

CEEM

CENTRE D'ENTRAÎNEMENT MEDITERRANEE



PRESENTATION GENERALE



HISTORIQUE ET MISSIONS

En 2002, Kito de Pavant, membre du Yacht Club de La Grande Motte, remporte la Solitaire du Figaro, course majeure du circuit de la course au large en solitaire. **En 2003**, sous son impulsion en particulier, **le Centre d'Entraînement Méditerranée (CEM) est créé.**

Département haut-niveau du Yacht Club de La Grande Motte à l'origine, **le 1er janvier 2009**, le CEM devient une structure indépendante et obtient la **labélisation Pôle Espoir - Course au Large.**

Aujourd'hui le CEM est une structure de référence en Méditerranée pour l'entraînement du Haut Niveau professionnel en course au large, et depuis 2017 il s'est diversifié en accueillant d'autres séries : Diam 24, Nacra 17, Nacra 15,

Les missions du CEM :

- **Détecter** les jeunes à potentiel
- Former les jeunes et leur permettre d'**accéder au haut niveau**
- Assurer une **permanence d'entraînement**
- Proposer un **suivi sportif et médical** individuel

Le CEM offre toutes les prestations nécessaires à la réalisation de projets et d'objectifs sportifs :

- Place à quai, aire de carénage, zone de stockage
- Permanence d'entraînement spécifique sur l'eau (développement voiles, polaires de vitesse, conduite, manœuvres, etc...)
- Préparation physique / Préparation mentale (en collaboration avec le CREPS de Montpellier)
- Suivi médical et paramédical (en collaboration avec le CREPS DE Montpellier)
- Formation spécifiques : Météorologie, communication, recherche de sponsors, mécanique, etc.
- Soutien logistique sur les épreuves
-



LES FILIERES DE HAUT NIVEAU AU CEM

INSHORE

A partir de 18 ans



Diam 24



Trimaran
Equipage
Circuit professionnel

COURSE AU LARGE

A partir de 18 ans



Figaro



Monocoque
Solitaire / double
Circuit professionnel

ENGINS A FOILS

De 16 à 21 ans



Nacra 15



Catamaran Jeune
Double mixte
Circuit World Sailing

A partir de 20 ans



Série Olympique

Nacra 17



Catamaran Olympique
Double mixte
Circuit Olympique

A partir de 20 ans



Série Olympique

Kite



Solitaire
Circuit professionnel

EFFECTIFS CEM

	CATEGORIE AGE	BATEAUX CEM	EFFECTIFS SUR BATEAUX CEM	CAPACITE TOTALE D'ACCUEIL POLE		
		Nombre de bateaux	Nombre de personnes	Nombre de bateaux	Nombre de personnes	
POLE ESPOIR	COURSE AU LARGE Serie FIGARO	A partir de 18 ans	1	2	5	10
	INSHORE Série DIAM 24	A partir de 18 ans	1	5	6	40
	CATAMARAN Série NACRA 15	De 16 ans à 21 ans	3	6	5	10
POLE FRANCE	CATAMARAN Série NACRA 17	A partir de 20 ans	2 (FFVoile)	4	6	12
	KITEBOARD Série KITE FOIL (Open Racing)	A partir de 20 ans	0	0	8	8
	KITEBOARD Série KITE TWIN TIP (Freestyle)	A partir de 20 ans	0	0	8	8
TOTAL				17		88

