Témoignages

Steeve GUENOT,
Champion olympique lutte gréco-romaine Pékin 2008
Entraîneur du pôle France Relève lutte au CREPS

« Je connais le chemin à parcourir pour devenir champion. Le pôle France est une étape incontournable. Désormais, je transmets mon savoir à des athlètes, en espérant être à leur côté lors d'une victoire olympique. Chaque jour, nous devons, et tous ensemble, les accompagner afin qu'ils réalisent leur rêve. *Les Jeux Olympiques, ce n'est pas tous les quatre ans, c'est tous les jours à l'entraînement.* »

Steeve GUENOT, Olympic champion of Greco-Roman wrestling in Beijing 2008 - Coach of the French pole of Greco-Roman wrestling
« I know the path to become a champion. The French pole is an essential step. From now on, I pass on my knowledge to athletes, hoping to be at their side in an Olympic victory. Every day, we must all accompany them and all together to make their dream comes true. The Olympics aren't every four years, it's every day in training. »

Léa FERNEY,
Vice Championne paralympique tennis de table Tokyo 2021
Championne du monde Grenade 2020

« Accompagnée au quotidien par la Maison Régionale de la Performance BFC, je bénéficie d'un aménagement scolaire me permettant d'assurer mon double projet et d'un staff dédié pour mes séances de tennis de table et de préparation physique. Le nouveau C2PA va permettre à mes entraineurs de disposer de nouveaux moyens pour optimiser mes performances. »

Léa FERNEY, Vice Paralympic Table Tennis Champion Tokyo 2021, Grenada World Champion 2020
« Accompanied daily by the Regional House of Performance of BFC, I benefit from a school layout allowing me to ensure my double project and a dedicated staff for my table tennis and physical preparation sessions. The new C2PA will give my coaches new ways to optimize my performance. »

Vicky GRAILLOT,
Médaillée de bronze Championnat d'Europe d'Haltérophilie 2021
Championne de France d'Haltérophilie 2022

« J'ai commencé le haut niveau au pôle haltérophilie au CREPS BFC. Après des années ici, des heures d'entraînement, des désillusions, de la progression, j'ai fait de mon rêve une réalité. Je me suis entourée des bonnes personnes, mise dans les meilleures conditions en me tournant vers une structure de haut niveau. Les JO sont réservés aux meilleurs, je mettrai tout en œuvre pour y arriver et être performante aux JOP de Paris 2024. »

Vicky GRAILLOT, Bronze Medalist European Weightlifting Championship 2021 - French Weightlifting Champion 2022
«I started at the top level at the weightlifting pole of the CREPS BFC. After years here, hours of training, disillusionment, progression, I made my dream a reality. I surrounded myself with the right people, put myself in the best conditions by turning to a high-level structure. It's not easy every day and sometimes I feel like giving up. The Olympic Games are reserved for the best, I will do everything I can to get there and perform well at the Paris 2024 Games.»

Mot du directeur

« Notre CREPS BFC moderne, connecté, innovant alliant accessibilité, performance et sobriété énergétique donnent une réelle plus-value à nos missions. Merci à l'Etat et à la Région BFC. Les experts, les équipements et les prestations proposées vous mèneront vers la Haute Performance. Cette plaquette illustre les ressources pour venir s'entrainer, récupérer et performer au CREPS. *Traduction en anglais et ukrainien par solidarité.* » ***Pascal BONNETAIN.***

Pascal BONETAIN, Director of CREPS BFC
« Our modern, connected and innovative establishment, combining accessibility, performance and energy sobriety, giving real added value to our missions. Renowned experts, Olympics standards equipment and high quality services will lead you to High Performance. This brochure illustrates all the benefits of training, recovering and performing at CREPS BFC and thus meeting your requirements. Translated into English and Ukrainian by solidarity. »

