

# CLE d'AMIENS

## Haltérophilie



## **INTRODUCTION**

**page 3**

## **A. LE CLE d'AMIENS DANS LE PROJET FEDERAL**

**pages 3-4**

- 1. Objectifs de la structure**
- 2. Critères de recrutement**

## **B. PRÉSENTATION DE LA STRUCTURE**

**pages 4-7**

- 1. la salle d'entraînement**
- 2. Equipe d'encadrement**
- 3. Planning du pôle**
- 4. Les règles de vie**
- 5. Les suivis**
- 6. Transports**
- 7. Hébergement**

## **C. LES FORMATIONS**

**pages 7-9**

- 1. Collèges**
- 2. Lycées**
- 3. Université**

# ***Introduction***

La structure d'entraînement d'Amiens a été créée en 1997.

Elle a été initiée par le CTR de l'époque, M. Yanick Gricourt, qui a mis en place un Centre Régional d'Entraînement et de Formation (CREF). Cette structure a ensuite évolué pour devenir un Pôle Espoirs.

En 2010, dans le cadre de la Révision générale des politiques publiques (RGPP), l'État a décidé de fermer le CREPS d'Amiens. À la suite de cette décision, la Direction Technique Nationale (DTN) a rebaptisé la structure « Centre Local d'Entraînement » (CLE), aujourd'hui intégré au Plan de Performance Fédérale (PPF), qui constitue la filière de haut niveau de la Fédération Française d'Haltérophilie-Musculation (FFHM).

Depuis sa création, la structure d'Amiens a toujours eu pour objectif d'être un centre d'entraînement servant de tremplin vers les Pôles France et Équipes de France.

Au total, près de 130 athlètes ont été formés au sein de cette structure par des cadres techniques expérimentés. Parmi eux figurent notamment Mickaël Ponchard, Alexis Jérôme, Alexandra Besse, Samuel Lebret et Benjamin Pedrak. Plus récemment, Alexine Bizeau, Noé Anty-Manier et Julie Roussel, actuels membres des équipes de France jeunes, y ont également été formés.

La structure a aussi contribué à la formation d'entraîneurs reconnus, tels que Ludovic Huré, du Koala Club de Villers-Bretonneux, ainsi que l'actuel CTR des Hauts-de-France, David Duhautoy.

Aujourd'hui, le CLE d'Amiens accueille des athlètes collégiens, lycéens et universitaires.

**L'internat sera obligatoire pour les athlètes extérieurs à Amiens afin d'avoir une cohérence dans la gestion du fonctionnement de la structure.**

## **A. LE CLE d'AMIENS DANS LE PROJET FEDERAL**

Une équipe disponible et à votre écoute pour mener à bien le DOUBLE projet  
**« Sportif et Professionnel »**

### **1. Objectifs de la structure :**

Le CLE d'haltérophilie d'Amiens a pour mission d'accueillir les meilleur(e)s athlètes jeunes (U13 à U23) de la région Hauts-de-France et régions extérieures afin de leur proposer des conditions de préparation et de réussite dans leur projet sportif et scolaire / universitaire / professionnel.

- Alimenter le Pôle France
- Participer à la pratique compétitive
- Participer aux stages fédéraux

Cette notion de double projet est fondamentale et rythme la vie du sportif, ainsi que l'organisation du fonctionnement de la structure. Dans le domaine sportif, l'objectif est de faire évoluer les athlètes vers :

- Accéder au niveau national et plus
- Progression dans la charge d'entraînement / Travail renforcement physique et mental
- Maîtrise du répertoire gestuel haltérophile
- Perfectionnement technique
- Entrer dans une démarche de performance

Dans le domaine scolaire / universitaire / professionnel, l'objectif est d'accompagner le sportif dans les différentes phases de la concrétisation de son projet grâce au travail en commun avec les partenaires.

- Définition, mise en œuvre et suivi/soutien du parcours de formation
- Accompagnement dans la période post-formation
- Intégration dans la vie active

### 3. Critères de recrutement

Le recrutement s'effectue sur dossier. Le CLE d'Amiens est ouvert aux licenciés FFHM. Conformément au cahier des charges du plan de performance fédéral (PPF) de la FFHM, les haltérophiles désirant intégrer la structure doivent être des Jeunes Talents détectés (profils) U13/U15, prioritairement, mais la structure accueille également tout autre licencié U17, U20 et universitaires.