L'EQUIPE ET LES REFERENTS DU CEM

SALARIES CEM



Responsable Communication - Administration
Camille ELBEZE



Accueil - Administration
Caroline LECHAT



Responsable Technique - Coordination
Guillaume Rottee



Entraîneur Nacra 15
Nicolas JEGOU

PRESTATAIRES



Entraîneur Figaro
Christopher Pratt



Entraîneur Nacra 15/17
Jason SANDERS



Préparateur Sportif
Romaric Linares



Entraîneur Diam 24
Nicolas Berenger



Entraîneur Nacra 17
Hugues Puimatto



Préparateur Sportif
Franck Imbach



Kinésithérapeute
Alain Carmand



Entraîneur Kite
Antoine Weiss



Préparateur Mental
André ARMAND

DETACHE PAR LE MINISTERE



Responsable sportif - Entraîneur National Nacra 17
Franck Citeau

FONCTIONNEMENT DES SERIES CATAMARAN NACRA 15 et NACRA 17



PROGRAMMATION SPORTIVE

OBJECTIF : Participation aux Championnat d'Europe, Championnat du Monde et aux Jeux Olympiques

FONCTIONNEMENT

Sur chaque compétition le Pôle et/ou la FFVoile mettrons à disposition des participants du Pôle :

- 1 entraîneur
- 1 semi-rigide d'encadrement
- 1 véhicule (capacité de transport 6 personnes + 1 Nacra 17)
- 1 remorque (capacité de transport 2 Nacra 17)

Les frais d'inscription et de déplacements sont à la charge de chaque coureurs.

ENTRAÎNEMENTS NACRA 15



OBJECTIF : effectuer un minimum de 15 jours d'entraînement par mois

FONCTIONNEMENT NACRA 15

- 2 entraîneurs encadrent l'activité en alternance : Nicolas Jegou et Jason Saunders
- Les entraînements sont mis en place sous forme de permanence d'entraînement (4 ou 5 après-midi par semaine)
- Stages de regroupement type "coach regatta" 2 fois par an

Le Pôle Espoir de La Grande Motte utilise des outils moderne d'encadrement :

- Caméra 360
- Data logger et centrale inertielle
- Logiciel d'analyse de la performance (trace, biorythme, etc.)
- Outils de mesures : laser, balance de précision, banc de mesure pour les mâts et les lattes, etc.



Nicolas JEGOU



Jason Saunders

ENTRAÎNEMENTS NACRA 17



OBJECTIF : effectuer une moyenne de 15 jours d'entraînement par mois

FONCTIONNEMENT

- 2 entraîneurs encadrent en alternance le groupe Relève : Hugues Puimatto, et Jason Saunders
- 1 entraîneur national encadre l'Equipe de France : Franck Citeau.
- Les entraînements seront mis en place sous forme de blocs de 5, 10 ou 15 jours
- Stages de regroupement type "coach regatta" 2 fois par an



Hugues Puimatto



Jason Saunders

Le Pôle France de La Grande Motte utilise des outils moderne d'encadrement :

- Caméra 360
- Data logger et centrale inertielle
- Logiciel d'analyse de la performance (trace, biorythme, etc.)
- Outils de mesures : laser, balance de précision, banc de mesure pour les mâts et les lattes, etc.



Franck Citeau

SUIVI ET PREPARATION DES SPORTIFS

OBJECTIF : un corps sain dans un esprit sain !

FONCTIONNEMENT

- Bilan morpho-dynamique obligatoire réalisé par le Kinesithérapeute - Ostéopathe référent du CEM
- Surveillance Médicale Réglementaire (SMR) assurée par le **CREPS** (visite médicale à la charge du sportif, puis remboursée par la FFVoile si statut SHN). 2 visites bilan à effectuer chaque année.
- Préparation physique et suivi assurée par Romaric Linares et/ou Franck IMBACH avec un **minimum de 4h par semaine**
- Accès à la salle de musculation de La Grande Motte et du CREPS à Montpellier
- Kinésithérapeute à disposition sur le site du CREPS à Montpellier (5 jours par semaine à partir de 17h00).
- Accès prioritaire au service spécialisé de médecine et de chirurgie du sport au CHU Lapeyronie à Montpellier.



EN OPTION

- Accès salle de récupération (cryothérapie) au CREPS à Montpellier
- Préparation mentale et suivi au CREPS à Montpellier
- Bilan et suivi nutritionnel.
- Scolarité : cours du CNED (CREPS).

