MINISTÈRE
DE L'ÉDUCATION
NATIONALE,
DE LA JEUNESSE
ET DES SPORTS

Liberté
Égalité
Fraternité

CREPS
cnea
FONT-ROMEU

La Région
Occitanie
Pyrénées - Méditerranée

LIVRET D'ACCUEIL
DU SPORTIF EN POLE

L'EXCELLENCE AU SOMMET

Antoine LE BELLEC

DIRECTEUR DU CNEA

Bienvenue au Centre National d'Entraînement en Altitude...

Toute l'équipe du Centre National d'Entraînement en Altitude vous souhaite la bienvenue au sein d'un pôle sportif de l'établissement. Nous sommes fiers de pouvoir vous accompagner pour favoriser votre réussite sportive et scolaire ainsi que votre épanouissement personnel. Le CNEA est un centre emblématique qui dispose d'installations sportives et de services adaptés aux exigences du sport de haut niveau.
Cette rentrée 2021 est particulière. La pandémie de COVID-19 nous a bouleversé et nous impacte encore dans nos modes de vie. Le monde du sport a été très perturbé et la situation reste encore critique.

Votre comportement, votre vigilance et votre détermination à respecter les mesures barrières seront déterminants pour garantir un maximum de sécurité et vous permettre de vivre votre passion sportive.
Vous faites partie de la centaine de jeunes en pôle qui a le privilège de pouvoir s'entraîner ici alors donnez le meilleur de vous-même.
Votre responsable de pôle sera votre référent au quotidien en mettra tout en œuvre pour favoriser votre bien être et votre réussite.
Notre équipe sera vos côtés pour répondre vos besoins, vous encourager et suivre avec passion vos futurs résultats.

Bonne saison sportive !

LE PROJET SPORTIF

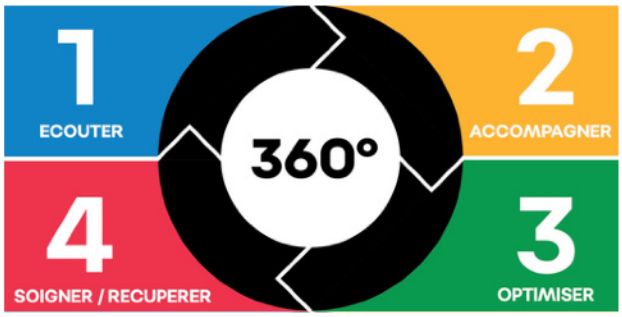
Le sport est dépassement de soi. Le sport est école de vie.

CE PROJET DOIT ÊTRE CLARIFIÉ EN DÉBUT D'ANNÉE ET SE DÉCLINER EN OBJECTIFS. CE PROJET EST VOTRE CHOIX. VOTRE ENGAGEMENT NE DOIT PAS S'ENVISAGER COMME UN SACRIFICE MAIS COMME UN CHEMIN D'ÉPANOUISSEMENT À UNE MEILLEURE CONNAISSANCE DE VOUS-MÊME. AU-DELÀ DES RÉSULTATS SPORTIFS, CE PARCOURS DIFFICILE SUR LEQUEL VOUS ÊTES ENGAGÉ DOIT VOUS PERMETTRE D'ACQUÉRIR DES COMPÉTENCES QUI VOUS SERONT UTILES TOUT AU LONG DE VOTRE VIE. LE SPORT DE HAUT NIVEAU EST UNE ÉCOLE DE LA VIE.

LE CNEA 360° PERFORMANCE SERVICE

En intégrant un pôle sportif au sein du CREPS, vous bénéficiez d'un accompagnement spécifique défini avec votre entraîneur et la direction technique nationale de votre fédération sportive.
Les équipes du service CNEA 360° performance sportive du CREPS seront présentes tout au long de l'année pour vous 'accompagner en fonctions de vos priorités dans quatre grands domaines de la performance sportive :

- ECOUTER: stratégie d'individualisation, conseil, veille scientifique, planification.
- ACCOMPAGNER: préparation physique, évaluation et profilage, réathlétisation, hypoxie-chaleur- humidité.
- OPTIMISER: projet de performance individualisé, psychologie, préparation mentale, stratégie nutrition-hydratation.
- SOIGNER / RECUPERER: suivi médical et traumatologique, soins kinésithérapie et ostéopathie, analyses biologiques, soins infirmiers.



