



POLE ESPOIRS CYCLISME **Ile de France**

CREPS D'Ile de France Chatenay Malabry (92)
<http://www.creps-idf.fr/LeCREPS>



 **île de France**



1. Le recrutement
2. La formation scolaire
3. La formation sportive
4. Le suivi médical
5. Les installations
6. Le staff
7. La planification sportive



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

Un cadre exceptionnel dans le département des Haut de Seine, en bordure de l'A86

1. LE RECRUTEMENT

Le recrutement s'effectue sur dossier.

Le POLE ESPOIRS D ILE DE FRANCE est ouvert en priorité aux athlètes licenciés en Ile de France, mais également à tout licencié de la FFC répondant aux critères fixés ci-dessous.

Les candidats doivent répondre aux critères d'inscription sur les listes ministérielles des athlètes de haut niveau, au minimum en catégorie Espoir.

Les candidats extérieurs au Comité d'Ile de France devront faire valider ce dossier de candidature par le CTR 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, juniors et espoirs

Dans tous les cas, le sportif devra présenter un potentiel national et international, ainsi que la capacité à mener à bien son 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 également 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 retenus seront convoqués par courrier au CREPS de Chatenay-Malabry pour un entretien avec le CTR, les entraîneurs du pôle ainsi que le responsable du suivi des sportifs de haut niveau du CREPS.

Les athlètes ayant satisfait à ces deux premières étapes devront ensuite se soumettre à des tests physiques et techniques en vue de la sélection finale.



2. 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 comme à leur 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 un très grand nombre d'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 en début d'après-midi, pour laisser place à la pratique sportive.

Les entrainements pourront ainsi se dérouler tous les après-midi, du lundi au vendredi.

Les entrainements sont toutefois suivis en soirée de cours de soutien et d'études surveillées. Dans certains cas un tutorat peut même éventuellement être mis en place pour les jeunes athlètes en difficulté.



3. LA FORMATION SPORTIVE

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

Le Pôle d'Ile de France héberge au maximum 12 cyclistes traditionnels
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, diplômé BEES 2^{me} degré, et donc professionnel de l'entraînement, est 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 du CREPS, 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 sur son engagement et sa motivation, sur sa technicité, son efficacité, son intelligence de course et son niveau de performance physique.



4. 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 (Diététicien, médecins, podologues, 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, auquel sont réglementairement assujettis tous les athlètes de haut niveau, référencés sur les listes ministérielles, ou membres d'une structure inscrite dans le Parcours d'Excellence Sportive.



5. LES INSTALATIONS

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

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 de par ses installations sportives, ses possibilités d'hébergement, son service médical, ses techniciens.

A ce jour il accueille 170 sportifs issus de 13 pôles dont 5 pôles France.



En conclusion:

Devant les moyens mis à sa disposition, pour ses réussites scolaires et sportives, chaque athlète doit être conscient de l'implication qui va lui être demandé au long de l'année. A l'entraînement, dans son travail et son comportement scolaire, dans la vie en collectivité, il devra être irréprochable et totalement investi dans son projet de vie

Informations :

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

6. LE STAFF

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

Manuel BRISSAUD - Directeur du CREPS d'Ile-de-France de Chatenay-Malabry

Philippe OMNES - Chef de département sport de haut niveau

Francis COQUOZ - CTR Ile-de-France de cyclisme. Coordonnateur du Pôle Espoirs

Stéphane IZORE - Entraîneur permanent du Pôle Espoirs. Comité Régional

Alexandre BILLON -Athlète de Haut Niveau- Assistant technique- Formation DE

Etienne ELLIN Préparateur physique (CREPS IDF)

Sandra DIMBOUR et Lydie REUZE - Suivi scolaire

Mohamed AFELLA - Chef du service internat

Docteur MOUDDEN Chef du service médical
2 kinés et 1 ostéopathe



7. PLANIFICATION SPORTIVE

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

Compétitions & stages

Le CTR et l'entraîneur du Pôle Ile-de-France définissent pour la saison 2015-2016, le calendrier des compétitions et des stages auxquels chaque sportif est tenu de participer.

Le comité régional d'Ile-de-France assumera les frais liés à ces compétitions inscrites au calendrier national et international.

Les frais de déplacements effectués individuellement ne pourront donner lieu à aucune prise en charge par le Comité d'Ile-de-France de Cyclisme de la FFC.

Les sportifs peuvent participer à des compétitions non inscrites à ce calendrier par l'entraîneur du Pôle, à la condition toutefois que celui-ci en soit prévenu et ait donné son accord, ceci afin de ne pas interférer avec les objectifs de préparation prédéfinis en début de saison.

Les frais de déplacement liés à ces compétitions sont à la charge exclusive du sportif et ne pourront donner lieu à aucune participation financière du Comité d'Ile-de-France.

Les frais éventuels de stages organisés par le Pôle Ile-de-France sont pris en charge par le Comité d'Ile-de-France de Cyclisme.

Les sportifs désirant participer à des stages organisés en dehors de l'activité planifiée du Pôle, devront en faire la demande écrite à l'entraîneur pour les raisons citées plus haut.

La participation à de tels stages sans autorisation et au mépris des règles énoncées ci-dessus, pourra donner lieu à diverses sanctions qui peuvent aller jusqu'à l'exclusion du Pôle Ile-de-France.