HEBERGEMENT et LOGISTIQUE

FONCTIONNEMENT

- Zone de stockage dans un parc à bateau fermé
- Espace de stockage matériel dans container et/ou hangar

EN OPTION

- Internat en demi ou pension complète au CREPS à Montpellier
- Internat en demi-pension au Lycée MERMOZ à Montpellier
- Hébergement CEM à La Grande Motte (uniquement pendant la durée des stages)



CONVENTION AVEC LE POLE (CEM)

Charte des coureurs du CEM



CHARTe des COUREURS

Le Centre d'Entraînement Méditerranée a pour objectif d'optimiser les performances individuelles de chaque COUREUR par l'intermédiaire du groupe. L'objectif affiché pour atteindre le plus haut niveau de performance est de travailler ensemble pour que chacun progresse et se rapproche de ses objectifs personnels.

Cette charte a pour objectif de préserver l'unité du groupe, de protéger le travail, l'implication et le respect de chacun, du groupe et du centre.

Article 1 : Chaque COUREUR s'engage à **partager avec les membres du groupe** son expérience, ses compétences, et son professionnalisme, et cela du plus expérimenté au moins expérimenté et inversement. La démarche est active, il appartient à chacun de se prendre en charge pour demander de l'aide ou des conseils.

A l'extérieur du groupe, chaque COUREUR s'impose un **devoir de réserve**. Chacun s'engage à ne pas divulguer à l'extérieur du groupe l'ensemble des savoirs partagés, et cela aussi bien durant le temps d'appartenance au centre, qu'après. Cette règle de confidentialité vise d'une part, à protéger les secrets techniques, technologiques ainsi que toutes connaissances favorisant l'accès à la performance, et d'autre part à protéger chaque COUREUR dans ce qu'il sait et dans ce qu'il est.

Article 2 : Chaque COUREUR qui intègre le centre d'entraînement, s'engage à **agir dans le respect et pour la préservation de la mer**.

Article 3 : Une semaine avant le début de toute compétition, **chacun est libre de se préparer comme il estime devoir le faire**, mais est toujours tenu au devoir de réserve évoqué dans l'article 1.

Article 4 : Chaque COUREUR est **responsable de son travail** (préparation technique, logistique, physique, psychologique, financière...), de son implication dans le groupe et **de ses résultats sportifs**. Il appartient à chacun de s'interroger sur ses succès comme sur ses échecs.

Article 5 : Chaque COUREUR s'engage à prendre lors de chaque session d'entraînement tout ce qui est proposé par le centre. Cet article vise au respect des intervenants et à l'organisation.

Article 6 : Pour le bon fonctionnement du groupe, chaque COUREUR s'engage à **respecter les règles de courtoisie et de savoir-vivre** qui permette à un ensemble de personnes de fonctionner ensemble (ponctualité, assiduité, écoute de l'autre, respect d'autrui).



CEM – Esplanade Jean Baume – 34280 LA GRANDE MOTTE – France
Tél : +33 (0)6 60 62 60 71 – E-mail : cemed@orange.fr – Web : <http://cemediterranee.wixsite.com/cemediterranee>

Convention Coureur CEM - FFVoile



CONVENTION CEM - POLE FRANCE RELEVÉ SAISON 2019

ENTRE LES SOUSSIGNES :

Centre d'entraînement Méditerranée – Pôle France Relève, association régie par la loi de 1901, dont le siège est situé Esplanade Jean Baume – 34280 LA GRANDE MOTTE,

Représenté par son Président par délégation du Président de la FFVoile, **Monsieur Michel CAMBOULIVE**, dûment habilité aux fins des présentes,

Et en présence de son Directeur sportif **Franck CITEAU** désigné par le DTN, Monsieur Jacques CATHÉLINEAU,

Ci-après dénommée le « **Pôle** ».

