

ASSOCIATION PAYS DE LA LOIRE BMX

Siège social :

Comité Pays de la Loire FFC

8 rue des orfèvres

BP 10008

44840 LES SORINIERES

SEF BMX

2016/2017



SOMMAIRE

Introduction	1
Les objectifs	2-3
Les fondements incontournables	4-7
L'encadrement et les personnes référentes	8
Les équipements de la SEF BMX	9
Le mode de sélection des athlètes	10
Les tarifs	11
Le règlement intérieur de la SEF BMX	12
Fiche de renseignements	13-14
Les contacts	15

INTRODUCTION

L'association Pays de la Loire BMX, entente de divers clubs de la région va franchir l'an prochain un pas important dans l'offre de formation à destination de ses athlètes. Alors que de plus en plus de régions françaises se sont dotées de pôles, de sections sportives et autres centres d'entraînement, aucune structure de ce type n'existait jusqu'alors en Pays de la Loire.



Construite dans le cadre fédéral du Parcours d'Excellence Sportive et ayant pour ambition d'être reconnue « niveau 4 » par la Direction Technique Nationale dès sa première année de fonctionnement, notre Structure d'Entraînement et de Formation (SEF) ouvrira le 1er septembre 2016 en partenariat avec le collège-lycée de La Colinière à Nantes et le CREPS.

LES OBJECTIFS

Permettre la poursuite des études et de l'entraînement dans des conditions optimales

Du collège au lycée, la réussite du double projet scolaire-sportif sera la priorité absolue. Dans cette optique, la SEF BMX a signé une convention avec le collège-lycée La Colinière de Nantes pour une ouverture à l'occasion de la prochaine rentrée scolaire ; cet établissement est la référence régionale en matière d'expérience dans l'accompagnement de sportifs puisqu'il accueille déjà 4 Sections Sportives Scolaires différentes et ce, depuis de nombreuses années.

Les jeunes bénéficieront d'emplois du temps adaptés leur permettant de s'entraîner quotidiennement après les cours, mais aussi de l'encadrement scolaire nécessaire pour les aider dans leur travail (études, aides aux devoirs...). Les entraînements auront lieu quotidiennement sur les plages prévues à cet effet sur les pistes en périphérie nantaise. Les transports seront effectués en minibus sous la responsabilité des entraîneurs.

Transmettre le bagage nécessaire pour l'intégration au Pôle France et à la DN1

Le parcours proposé par la DTN montre un désir de formation locale des jeunes athlètes, tout en exigeant une certaine qualité et une certaine homogénéité pour celle-ci. Il sera donc question pour nous d'apporter à tous/toutes les pilotes de notre région le même bagage sur les plans physique, technique, tactique mais aussi dans les domaines de l'hygiène de vie, de l'autonomie au quotidien ou bien encore de l'organisation. Il s'agira de permettre pour les meilleur(e)s une intégration à notre DN1 et pour ceux qui en auront la possibilité, au pôle France de Bourges dans des conditions facilitées et ce, avec les mêmes acquis que les athlètes venant de régions différentes.



Créer une dynamique sportive au niveau régional

Pour les jeunes des clubs de la région, voir leurs pairs intégrer la SEF BMX, y progresser et franchir peu à peu les étapes créera, nous en sommes convaincus, une envie, un désir et donc une dynamique positive. On observe dans les zones comportant déjà un pôle ou une section sportive, une émulation naturelle puisque les athlètes à tous âges savent qu'il y a une possibilité d'aller plus loin s'ils le souhaitent. Le sentiment d'appartenir à un territoire et de le représenter est une fierté et donc un gage de réussite important ainsi qu'un vecteur positif en termes d'image.