LES CONDITIONS D'ENTRAÎNEMENT

Le CREPS met à votre disposition:

- des installations sportives de qualité
- des installations de préparation physique
- une unité de récupération
- des équipes de spécialistes

Votre attitude doit être exemplaire:

- respectez les personnels du CREPS
- respectez vos partenaires
- respectez les équipements et le matériel
- respectez la propreté des lieux

CONDITIONS DE LA REUSSITE

- FIXEZ VOUS DES OBJECTIFS RÉALISTES, CONCERTÉS AVEC L'ENTRAÎNEUR
- INVESTISEZ VOUS A CHAQUE ENTRAINEMENT
- APPRENEZ À ANALYSER VOS PERFORMANCES (REUSSITES ET ECHECS)
- SOYEZ A L'ÉCOUTE DE VOS ENTRAÎNEURS ET APPLIQUEZ LEURS CONSEILS
- RESPECTEZ LES PERSONNES QUI VOUS ACCOMPAGNENT ET LES BIENS QUI SONT MIS À VOTRE DISPOSITION

FORMATION SCOLAIRE ET UNIVERSITAIRE

Un double projet ambitieux.

SE PROJETER DANS SA VIE, SAVOIR CE QUE L'ON VEUT AUJOURD'HUI ET CE QUE L'ON FERA PLUS TARD N'EST PAS SIMPLE. LE PROJET SPORTIF EST TOUJOURS INTÉGRÉ DANS UN PROJET DE VIE. ET CE PROJET DE VIE NÉCESSITE DE DÉVELOPPER DES COMPÉTENCES DANS LE MÉTIER ÉVENTUELLEMENT ENVISAGÉ POUR PLUS TARD.
C'EST LA RAISON POUR LAQUELLE, IL EST ESSENTIEL DE MENER DE FRONT VOTRE PROJET SPORTIF ET UNE FORMATION SCOLAIRE ET/OU UNIVERSITAIRE. SANS FORCÉMENT EN AVOIR CONSCIENCE, VOTRE PARCOURS DE SPORTIF QUI NÉCESSITE, TRAVAIL ET ENGAGEMENT, VOUS PERMETTRA DE DÉVELOPPER DES COMPÉTENCES UTILES DANS VOS ÉTUDES, UNE CONFIANCE EN VOUS ET PLUS LARGEMENT DANS LA VIE.

SCOLARITE AU COLLEGE LYCEE PIERRE DE COUBERTIN

Si vous êtes collégien ou lycéen au sein de l'établissement Pierre de Coubertin, vous pouvez être externe ou être hébergé à l'internat.
Dans tous les cas votre statut de sportif en pôle vous permet de disposer d'horaires aménagés pour l'entraînement, de possibilité de report des contrôles et des évaluations, ainsi que la mise en place de tutorat quand c'est nécessaire.

Vie scolaire:
Les CPE sont vos interlocuteurs privilégiés pour la vie scolaire. Votre professeur principal est en relation avec un enseignant chargé de planifier vos absences et vos tutorats (en lien avec le CREPS).

UFR STAPS DE FONT-ROMEU

Si vous poursuivez des études au STAPS de Font-Romeu, vous pouvez disposer d'un aménagement de votre scolarité et des examens.
Au sein du CREPS, un référent en charge du suivi-socioprofessionnel des sportifs de haut niveau sera votre interlocuteur pour vous accompagner dans vos démarches et suivre l'évolution de votre scolarité.

CAMPUS CONNECTE DE FONT ROMEU

Le campus connecté labellisé par le Ministère de l'Enseignement Supérieur, de la Recherche et de l'Innovation, le campus connecté de Font-Romeu associe la souplesse de l'enseignement à distance et un tutorat individuel et collectif afin de mieux accompagner les étudiants. Il est spécialisé dans l'accueil des sportifs de haut niveau en lien avec le CREPS.