D'UNE PART

ET

Mr / Mme / Mlle _____

domicilié(e) à Ville _____, département _____

et licencié(e) à la Fédération Française de Voile sous le numéro _____

SERIE FIGARO. SERIE DIAM 24. SERIE NACRA 15 SERIE NACRA 17 SERIE KITE

Ci-après dénommé « **le sportif** » / « **la sportive** ».

D'AUTRE PART



FÉDÉRATION FRANÇAISE DE VOILE
17, rue Henri Racquillion 75015 Paris
Tél : 01 40 60 37 00 - Fax : 01 40 60 37 37 - www.ffvoile.fr
La Fédération Française de Voile est l'organisme officiel de la voile, membre de l'ITIA et du C.A.S.S.F. Reconnue d'utilité publique par décret du 20/02/75

COÛTS DE FORMATION

		POLE ESPOIR			POLE FRANCE		
		COURSE AU LARGE Serie FIGARO et Mini 6.50	INSHORE Serie DIAM 24	CATAMARAN Serie NACRA 15	CATAMARAN Serie NACRA 17	KITEBOARD Serie KITE FOIL (Open Racing)	KITEBOARD Serie KITE TWIN TIP (Freestyle)
Permanence d'entraînement		Oui - 4j / mois	Non - 7 stages de 5j / an	Oui - 5j / semaine	Non - 180j / an	Non - 10 stages de 5j / an	Non - 2 stages de 5j / an
Préparation physique		Accès salle de musculation	Accès salle de musculation	Oui - 3 séances / semaine	Oui - 3 séances / semaine	Oui - 2 séances / semaine	Oui - 2 séances / semaine
Suivi médical		En option	En option	Oui - SMR (CREPS)	Oui - SMR (CREPS)	Oui - SMR (CREPS)	Oui - SMR
Suivi socio-professionnel		Oui	Non	Oui	Oui	Oui	Oui
Préparation mentale		En option	En option	En option	En option	Oui - 1 séance / mois	Oui - 1 séance / mois
Suivi kinésithérapeute		Oui - 1 séance / mois	En option	En option	Oui (CREPS)	Oui (CREPS)	Oui (CREPS)
Accompagnement sur les compétitions		Oui - Epreuves CFCLE	En option	Oui	Oui	Oui	Oui
Mise à disposition de matériel		Pour 2 jeunes skipper seulement Projet skipper Espoir CEM	Pour 1 équipage seulement Projet Team Diam 24 Espoir CEM	Pour 3 équipages seulement	Pour 2 équipages seulement	Non	Non
Stockage du matériel		Oui	Oui - 3 mois	Oui	Oui	Non	Non
COÛT INSCRIPTION POLE		2 750,00 €	3 100,00 €	5 450,00 €	250 €	250 €	250 €
Bateau / support		Achat : 260 000 € Location annuelle : 40 000 €	Achat : 70 000 € Location : annuelle : 25 000 €	Achat : 22 000 € Location annuelle : 5 000 € Mise à disposition CEM : 1 100 €	Achat : 35 000 €	Achat : 15 000 €	Achat : 10 000 €
COÛTS ADDITIONNELS Fonctionnement Equipment / Préparation Entretien Déplacements Compétitions		Minimum 50 000 €	Minimum 25 000 €	Minimum 5 000 €	Minimum 20 000 €	Minimum 25 000 €	Minimum 20 000 €
Hébergement / Internat		20 € / Semaine sur les stages uniquement	20 € / Semaine sur les stages uniquement	Entre 1 600 et 6 000 €	20 € / Semaine sur les stages uniquement	20 € / Semaine sur les stages uniquement	20 € / Semaine sur les stages uniquement

CONTACT

Guillaume Rottée
Coordinateur Pôle



06 59 14 58 70



cemed@orange.fr

Esplanade Jean Baumel
34280 LA GRANDE MOTTE