## B. PRÉSENTATION DE LA STRUCTURE

Depuis sa création en 1997, les entraînements se déroulaient au Coliseum d'Amiens. La mairie ayant exprimé le souhait de relocaliser ces activités en 2024, et en l'absence d'informations nouvelles concernant ce projet, une réflexion avait déjà été engagée pour envisager une alternative.

Dans ce contexte, des échanges avec M. SOETE, professeur d'EPS au lycée Branly, ont conduit à étudier la possibilité d'un accueil au sein de la Cité scolaire d'Amiens. Cette solution permettrait d'améliorer l'organisation des entraînements, d'optimiser la gestion du temps et de répondre davantage aux enjeux liés au développement durable.

Ainsi, la Ligue régionale Hauts-de-France d'haltérophilie a décidé de centraliser en un même lieu l'entraînement, l'hébergement et la restauration au sein de la Cité scolaire d'Amiens à la rentrée de 2024, qui regroupe trois établissements : les lycées Édouard Branly, Louis Thuilliez et Édouard Gand.

Cette organisation présente plusieurs avantages majeurs. La cité scolaire d'Amiens Sud fonctionne comme un **mini-campus sécurisé et fermé**, particulièrement adapté à l'accueil de sportifs mineurs. Tous les services nécessaires sont accessibles sur un même site, dans un rayon d'environ **300 mètres**, ce qui facilite grandement l'encadrement et la logistique. Les athlètes bénéficient ainsi à proximité immédiate de **la salle d'entraînement, des trois lycées et d'un collège, de l'hébergement et de la restauration**.

Cette centralisation permet non seulement de **sécuriser les déplacements**, mais aussi d'optimiser le temps consacré aux études et à l'entraînement, tout en offrant un cadre structuré et adapté au suivi des jeunes sportifs.

## 1. la salle d'entraînement :

Les entraînements se déroulent dans la salle d'haltérophilie musculation du lycée Branly à Amiens.

Des aménagements ont été faits pour aménager la salle aux conditions de pratique.

Ces installations sont partagées avec l'Equipe EPS et le centre d'entraînement du Rugby d'Amiens.

Nous disposons de 11 plateaux, une zone dédiée au travail du jeté et une zone de musculation préparation physique et développement athlétique.



## 2. l'équipe d'encadrement :

### Coordinateur / Entraîneur :

**David DUHAUTOY** (CTR Hauts-de-France) Tél : 06.86.98.53.98 E-mail : [dduhautoy@ffhaltero.fr](mailto:dduhautoy@ffhaltero.fr)

**Benjamin PEDRAK et Pauline DECROIX** (Membres de l'ETR de la ligue des Hauts de France)

Un CTF en cours de validation du poste sera également intégré aux entraînements du centre.

E-Mail Ligue Régionale HDF : [liguehdf.halterophilie@wanadoo.fr](mailto:liguehdf.halterophilie@wanadoo.fr)

Le responsable du pôle gère au quotidien la coordination du pôle et de ses membres, ce qui implique :

- Assurer la viabilité du double projet en coordination avec les établissements scolaires ;
- Optimiser l'organisation des entraînements ;
- Planifier et programmer la préparation des sportif(ve)s vers l'atteinte des objectifs à court, moyen, et long terme ;
- Travailler en collaboration avec les clubs pour garantir la logique et la continuité du parcours de formation de l'athlète ;
- Suivre l'évolution de la charge d'entraînement et les adaptations de l'athlète en réponse à l'entraînement ;
- Assurer le lien avec les parents.

## 3. Planning du CLE

Les entraînements du CLE se déroulent du lundi au vendredi de 16h45 à 19h30. Des entraînements complémentaires peuvent être mis en place si le planning des cours le permet et/ou l'occupation de la salle. Des stages obligatoires seront organisés à chaque vacance scolaire au cours de l'année scolaire si les athlètes sont convoqués.

#### 4. Les règles de vie :

Le CLE est une étape pour vous aider à accéder au haut niveau. Pour réussir, les entraîneurs de la structure mettent tout en œuvre pour vous **AIDER**, vous **GUIDER**, vous **ECOUTER** dans la réalisation de votre projet.

En retour, il sera demandé à l'athlète de s'investir totalement dans ses projets sportifs et scolaires en mettant en avant les notions de **RESPECT – INVESTISSEMENT – RÉGULARITÉ – SÉRIEUX - MOTIVATION**

#### 5. Les suivis

##### Suivi médical

Le CLE dispose d'un médecin du sport pour gérer au quotidien les éventuels problèmes physiques et suivi si nécessaire pour les athlètes listés.

