

# Pôle Espoirs Cyclisme Ile de France

**CREPS D'Ile de France Chatenay-Malabry (92)**



# Table des matières

I.	LE RECRUTEMENT .....	2
II.	LA FORMATION SCOLAIRE .....	2
III.	LA FORMATION SPORTIVE .....	3
IV.	LE SUIVI MEDICAL .....	3
V.	LES INSTALLATIONS.....	4
VI.	LE STAFF.....	5
VII.	PLANIFICATION SPORTIVE .....	6



## **Le CREPS d'Ile-de-France Colette BESSON, à Chatenay-Malabry (92)**

Un cadre exceptionnel dans le département des Hauts-de-Seine, où tout est réuni afin de permettre aux athlètes d'atteindre leurs objectifs de haut-niveau.

# I. LE RECRUTEMENT

Le recrutement s'effectue sur dossier uniquement.

Le POLE ESPOIRS D'ILE DE FRANCE est ouvert en priorité aux athlètes licenciés (ées) en Ile de France, mais également à tous (tes) licenciés (ées) de la Fédération Française de Cyclisme répondant aux critères fixés ci-dessous.

Les candidats (tes) extérieurs (es) au Comité d'Ile de France devront faire valider ce dossier de candidature par le Conseiller Technique Régional de leur région qui sera consulté par le coordonnateur du Pôle Espoirs avant toute sélection définitive.

## Critères de recrutement

Les athlètes désirant intégrer le pôle devront évoluer dans les catégories suivantes : cadets, cadettes ou juniors (hommes et dames). La possibilité de partir sur un double effectif filles et garçons est pour le moment dépendante de l'embauche d'un entraîneur adjoint par le comité.

Dans tous les cas, l'athlète devra présenter un potentiel national et international ainsi que la capacité à mener à bien un double projet sportif et scolaire. L'athlète devra également être capable de s'intégrer à la vie en collectivité.

Du point de vue scolaire, les résultats en termes de notes et d'appréciations seront soigneusement observés. Une attention toute particulière sera accordée à l'aspect "comportemental".

L'équilibre entre le champ sportif et le champ scolaire est essentiel afin de pouvoir envisager sereinement l'expérience au pôle espoirs. Le dossier d'inscription renseigne donc sur ces deux domaines, ainsi que sur le bilan médical de l'athlète.

Une présélection sera alors effectuée après étude de ces dossiers d'inscription.

Les candidats (tes) retenus (ues) seront convoqués (ées) par courrier au Centre de Ressources, d'Expertise, de Performance Sportives de Chatenay-Malabry pour un entretien avec le CTR, les entraîneurs du pôle. Des tests physiques et techniques pourront être également planifiés.

# II. LA FORMATION SCOLAIRE

L'entrée au Pôle Espoirs implique, pour les jeunes athlètes l'acceptation sans réserve du double projet scolaire et sportif. Leur épanouissement passe obligatoirement par la réussite de ce double projet.

Pour cette raison, le Pôle Espoirs s'évertuera à offrir, à ces jeunes, un équilibre entre leur passion et leurs obligations scolaires. L'objectif du double projet reste d'assurer en priorité l'avenir socioprofessionnel des jeunes athlètes tout en leur facilitant l'accès vers le plus haut niveau sportif.

Les athlètes auront donc l'obligation de suivre une scolarité normale. Celle-ci leur apportera un équilibre indispensable à leur bien-être et une sécurité pour leur avenir. Le CREPS d'Ile-de-France est conventionné avec de nombreux établissements scolaires, collèges, lycées, universités et grandes écoles qui offrent des cursus adaptés aux sportifs de haut niveau.



### **Des horaires aménagés**

Les jeunes athlètes bénéficieront d'horaires aménagés leur permettant de poursuivre dans les meilleures conditions leur double projet. Ces horaires aménagés sont l'objet de conventions avec les établissements scolaires : les cours se terminent généralement en début ou milieu d'après-midi, pour laisser place à la pratique sportive. Les entraînements pourront ainsi se dérouler tous les après-midis, du lundi au vendredi. Les entraînements sont toutefois suivis en soirée de cours de soutien et d'études surveillées. Dans certains cas, un tutorat peut même être mis en place pour les jeunes athlètes en difficulté.

