réhydrate l'organisme et on reconstitue des réserves d'énergie. On cherche également à éliminer les toxines liées à l'effort.

Pour cela quelques habitudes simples :

- Faire un repas riche en sucre lents et en protéines pour que le corps puisse se reconstruire après l'effort. Ajoutez quelques légumes pour réhydrater et reminéraliser le corps.

- Se réhydrater régulièrement toutes les 20min pendant 4h suivant l'épreuve avec de l'eau, du lait, du jus de fruit...

- Le lendemain midi, continuez avec un repas riche en féculents mais plus léger que celui de la veille

NL : Au niveau boisson, as-tu une boisson à privilégier avant l'épreuve, pendant l'épreuve ? sels, sucres ?

LR : Une idée boisson anti-crampes et alcalinisante pour avant l'épreuve : mélanger 1 pincée de "nigari" (on en trouve en magasin bio, c'est du magnésium) + 1/2 cac de bicarbonate dans 1L d'eau (si vous êtes sensibles des intestins, gardez uniquement le bicarbonate. Pendant l'épreuve : de l'eau ou de l'eau avec un peu de sirop ou de jus de fruit selon votre tolérance digestive.

Après l'épreuve : l'eau de Vichy est parfaite pour sa teneur en sel, bicarbonates et minéraux.



NL : Tu n'aurais pas une idée de gâteau sport sans trahir d'éventuels secrets ?

LR : Mon pain d'épices, avec farine de riz dans l'idéal pour plus de digestibilité avant l'effort (voir photo)

<http://lucieculinaire.blogspot.fr/2013/01/pain-depices-moelleux.html>



NL : Un grand merci Lucie pour tous ces judicieux conseils !

C.P



ZOOM SUR DEUX PARTENAIRES

Partenaire : AVIVA

Directeur : M. CORREARD (2007)

Adresse : Montceau les mines 17 bis, Quai Général de Gaulle

L'agence Emploi 4 personnes au service des particuliers, des entreprises, des associations culturelles et sportives pour tout ce qui relève du domaine de l'assurance.

Aviva est à la fois assurance et partenaire du club Montceau triathlon depuis la création du club par Paul Gaumont.

Parmi ses salariés AVIVA compte un membre de notre Club Nicolas FEBVRE.

E. F



O. CORREARD/ N. FEBVRE

Partenaire : Transports LAMBERT

Entreprise familiale créée en 1930 elle est dirigée actuellement par Jean Pierre et Alain LAMBERT.

La quatrième génération par l'intermédiaire de Camille LAMBERT la fille de Jean Pierre en poste au sein de la société a choisi la filière du transport assurant ainsi pour la famille la continuité de l'activité.

Cette entreprise basée 20 rue de Chatillon à Montceau les mines est spécialisée dans le transport de Marchandises. Elle rayonne en priorité via ses lignes régulières Bourgogne Rhône Alpes en inter régionale mais aussi sur tout le territoire national voir quelques excursions aux pays limitrophes ?

Elle compte 32 salariés et une flotte de 27 ensembles super lourds.

Attachée au tissu Local, à l'implication des dirigeants du milieu sportif et au défi sportif c'est tout naturellement que lorsque l'un de ses chauffeurs a savoir Angelo PELLIZZARI (préparant et bouclant ensuite l'EMBRUNMAN) licencié au club sollicite la société en 2006, celle-ci répond positivement pour devenir sponsor.

Les liens étroits entretenus avec les différents présidents et dirigeants font des Transports Lambert le premier sponsor à devenir Partenaire et ayant son nom flocké sur nos tenues.

Passé de 60 à 160 Licenciés, le nom des Transports Lambert a depuis apparus sur bon nombre de Podium.

E.F

LAMBERT
TRANSPORTS NATIONAUX



A. CAMILLE / J. P. LAMBERT



Pour tous les potes du club qui préparent intensément leur half ou leur Iron, quelques saines et malicieuses pensées trouvées sur le web... pour les encourager ! C.P

QUAND TU VEUX T'INSCRIRE A UN IRONMAN

23h50



0h00
Ouverture des
inscriptions



0h02
Fin des
inscriptions



Voltrés



70.3

I'm Only
Half Crazy!