##### Suivi scolaire

Le CLE reste en étroite relation avec les établissements scolaires (CPE notamment) pour suivre l'évolution du double projet sportif et scolaire. Le responsable de ce secteur suit régulièrement :

- Les présences en cours
- Les résultats scolaires
- La mise en place de soutien et/ou rattrapage de cours

Le CLE prête une attention toute particulière à cet objectif qui nous apparait comme prioritaire dans le projet nos athlètes. Pour la bonne réalisation de celui-ci nous passons des conventions avec différents partenaires. Ces accords permettent aux athlètes de disposer d'un aménagement de leur emploi du temps (si la formation scolaire demandée rentre dans un processus d'aménagements) afin qu'il soit conciliable avec leurs créneaux d'entraînement.

De plus, le responsable du suivi scolaire est en étroite collaboration avec les équipes enseignantes des lycées supports.

Ce suivi pédagogique mis en place permet de vérifier la qualité du travail scolaire fourni, avec la possibilité de mettre en place des cours de soutien dans les matières où cela est nécessaire.

#### 6. Transports

Le problème du transport est solutionné au travers de la centralisation sur le site de la Cité Scolaire. L'accès aux universitaires est facilité avec les transports en communs qui gravitent autour de la cité scolaire.

#### 7. Hébergement et Restauration

Le lycée Édouard Branly comme lycée support propose un hébergement en internat pour un coût annuel de 1 390 €, pension complète incluse.

Les collégiens peuvent également être accueillis en internat au lycée Louis Thuillier. Une convention lie cet établissement au collège Sagebien, situé à proximité immédiate de la cité scolaire et accessible par un portillon.

Il est aussi possible d'intégrer les internats des lycées Louis Thuillier et Édouard Gand.

La restauration commune dessert les trois établissements ainsi que les collégiens internes.

## C. LES FORMATIONS

De nombreux établissements scolaires (publics ou privés) et universitaires sont disponibles pour mener à bien le double projet sportif et scolaire.

### 1. collèges

#### **Collège Sagebien– Etablissement public**

Internat possible à la cité scolaire (Lycée Thuillier)