## **III. LA FORMATION SPORTIVE**

**Un objectif** : l'accès aux différents pôles France et aux sélections Nationales.

Le Pôle d'Ile de France hébergera au maximum **14 cyclistes**.

Toute la formation sportive a un objectif majeur : les exigences du sport de haut niveau et l'accès aux catégories juniors et élites.

### **Un travail personnalisé**

Des tests d'évaluation, physiologiques et techniques, seront mis en place dès la rentrée scolaire. En fonction des résultats obtenus, les athlètes bénéficieront de séances de travail totalement individualisées.

Un entraîneur permanent et coordonnateur du pôle diplômé BEES 2<sup>me</sup> degré est le seul habilité à déterminer et à planifier les charges d'entraînement adaptées à chaque athlète.

L'entraîneur du pôle, et le responsable de la préparation physique s'entretiendront régulièrement afin de suivre au mieux l'évolution de chaque athlète.

### **La formation**

A ce niveau, le travail est principalement axé sur le développement optimum des qualités physiques et l'affinement de tous les gestes techniques associés aux problèmes tactiques du cyclisme moderne. Chaque athlète sera évalué (ée) sur sa technicité, son efficacité et son niveau de performance physique.

## **IV. LE SUIVI MEDICAL**

Les athlètes du Pôle Espoirs pratiquent la compétition à haut niveau. La structure veillera à leur apporter le meilleur suivi médical, afin de prévenir les blessures et mettre les jeunes cyclistes dans les meilleures conditions physiques. Pour ce faire, il nous est possible de

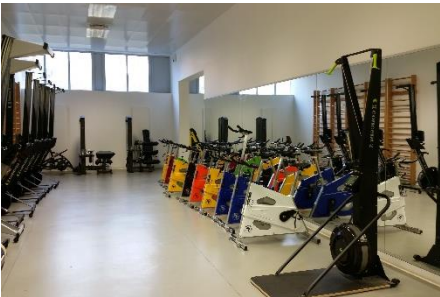
nous appuyer sur la présence au quotidien du service médical du CREPS, un soutien de très grande qualité, essentiel à la réussite du projet (Diététicienne, médecins, podologue, kinésithérapeutes, psychologues etc.).

Grâce à une présence constante de ce service et à de nombreuses interactions avec les entraîneurs, le staff médical peut ainsi personnaliser son approche.

Le plateau technique médical du Centre National de Rugby de Marcoussis assurera à l'ensemble des membres du Pôle, le suivi médical réglementaire, et principalement les tests d'effort, auxquels sont réglementairement assujettis tous les athlètes de haut niveau, référencés (ées) sur les listes ministérielles, ou membres d'une structure inscrite dans le Parcours d'Excellence Sportive.

## V. LES INSTALLATIONS

Le CREPS, situé en plein cœur d'un magnifique parc boisé, est doté d'infrastructures permettant d'accueillir, dans les meilleures conditions, de jeunes athlètes de haut niveau par ses installations sportives, ses possibilités d'hébergement, son service médical, ses techniciens.



A ce jour, il accueille 169 sportifs issus de 15 pôles dont 4 pôles France.

En conclusion, devant les moyens mis à sa disposition, pour ses réussites aussi bien scolaires que sportives, chaque athlète doit être conscient (te) de l'implication qui va lui être demandé tout au long de l'année. A l'entraînement, dans son travail et son comportement scolaire, dans la vie en collectivité, il ou elle devra être irréprochable et totalement investi (ie) dans son projet de vie.

## VI. LE STAFF

L'encadrement est composé de membres du personnel du CREPS et du Comité Régional d'Ile-de-France de Cyclisme.

