



CREFED

**EPEE
LYON**



SAISON 2018/2019



Centre Régional d'Entraînement, de Formation Et de Détection

Structure d'entraînement labellisée par :

- la Fédération Française d'Escrime (Parcours d'Excellence Sportive)
- la Région Auvergne-Rhône-Alpes
- la Direction Régionale de la Jeunesse, des Sports et de la Cohésion Sociale

Objectifs :

- Favoriser le double-projet scolaire et sportif
- Accompagner la jeune génération et favoriser l'émergence du haut-niveau
- Donner aux tireurs la possibilité de rester licenciés dans leur club d'origine

Au-delà du double-projet, la vocation du CREFED Lyon Épée est de favoriser le projet de vie de nos athlètes et de leur permettre de conserver le lien avec leur milieu social (famille, amis, club, maître d'armes).

Encadrement du **CREFED Lyon Épée**



- **Michael LEGROS** : coordonnateur du CREFED, entraîneur
 - *crefed-epée@escrime-ligue-lyon.asso.fr / 06 74 91 84 52*
- **Gwezheneg BERSON** : enseignant d'escrime
- **Luc TULOUP** : coordonnateur de la formation
- **Alexis DELEPLANCQUE** : préparateur mental
- **Dr Stéphanie LOGNON** : médecin référent

D'autres personnes interviennent auprès du groupe :

- Le Centre de Formation des enseignants **CERA Formation** cohabite salle Barbas et intervient ponctuellement auprès des sportifs.
- Les salariés de la Ligue d'Escrime du Lyonnais accompagnent les athlètes au niveau de la communication (**Manon COTTREL**) et des démarches administratives (**Marie-Françoise CHARDET** et **Florence BLANCHARD**)

Entraînements du CREFED Lyon Épée



Lieux d'entraînement :

- Salle Barbas, gymnase Colbert – 1, rue Louis Chapuy – 69008 LYON
2 arrêts de tram ou 15 minutes à pied entre le lycée et la salle Barbas ou entre la gare et la salle Barbas.
- Séances d'assauts dans les clubs partenaires (aujourd'hui : Vénissieux, Corbas, Bron)

Entraînements :

L'équipe technique est responsable du contenu des entraînements et de la planification de la saison sportive. Le déplacement et le coaching en compétition sont assurés par le club et le maître d'armes.

- 10 à 12 heures d'entraînement par semaine, du lundi au jeudi (entraînement en club le vendredi si possible)
- Leçons individuelles et collectives
- Préparation physique et mentale
- Séances d'assauts dans les clubs partenaires
- Formation fédérale obligatoire (arbitre, animateur, éducateur)
- Stage de préparation aux Championnats de France

L'entraînement est modulé en fonction des résultats scolaires et du calendrier sportif par l'équipe technique.

Entraînements du CREFED Lyon Épée



Stage de préparation aux Championnats de France

- 2015 : *Budapest*
- 2016 : *Vérone*
- 2017 : *Barcelone*
- 2018 : *Paris*
- 2019 : ?



Résultats du CREFED Lyon Épée



LILIAN NGUEFACK

(Académie d'Escrime de Bron)
Champion d'Europe par équipe M20
Plovdiv - 2017



KENDRICK JEAN-JOSEPH

(Académie d'Escrime de Bron)
Vainqueur du Circuit Européen M17
Bonn - 2017



AGATHE BOURREAU

(Académie d'Escrime de Bron)
Double médaillée de bronze
aux Jeux Méditerranéens
Marseille - 2017



ANDRIC PIANFETTI

(Escrime Ouest Lyonnais)
Vice-champion d'Europe
Maribor - 2017

Résultats du CREFED Lyon Épée



Sélectionnés en équipe de France :

- *Championnats d'Europe M17 2015* : Andric Pianfetti
- *Championnats du Monde M17 2015* : Andric Pianfetti
- *Championnats d'Europe M17 2017* : Sacha Pianfetti (partenaire d'entraînement), Kendrick Jean-Joseph, Elodie Garneri
- *Championnats d'Europe M20 2017* : Lilian Nguefack
- *Championnats du Monde M20 2017* : Lilian Nguefack

+ sélections pour les circuits européens et mondiaux, individuellement et par équipe

Appelés en Pôle France Relève

- *2015* : Andric Pianfetti (Reims)
Yoran Vasseur (Reims)
- *2017* : Élodie Garneri (Talence)
Lilian Nguefack (Reims)
Simon Contrepois (Reims)

Lycée Auguste et Louis Lumière



En escrime, la sélection est rude pour atteindre durablement le plus haut-niveau. On constate à chaque olympiade l'émergence de nouvelles nations performantes et la concurrence internationale devient de plus en plus importante.

Cette concurrence et l'amateurisme de la discipline nécessitent la poursuite d'une scolarité normale.