TARIFS

Le comité régional d'Ile de France assurera les frais financiers relatif à l'emploi des entraîneurs. Il assurera également la prise en charge financière lié au suivi médical, à la gestion des véhicules mis à disposition, et aux déplacements sur les entraînements et compétitions, aux équipements vestimentaires, au matériel technique et pédagogique, etc. (Pour les athlètes licenciés hors Ile de France, cette partie financière fera l'objet d'une étude particulière concernant la prise en charge régionale, partie qui ne saurait incomber 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, soit un montant annuel de 5300,00 € pour l'année en cours, correspond principalement à une participation aux frais engagés pour l'hébergement en pension complète des jeunes pilotes, aux frais liés à l'utilisation des différentes installations sportives, (piscine, musculation, salles de sport, etc. .) mises à disposition du pôle par le CREPS.

Le paiement sera mensualisé et réglé par prélèvement automatique. La première échéance devant intervenir avant le 31 aout 2015.

Une caution de 1500,00 euros, restant en dépôt au siège du comité régional pour la durée de l'année scolaire, sera exigée dès la rentrée scolaire. Cette caution sera restituée à la fin de l'année scolaire.

Aucun remboursement ne pourra être demandé en cas de départ anticipé du pôle Ile-de-France, 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 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, ayants droit aux aides publiques par exemple) est à la charge des familles.

ECHEANCES

Dépôt des dossiers de candidature (dossier ci-joint): jusqu'au 30 mars 2015.
Date de sélection des candidats : 13 Avril 2015.

Contacts

Pour plus d'informations, vous pouvez contacter :

Francis COQUOZ (CTR Ile-de-France) :

Par mail : francis.coquoz@free.fr

Stéphane IZORE (Entraîneur permanent du Pôle Espoirs)

Par téléphone : 06 14 29 55 66

Par Mail : stephane.izore@free.fr

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

www.creps-ile-de-france.jeunesse-sports.gouv.fr/

Lycée Emmanuel Mounier

Collège Pierre Brossolette

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



Signature Président du club

Nom Prénom :

Club :

Signature précédée de la mention lu et approuvé



Nom:..... Prénom:.....

Date de naissance:..... Lieu:.....

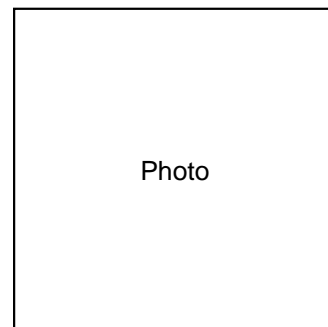
Adresse:.....

Ville:.....Code Postal:.....

Téléphone domicile:..... Portable:.....

Email perso:.....


Email Parents:.....



Taille: Poids: Pointure:

Inscrit sur liste de Haut niveau: OUI NON

Renseignements scolaires


 Coordonnées de l'établissement fréquenté en 2014-2015:

.....

Filière suivie et classe:

.....

Coordonnées Professeur Principal:

 Pour la prochaine rentrée scolaire de septembre 2015, vous souhaitez poursuivre vos études en classe de:

Options langues: 1 -

2 -

3 -

Vœux 1 :


Vœux 2 :

Vœux 3 :


Expériences de l'internat: (Collège - Lycée - Stages - Autres)
.....

Partagez vous actuellement votre chambre? :

Renseignements Sportifs

 Disciplines pratiquées en annexe ou loisir

- 1 Route
- 2 Piste
- 3 VTT (préciser spécialité)
- 4 CYCLO CROSS
- 5 AUTRES: (Précisez le temps que vous y consacrez)

 Catégorie d'âge pour la saison en cours :


Club actuel : Comité Régional:.....

 Coordonnées de ou des personnes (entraîneur etc..) responsable de votre activité

Nom Prénom:

Tel:

Email:

 Semaine type d'entrainement:


Lundi	Jeudi
Mardi	Vendredi
Mercredi	Samedi

Pratiques transversales (Musclation, étirements stretching, autres sports etc.):

.....

 **PALMARES DES DEUX DERNIERES SAISONS COMPLETEES**
Principaux résultats significatifs (Titres-Challenges etc.)

.....
.....
.....
.....
.....

 **SAISON EN COURS :** Principaux résultats significatifs

- 1 -
- 2 -
- 3 -
- 4 -
- 5 -

Raisons qui vous ont conduit à pratiquer le cyclisme:

.....

D'autres personnes que vous pratiquent elles le cyclisme dans votre famille?:

.....

Quels sont selon vous les traits de caractère d'un sportif de haut niveau?

.....

Comment avez-vous eu connaissance des structures de haut niveau en Ile de France?

.....

LETTRE DE MOTIVATION

(Détaillez les raisons de votre candidature, vos ambitions, etc.)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

PIECES A JOINDRE AU DOSSIER

- 1 - Bulletins trimestriels de l'année en cours (1er trimestre obligatoire) et de l'année précédente
- 2 - Photocopie de votre licence de l'année en cours
- 3 - Echographie cardiaque de moins de trois mois
- 4- Résultats V°2 max précisant ci possible: V°2 - SV1 - SV2 - PMA - FC max - Lactatémie
- 5- Reglement des sélections régionales (à télécharger sur le site Internet du comité régional)

Pour tout renseignement complémentaire, contacter votre Conseiller Technique Régional:

ou

Coordonnateur du pôle: Monsieur Francis COQUOZ : francis.coquoz@gmail.com

Entraîneur du pôle: Monsieur Stéphane IZORE : stephane.izore@free.fr

Retourner le dossier complet avant le 15 avril à l'adresse suivante:

Comité d'Ile de France de la Fédération Française de Cyclisme
Vélodrome National - 1 rue Laurent Fignon
78180 MONTIGNY LE BRETONNEUX

* Ce document devant être examiné par Le comité régional de la FFC, ainsi que par le département haut niveau du CREPS d'Ile de France, la recevabilité de votre candidature vous sera communiquée ultérieurement

. Ce document ne constitue donc pas un engagement définitif des instances nationales et régionales concernant la faisabilité du projet.

Signature candidat

Signature Parents