LES FONDEMENTS INCONTOURNABLES

Les jeunes qui intégreront la SEF BMX devront impérativement s'inscrire dans la logique du double projet. L'entrée dans le Parcours d'Excellence Sportive imposera la poursuite de cet objectif, ce qui nécessitera un fort investissement. Au quotidien, cela se traduira par un rythme de vie intense, une nécessaire rigueur dans l'hygiène de vie, des capacités d'organisation importantes ainsi qu'un besoin de motivation sans faille. Pour un fonctionnement optimal, il sera nécessairement mis à disposition des sportifs une équipe où chaque intervenant aura son domaine de compétence. Les membres de ce staff d'encadrement seront en concertation permanente et formeront un groupe solide autour des athlètes. Ensemble, ils travailleront à la cohérence du projet qui s'organisera autour des cinq fondements suivants:

Une scolarité normale, un emploi du temps adapté

L'intégration dans la Section Sportive Scolaire n'impactera pas la scolarité de l'athlète : le volume horaire légal sera conservé et chaque élève bénéficiera des mêmes ressources que tout jeune scolarisé de son niveau (suivi, orientation...). Sur le plan du cursus de formation, La Colinière propose jusqu'à la 3^{ème} un parcours tout à fait classique puis les séries suivantes au lycée :

- Générales : L, ES et S
- Technologiques : STMG (management et gestion), STI2D (option SIN et ITEC) et ST2S (santé et social).

NB : La voie professionnelle n'étant pas proposée au lycée La Colinière, il faudra que les jeunes candidat(e)s présentent un profil d'études plutôt générales pour être sélectionné(e)s.

N'étant pas tous/toutes dans les mêmes classes, les athlètes se retrouveront sur des plages d'entraînement communes. Ces dernières seront programmées en fin de journée tous les jours sauf le mercredi (après-midi). Les autres créneaux de la journée seront occupés par les cours et les temps libres devront être mis à profit pour l'étude afin que les soirées restent les plus libres possibles (après le repas). Cependant, plus l'élève avancera dans sa scolarité, plus son volume de travail scolaire sera important: il/elle devra donc au fur et à mesure faire montre d'un investissement personnel croissant, même en soirée.

La réussite scolaire sera systématiquement la priorité : de fait, si l'équipe devait constater une baisse des résultats ou des difficultés à quelque moment que ce soit, l'entraînement pourrait être suspendu pendant un temps donné afin de permettre à l'élève de refaire son retard.

Une organisation rationnelle de l'entraînement

Rassemblés sur un même lieu, les pilotes bénéficieront d'entraînements quotidiens, variés sous la responsabilité de leurs entraîneurs.

Les contenus suivront une progression régulière d'année en année et seront au maximum individualisés. Décidés par les techniciens de la SEF, ils suivront néanmoins la trame décidée par la filière haut niveau et donc les entraîneurs nationaux. Régulièrement des batteries de tests seront réalisées sur l'ensemble des structures du territoire, ce qui permettra d'établir une base de données pour chaque athlète et ainsi le situer sur les plans technique et physique. Le recueil de ces données permettra de régulièrement établir un profil et d'identifier les marges de progression pour chaque individu. Sur le plan du volume horaire, les jeunes pilotes seront soumis à un entraînement d'environ 2 heures par jour (transport compris), du lundi au jeudi: les week-ends seront l'occasion pour eux de se reposer, d'être en famille, de faire leurs devoirs et le cas échéant de participer aux compétitions prévues à leur calendrier.

La piste et le complexe de Carquefou constitueront la base géographique d'entraînement, mais les structures de Vallet et Nantes Bout-des-Landes seront également utilisées afin de varier les espaces de travail.



Exemple d'une semaine type:

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
BMX en soirée	BMX en soirée	BMX l'après-midi	BMX en soirée	Retour en famille	Repos ou entraînement club	Repos ou compétition

Un calendrier type sera proposé aux familles: il établira la liste des courses auxquelles le/la jeune sportif/ve pourra choisir de prendre part ou non au cours de la saison.

Il sera construit sur les principes suivants:

- Le retour à la maison se fera tous les week-ends : l'athlète pourra ainsi réintégrer sa famille et le cas échéant, son club pour l'entraînement du samedi.
- Les pilotes décideront en début d'année, en accord avec les entraîneurs et les familles, les compétitions auxquelles ils souhaiteront ou non participer. Evidemment, ces choix ne seront pas figés et demeureront ajustables en fonction du déroulement de la saison (blessure, fatigue...).