L'escrime, sport complet et complexe, fait autant appel à des capacités physiques qu'intellectuelles. Ces valeurs confèrent à nos sportifs une forme d'application et d'organisation que l'on retrouve dans les méthodes scolaires d'apprentissage. Il est ainsi courant de constater que de nombreux escrimeurs de haut-niveau atteignent en parallèle un niveau élevé d'étude.

Les pensionnaires du CREFED sont scolarisés au lycée Auguste et Louis Lumière de Lyon (8^e).



Lycée Auguste et Louis Lumière



Le lycée Auguste et Louis Lumière est une structure très bien organisée qui accueille de nombreux sportifs dans des dispositifs allant de la structure régionale au Pôle France Espoirs, en passant par l'Olympique Lyonnais féminin et le LOU rugby.

La volonté affichée par le chef d'établissement et son équipe est de placer le sport au cœur du projet de l'établissement. Grâce à l'étroite collaboration existant avec le pôle sport de la DRJSCS, cet établissement s'avère tout à fait adapté au développement d'une structure d'accès au haut-niveau.

Les athlètes scolarisés au Lycée Lumière obtiennent automatiquement le statut de sportif de haut-niveau auprès du rectorat.

Sur demande des élèves, des cours de soutien peuvent être mis en place sur des matières spécifiques.

Le lycée dispose d'un internat mixte récemment construit, ouvert du dimanche soir au vendredi. Il est possible de rentrer jusqu'à 21h30 les soirs d'entraînement et de prendre un repas chaud.



Pôle Universitaire

Un Pôle Universitaire sera intégré au CREFED Lyon Épée à la rentrée 2018.

Celui-ci permettra aux athlètes qui souhaitent poursuivre leurs études supérieures à Lyon (tireurs ou non du CREFED au lycée) de bénéficier d'horaires aménagés pour s'entraîner au plus haut niveau.

A travers ce pôle, notre but est de donner aux sportifs prometteurs les moyens de lier son projet sportif et son projet universitaire dans les meilleures conditions, tout en conservant un lien social fort avec son environnement personnel.

L'effervescence du milieu universitaire lyonnais et les bons rapports que la Ligue d'Escrime du Lyonnais entretient avec celui-ci font de l'université le partenaire adapté à la mise en place de ce pôle.

L'augmentation de l'effectif devrait permettre de créer un véritable groupe d'entraînement plus autonome pour des séances d'assauts.



Accompagnement **médical**

- Un examen médical obligatoire est demandé avant l'entrée au CREFED. Les modalités de cet examens sont communiquées dès la confirmation de l'inscription.
- En début de saison, un bilan préventif sera effectué afin d'orienter le travail de préparation physique et limiter les risques de blessure.
- Les athlètes sont **suivis** tout au long de leur passage au CREFED (médecine du sport). La prise de rendez-vous est **facilitée** et **prioritaire**. Les mineurs sont toujours **accompagnés** lors des rendez-vous médicaux.
- La Ligue d'Escrime du Lyonnais, par le biais de sa commission médicale (présidée par le Dr Stéphanie Lognon), assure l'information et le suivi de ces sportifs tout au long de leur parcours au sein de la structure (autorisations médicales, réathlétisation).



Accompagnement **médical**

- Le suivi médical des tireurs du CREFED est réalisé sur l'un des quatre plateaux techniques référents de la DRJSCS : **l'hôpital Édouard Herriot à Lyon**. C'est une structure hospitalière experte en médecine de l'exercice et du sport qui reçoit les populations des Parcours de l'Excellence Sportive.

Les personnels de ces structures (médecins, infirmières, techniciens, psychologues, diététiciens, kinésithérapeutes ...) peuvent assurer à la fois la réalisation du suivi réglementaire, la prise en charge de pathologie ou le suivi de l'entraînement.

Les médecins responsables de cette structure sont réunis régulièrement autour de thèmes tels que : le suivi médical, la prévention, l'enseignement, la recherche ...

- En parallèle, la kinésithérapie et la réathlétisation peuvent être prises en charge de manière efficace par **le centre Vendôme**, situé dans le centre de Lyon et déjà fréquenté par plusieurs clubs d'escrime lyonnais.

Tarifs du CREFED Lyon Épée



- **1800€/saison**, soit 180€/mois sur 10 mois de septembre à juin pour les scolaires

Ce tarif comprend :

- L'entraînement tout au long de l'année scolaire
- La préparation physique et la préparation mentale
- Le stage de préparation aux Championnats de France
- L'accompagnement par les salariés de la Ligue du Lyonnais : administratif, médical, communication

Ce tarif ne comprend pas :

- L'internat et la restauration au lycée
- La licence et la cotisation club
- Les déplacements en compétition

- **900€/saison**, soit 90€/mois sur 10 mois de septembre à juin pour les universitaires



CONTACT

MICHAEL LEGROS

crefed-epee@escrime-ligue-lyon.asso.fr

06 74 91 84 52