#### **Collège La Providence – Etablissement privé**

Internat 2500€ à l'année

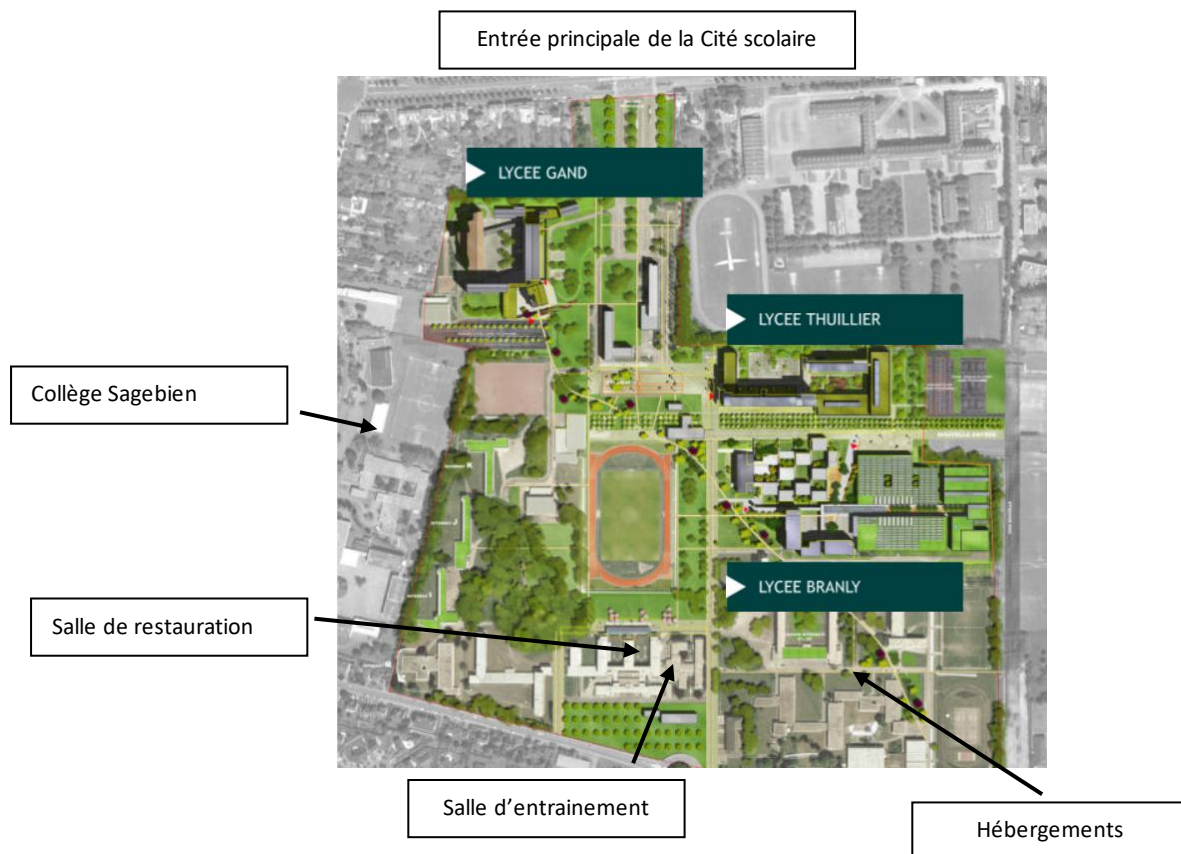
<http://www.la-providence.net/pronote>



### 2. Lycées

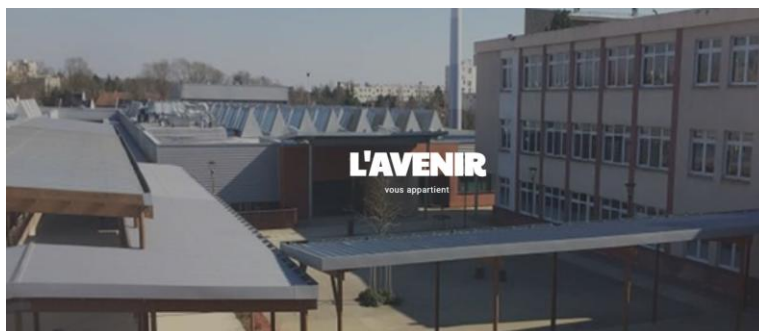
Il y a de nombreux lycées à Amiens qui permettent d'avoir de nombreuses formations de disponibles mais nous travaillons principalement avec les établissements suivants

**La Cité Scolaire d'Amiens avec trois lycées :**  
**Edouard GAND – Louis THUILLIER – Edouard BRANLY**

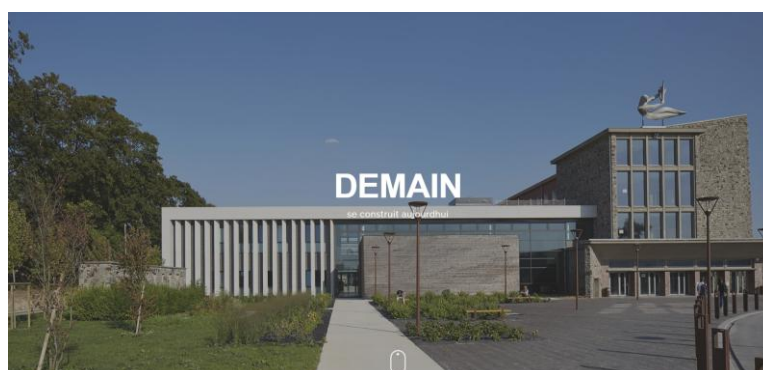


Les lycées proposent un grand éventail de formations que vous pouvez découvrir ci-dessous, en cliquant sur les liens des établissements.

**Lycée Edouard Branly** : <https://edouard-branly.ac-amiens.fr/>



**Lycée Louis Thuillier** : <https://louis-thuillier.ac-amiens.fr/>



Lycée Edouard Gand : <http://xn--lyce-douard-gand-amiens-dccc.fr/gest.0800011c@ac-amiens.fr/>



### 3. Université

La filière études supérieures est assez vaste et propose un large choix d'études sur plusieurs pôles



Le Campus



La Citadelle



**Rejoins l'aventure !**

**Travail, passion et esprit d'équipe pour atteindre un rêve commun :  
les Championnats d'Europe U15 / U17 à Toulouse en 2028.**