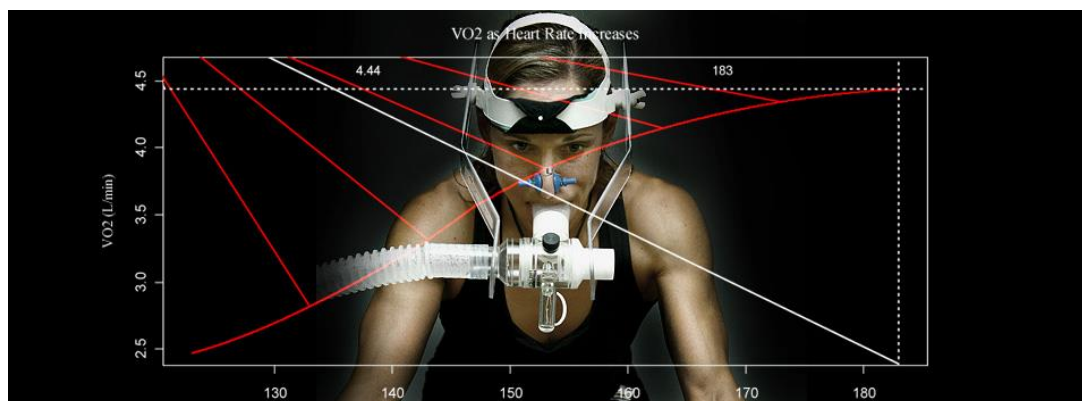
NB : la SEF n'encadrera pas les déplacements sur les compétitions. Néanmoins les pilotes pourront profiter de la structure DN1 (tentes, sièges, home-trainers...) sur les courses où cette dernière sera présente.

Un hébergement adapté aux différents besoins

Les jeunes résidant à proximité du collège-lycée pourront choisir le régime de la demi-pension ou de l'externat et réintégreront par conséquent leur domicile tous les soirs. Les jeunes n'ayant pas cette possibilité pourront se voir proposer une solution d'hébergement variable en fonction de leur âge. Les 3èmes ainsi que les lycéens pourront être hébergés au sein de l'internat du lycée. Les collégiens quant à eux (avant la 3ème) pourront être accueillis au sein du CREPS, situé très près de l'établissement scolaire (moins de 2 kms), tout comme les sportifs en études supérieures.

Un suivi médical régulier

En lien avec le CREPS, il devra permettre tout à la fois de fonctionner dans une logique d'aide à la performance, de prévention et de prise en charge des traumatismes. Un bilan médical devra être réalisé en début d'année (médecine du sport) et deux visites ostéopathiques seront organisées par la SEF sur la saison. Les techniciens auront la responsabilité de prendre les dispositions qui s'imposent en cas de blessure à l'occasion d'une séance d'entraînement.



Une relation privilégiée entre les différents acteurs qui entourent chaque athlète

Les athlètes qui feront partie de cette structure connaîtront diverses expériences et divers degrés de réussite. Si le projet sera bien double pour eux, il devra être triple pour nous tous: encadrants, entraîneurs, staff médical, enseignants, parents, responsables d'établissements. Outre la recherche des réussites scolaire et sportive, le but sera de former des adolescents épanouis dans leur quotidien, à travers la pratique de leur passion.

Pour cela, il sera important que chacun prenne conscience de la notion d'équipe: l'honnêteté, la confiance, la communication seront des facteurs déterminants dans le bon fonctionnement de la structure.

Chacun devra accepter et respecter son rôle dans ce projet, en remplissant ses obligations et en restant à la place qui est la sienne. Les discours des différents intervenants (parents, équipe pédagogique, administration de l'établissement, responsables de la structure...) devront montrer unité et cohérence, dans un objectif de réussite et d'épanouissement du jeune athlète.

L'ENCADREMENT ET LES PERSONNES REFERENTES

Le bon fonctionnement de notre structure reposera sur un partenariat efficace entre les intervenants des trois parties suivantes: sportive, scolaire et institutionnelle.