Паскаль БОНЕТЕН, Директор CREPS BFC
« Наш сучасний, цифровий, інноваційний заклад, поєднує доступність, спортивну майстерність і енергоефективність та надає реальну додаткову цінність нашим місіям. Відомі фахівці, обладнання олімпійських стандартів та високоякісні послуги приведуть вас до високої спортивної майстерності. Ця брошура ілюструє всі переваги того, щоб тренуватися, відновлюватися та підвищувати свою майстерність у CREPS BFC і таким чином задовольнити ваші вимоги. Перекладено на англійську та українську мови (із солідарності). »

Accès au CREPS BFC

Accès DIJON :
Par la rocade :
A37-N274 sortie "Piscine Olympique"

Par le Tram :
Ligne T1
Liaison directe gare SNCF-CREPS arrêt "Piscine Olympique"

Par le train :
1h30 en TGV de Paris

Accès BESANÇON :
Par l'A36 : Sortie n°4 Vesoul, Besançon-Saint-Claude, puis sortie N°56 Montboucons

Par le Bus :
Ligne 6 direction Temis à prendre à l'arrêt Leclerc jusqu'à l'arrêt Pôle Sportif

Par le train :
2h30 en TGV de Paris

Arrivée à Dijon

- Paris : 1h30
- Lyon : 1h25
- Strasbourg : 2h00
- Genève : 2h45

- 25 min en tram depuis la Gare - Arrêt Piscine Olympique

- Paris : 3h30
- Lyon : 2h15
- Montpellier : 5h45
- Bordeaux : 7h10

- Paris Charles de Gaulle (CDG)
- EuroAirport Basel Mulhouse Freiburg
- Genève
- Lyon-Saint-Exupéry

- Site piéton, accessible aux PMR
- Borne de recharge véhicule électrique

- The pedestrian site, accessible to PRM
- Electric vehicle charging station

CENTRE DE RESSOURCES D'EXPERTISE ET DE PERFORMANCE SPORTIVE

CREPS Bourgogne-Franche-Comté
15, rue Pierre de Coubertin - 21000 Dijon
3, av. de Montboucons - 25000 Besançon

Tél. : +33 3 80 65 46 12
www.creps-bourgognefranchecomte.fr

Ne pas jeter sur la voie publique. Imprimé sur papier recyclé.

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

CREPS BOURGOGNE-FRANCHE-COMTÉ

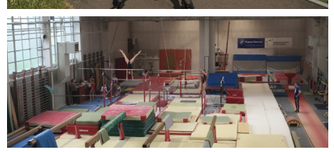
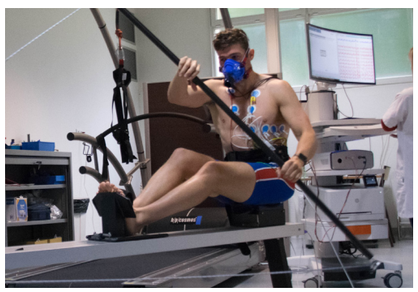
Le CREPS BFC
Accélérateur de Performance

CREPS BFC, accelerator of Performance
CREPS BFC, акселератор майстерності

S'entrainer
To Train — Тренуватися

Récupérer
To Recover — Відновлюватися

Performer
To Perform — Підвищувати майстерність

MINISTÈRE DES SPORTS ET DES JEUX OLYMPIQUES ET PARALYMPIQUES
AGENCE NATIONALE DU SPORT EN ASSOCIATION AVEC
PARIS 2024
RÉGION BOURGOGNE FRANCHE COMTÉ
MAISON RÉGIONALE DE LA PERFORMANCE

Des prestations haut de gamme

High-end services — *Послуги високого рівня*

- Un complexe sportif unique en France pour performer
- Des hébergements : 80 chambres (normes ***) dont 16 PMR (mobilier adapté)
- Un restaurant avec des repas équilibrés faits «maison»
- Des équipements connectés, un amphithéâtre de 160 personnes
- Des outils sportifs et numériques (studio d'enregistrement, visio,…).