Les avantages du campus connecté:

- Un lieu d'apprentissage moderne, convivial et connecté
- Des formations proposées par l'ensemble des établissements d'enseignement supérieur
- Des études suivies à distance au rythme de chacun
- Un accompagnement spécifique
- Un partenariat avec l'université de Perpignan pour favoriser le suivi des étudiants
- Un accès aux services de la vie étudiante

SERVICE MEDICAL

La santé comme priorité

LA SANTÉ DES SPORTIFS EST LA PRIORITÉ DU CNEA

- Un bilan de santé obligatoire est exigé pour pratiquer le sport à haut-niveau. Le Suivi Médical Règlementaire (SMR) est organisé par chaque fédération sportive, laquelle peut le cas échéant, solliciter le CNEA pour sa mise en œuvre.
- La prévention, le soin et la récupération constituent également des axes d'intervention essentiels pour vous permettre de réaliser votre projet sportif.
- Pour toute démarche, c'est votre entraîneur qui constitue le lien privilégié avec le médecin de la fédération et le médecin du CNEA.

L'EQUIPE MEDICALE

L'équipe médicale est composée:

- 1 médecin du sport / chef de service
- 1 médecin du sport spécialisé sur l'accompagnement à la performance
- 1 ostéopathe / 2 kinésithérapeutes
- 2 infirmiers
- 1 secrétaire médicale

LES AXES D'INTERVENTION

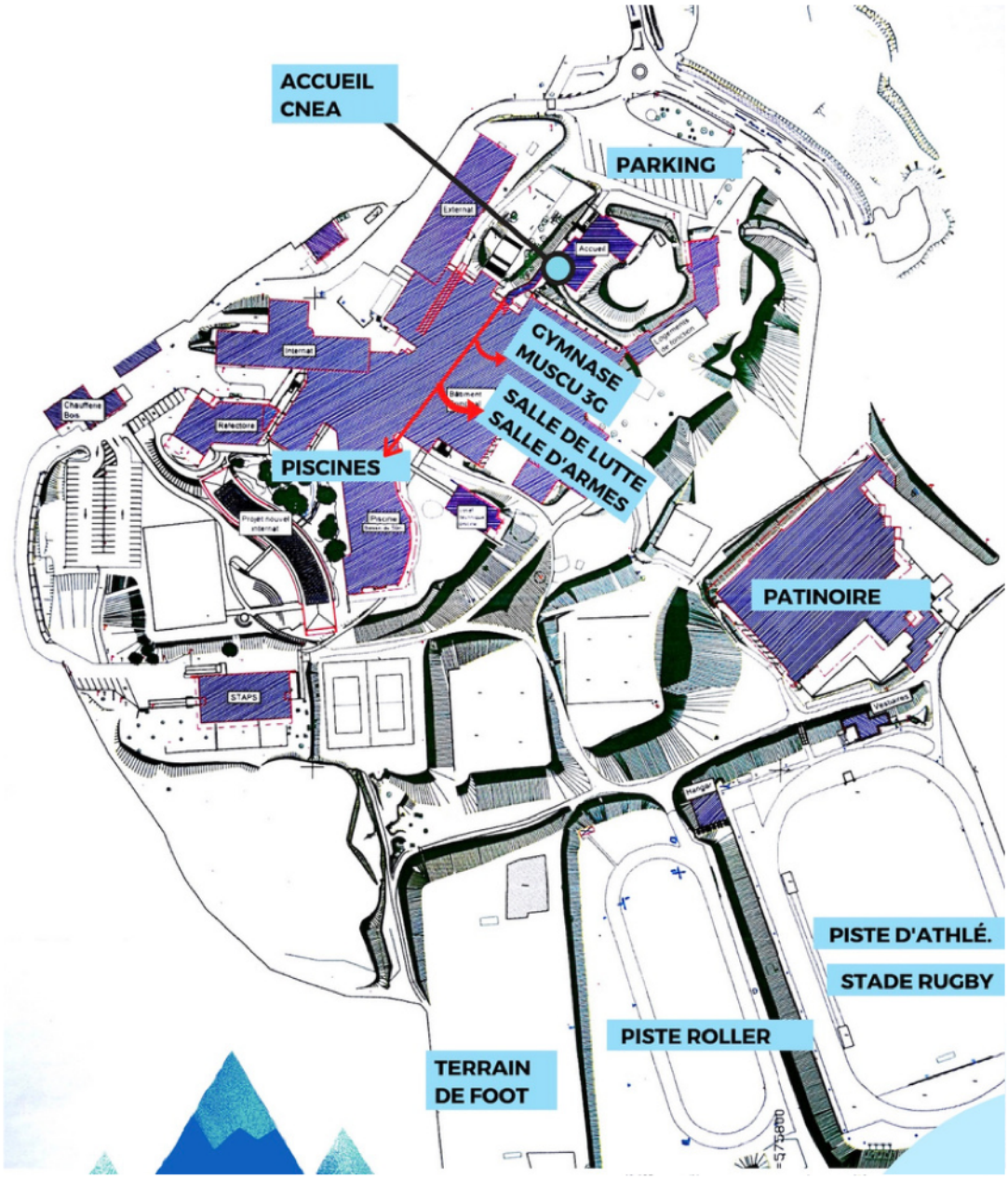
- Le suivi médical et traumatologie
- Le suivi infirmier
- Les soins en kinésithérapie et ostéopathie
- Récupération (massages, cryothérapie, presso-thérapie)