**Michel GODARD** - Directeur du CREPS d'Ile-de-France de Chatenay-Malabry

**Philippe OMNES** - Chef de département sport de haut niveau

**Samuel ROUYER** - CTR Ile-de-France de cyclisme. Coordonnateur du Pôle Espoirs

**Stéphane IZORE** - Responsable Pôle Espoirs. Comité Régional d'Ile-de-France de cyclisme

**Nicolas OTT et Eric BRAIZE** - Préparateurs physiques (CREPS IDF)

**Sandra DIMBOUR** - Suivi scolaire

**Mohamed AFELLAH** - Chef du service internat

**Docteur Linh VU NGOC** - Chef du service médical, assisté de 4 kinés, 1 diététicienne, 2 psychologues, 1 podologue et 1 médecin.



## VII. PLANIFICATION SPORTIVE

Le volume hebdomadaire d'entraînement pourra représenter jusqu'à 15 heures d'activité suivant le découpage suivant.

### Compétitions & stages

Des compétitions pourront être planifiées avec le pôle. Dans ce cas, le Comité Régional d'Ile-de-France assumera les frais liés à ces compétitions.

Le programme des courses des cyclistes sera établi en début de saison en collaboration avec les dirigeants des clubs des athlètes.

Une collaboration étroite sera demandée entre les clubs des coureurs et le pôle espoirs.

### Tarifs

Le Comité Régional d'Ile de France assurera les frais financiers relatifs à l'emploi des entraîneurs. Il assurera également la prise en charge financière liée au suivi médical, aux déplacements sur les compétitions, aux équipements vestimentaires, au matériel technique et pédagogique, etc. (Pour les athlètes licenciés (iées) hors Ile de France, cette partie financière fera l'objet d'une étude particulière concernant la prise en charge régionale, partie qui ne saurait être incombée au comité d'Ile de France).

Comme dans tout pensionnat scolaire, les frais de séjour sont à régler termes à échoir.

La participation des familles correspond aux frais engagés pour l'hébergement en pension complète des jeunes polistes, aux frais liés à l'utilisation des différentes installations sportives (salles de musculation, salles de sport, salles communes, etc. .) mises à disposition du pôle par le CREPS, ainsi qu'une participation aux éventuels frais de déplacement, et aux frais pédagogiques et techniques liés aux activités de la structure.

Le paiement sera mensualisé et réglé par prélèvement automatique. La première échéance devant intervenir avant le 30 septembre 2020. Le coût total pour une année sera aux alentours de 5800 euros (montant exact défini en avril/mai). Le Comité régional sera attentif à la situation de chaque famille. Pour les boursiers, il sera demandé de produire des justificatifs. Aucun remboursement ne pourra être demandé en cas de départ anticipé du pôle Ile-de-France que cela soit pour raison disciplinaire ou pour convenance personnelle. Seul un départ pour un motif valable, de santé par exemple, ou en cas de force majeure, pourra donner lieu à un remboursement, après accord entre le Comité Régional d'Ile-de-France de Cyclisme et la famille.

Dans le cas d'un départ anticipé de la structure, pour seul motif d'ordre personnel, le Comité Régional d'Ile de France se réserve le droit d'exiger le paiement de l'année scolaire en cours dans son intégralité.

L'instruction des demandes d'aides individuelles éventuelles (sportifs de haut niveau ou ayants droit aux aides publiques par exemple) est à la charge des familles.

### Echéances

Dépôt des dossiers de candidature : **jusqu'au 1 avril 2020.**

Date de sélection définitive des candidats (tes) : **suite à des tests sportifs lors de la deuxième semaine des vacances de Pâques.**

## Contacts

Pour plus d'informations, vous pouvez contacter :

**Stéphane IZORE** (Responsable Pôle Espoirs)

Par téléphone : 06 14 29 55 66

Par Mail : [stephane.izore@gmail.com](mailto:stephane.izore@gmail.com)

**Samuel ROUYER** (CTR Ile-de-France) :

Par mail : [s.rouyer@ffc.fr](mailto:s.rouyer@ffc.fr)

**CREPS d'Ile-de-France de Chatenay-Malabry :**

<http://www.creps-idf.fr>

Lycée Emmanuel Mounier

Collège Pierre Brossolette

Signature du représentant légal de l'élève précédée de la mention : "**lu et approuvé**"