High-end services
- *A unique sports complex in France to perform*
- *An accommodation of 80 rooms including 16 PRM with adapted furniture*
- *A restaurant where balanced «home» made meals from local products are prepared,*
- *Sports equipment, and connected rooms, a 160-person amphitheatre, digital tools (recording studio, videoconferencing).*

Château Lichey

Un Parc au cœur de la Métropole

A Park in the heart of the Metropolis — Парк у серці Метрополії

Le CREPS BFC est un site piéton sécurisé conforme aux normes PMR dans un environnement paisible de 23 ha. Le site encourage les actions en faveur du développement durable et sensibilise aux écogestes (véhicules électriques et borne dédiée…).

A Park in the heart of the Metropolis
The CREPS BFC is a secure pedestrian site complying with PRM standards in a serene environment of 23 ha. The site encourages actions in favour of sustainable development and raises awareness of eco-gestures (electric vehicles and dedicated charging station, etc.).

Le CREPS à vélo

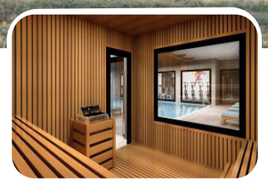
Un cadre de vie paisible

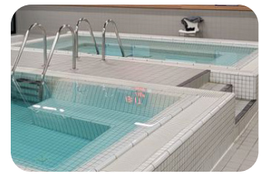
Vers la Haute Performance

Towards high performance — Назустріч майстерності

Un suivi d'entrainement et d'accompagnement des sportifs grâce au(x):
- Centre de Préparation et de Performance Athlétique (C2PA) :
  - Salles de musculation, hypoxie (3000m), thermo room (+50°)...
  - Centre de balnéothérapie (sauna, hammam, douche hydromassante...)
  - Double cabine de cryothérapie (-40° / -140°)
  - Service médical et paramédical (médecin, kiné, infirmier...)
- Experts, préparateurs physiques et mentaux qui accompagnent les sportifs au quotidien avec des outils de suivi et d'évaluation
- Installations sportives : dojo, salle de lutte, agrès, danse, musculation, pas de tir à l'arc, stades, gymnases, piste de roller...

Centre de Préparation et de Performance Athlétique





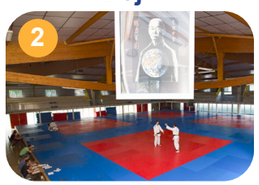
Towards high-performance
Training follow-up and support for athletes, in particular :
- *Centre for Preparation and Athletic Performance (C2PA) :*
  - *Weight room including hypoxia room (3000m) and thermo room (+50°)*
  - *A balneotherapy center*
  - *A double cryotherapy booth (-140°)*
  - *A Medical and Paramedical Service*
- *Sports facilities: dojo, wrestling, gym, dance, weight rooms, archery range, fields (grass and synth), sports hall, roller rink*
- *Experts, physical and mental trainers accompany you every day with high-tech tools.*

Des forfaits attractifs

Une offre exceptionnelle de prestations tout-en-un sur un lieu unique pour un séjour sur-mesure (entraînement, récupération, hébergement, restauration, réunion, stage, séminaire,..., cf QR code «tarifs indicatifs»).

Attractive packages
An exceptional offer of all-in-one services in a unique location for a tailor-made stay.

Dojo

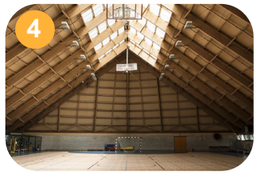


Terrain de rugby

A 5 - 10 minutes du CREPS :
- Arrêt de tram
- Piscine Olympique
- Terrain de tennis
- Piste d'athlétisme
- Base Nautique lac Kir
- CHU
- Université
- Cinéma

Salle de danse

Gymnase



Terrain de foot

Salle de lutte

Pas de tir à l'arc

Future Piste de roller

Gymnase d'agrès

Lac Kir

S'entrainer
To Train — Тренуватися

Récupérer
To Recover — Відновлюватися

Performer
To Perform — Підвищувати майстерність