L'équipe Médicale travaille conjointement avec le Pôle Performance 360° notamment par la mise en œuvre :

- De tests de profilage pour chaque sportif des pôles en lien avec les entraîneurs.
- De la réathlétisation après une période de blessure ou d'arrêt de l'entraînement.

Garder le cap...

PLAN DES INSTALLATIONS



VOTRE BADGE D'ACCES

Il vous permet d'accéder aux différentes salles de l'établissement. Ce badge est nominatif, il ne doit pas être prêté et vous êtes responsable de son utilisation.

REGLEMENT INTERIEUR

Les sportifs des pôles doivent se conformer au règlement intérieur du CREPS. Lors des entraînements, ils sont sous la responsabilité de l'entraîneur.

Notre équipe...

LES RÉFÉRENTS PERFORMANCE

ANNE RIFF
Accompagnement des pôles, référent suivi-socioprofessionnel.

NICOLAS BOURREL
Coordination de l'équipe Performance
Planification de l'entraînement, analyse des paramètres physiologique et stress environnementaux.

VALERIE AUDET
Analyse DATA et vidéo
Préparation physique, réathlétisation, profilage

FRANCIS DISTINGUIN
Projet de performance
Formation des entraîneurs

A la demande de vos entraîneurs, le CNEA dispose d'un réseau d'experts susceptibles d'être mobilisés à la demande des entraîneurs (psychologie, préparation mentale, coaching, nutrition, yoga, gymnastique, ...)

PSQS: PORTAIL DE SUIVI QUTIDIEN DU SPORTIF

Consultez votre profil et votre suivi sur le site:
www.portail-sportif.fr

COORDINATION DES PÔLES AU CNEA

Anne RIFF
anne.riff@cnea-fontromeu.fr
06 32 64 87 27

ACCUEIL DU CREPS

Horaires: 8h à 12h et 13h à 17h (7j/7)
Téléphone: 04 68 30 86 60
Web: www.cnea-fontromeu.fr

ECOUTE 24H/24 ET 7J/7
PREVENIR LES VIOLENCES DANS LE SPORT

Téléphone : **119**
Au CREPS / infirmerie / médecin / adultes référents

INFOS

LE CENTRE DE PREPARATION A LA HAUTE PERFORMANCE DU CNEA

DÉBUT DU CHANTIER AUTOMNE 2021
LIVRAISON PHASE 1 2023
LIVRAISON PHASE 2 2024

CREPS MONTPELLIER-FONT ROMEU
SITE DE FONT-ROMEU
3 AVENUE PIERRE DE COUBERTIN
66120 FONT-ROMEU

CREPS
MONTPELLIER
FONT-ROMEU