La partie sportive:

Titulaire du Brevet d'Etat option BMX, Anthony JOUBERT assurera la planification des séances, l'animation de celles-ci ainsi que les transports quotidiens entre les lieux d'entraînement et les lieux de scolarisation/hébergement. Il aura la responsabilité de proposer un encadrement cohérent avec le niveau des athlètes qui lui seront confiés afin de les amener à leur meilleur niveau de pratique.

Benoit DUPLOYER, professeur d'EPS et également titulaire du même diplôme participera lui aussi à la planification annuelle et prendra en charge certaines séquences d'entraînement ainsi que le transport des athlètes. En tant que responsable de la SEF, il aura à remplir les tâches suivantes:

- faire le lien entre la SEF et l'établissement scolaire (suivi scolaire, échange d'informations diverses)
- faire le lien entre la SEF et les responsables légaux des pilotes
- organiser le suivi médical (visites médicales, ostéopathiques et prises en charge en cas de blessure)

Les membres du bureau de l'association Pays de la Loire BMX seront eux aussi des ressources essentielles à la réussite des jeunes. Ils auront en charge la partie administrative et financière de la structure.

La partie scolaire:

Les équipes de Direction des deux établissements (collège et lycée) ainsi que les équipes pédagogiques auront en charge la réussite scolaire de nos athlètes. Leur expertise dans le domaine n'est plus à démontrer tant l'expérience de La Colinière est grande dans le domaine de l'accueil des jeunes sportifs.

Des échanges réguliers auront lieu avec les intervenants de la SEF (responsable, entraîneur) notamment en milieu et en fin de trimestre. Les conseils/remarques seront systématiquement suivis et il est à noter qu'à tout moment l'avis de l'établissement aura valeur de décision et ce, dès le recrutement.

La partie institutionnelle

La SEF s'appuiera sur le soutien des partenaires institutionnels suivants:

- la Région Pays de la Loire qui fournira une aide financière
- la DRJSCS qui fournira une aide logistique
- le CREPS de Nantes qui permettra de loger certains athlètes d'une part, de les accompagner dans leur scolarité et d'organiser leur suivi médical
- le Comité Régional Pays de la Loire qui fournira une aide matérielle
- la DTN qui par l'intermédiaire de son CTS nous aidera dans la mise en place au niveau local des orientations du Parcours d'Excellence Sportive

LES EQUIPEMENTS DE LA SEF

Pour travailler dans des conditions optimales, la structure va mettre à disposition de ses athlètes les ressources suivantes:

- La piste de BMX de Carquefou, une partie de son local ainsi que son complexe sportif avec stade et salle de musculation
- La piste de BMX de Vallet avec son local et ses possibilités de sorties VTT en pleine nature en toute sécurité
- Le skate park du Hangar pour le travail technique
- Les autres pistes du département pour des utilisations à la marge sur certains mercredis après-midis sous réserve de la disponibilité de ces dernières et de l'accord des clubs.
- 1 set de cellules de chronométrage PRO START mises à disposition par le Comité Pays de la Loire
- 1 tablette numérique
- 1 minibus pour les transports, subventionné à 50% par la Région Pays de la Loire



LE MODE DE SELECTION DES ATHLETES

Le groupe sera composé au maximum de 8 athlètes scolarisés au collège-lycée La Colinière. 6 places supplémentaires seront ouvertes à des athlètes majeurs, en études supérieures et autonomes sur le plan des transports.

Un athlète souhaitant postuler à la structure devra remplir un dossier complet (partie scolaire + partie sportive) et le retourner pour le **22 avril au plus tard**.

1ère partie (sportive)

Pour **TOUS les athlètes**:

C'est la fiche de renseignements, destinée aux entraîneurs ([document en p. 13 et 14](#))

2ème partie (scolaire)

Pour les **athlètes demandant une scolarisation au collège-lycée La Colinière**

C'est le dossier de demande d'admission, [disponible sur le site internet du collège et du lycée](#).

ATTENTION : Pour le collège, le dossier complet (partie sportive + partie scolaire) est à renvoyer à l'association Pays de la Loire BMX (adresse ci-dessus) ou par email (benduployer@gmail.com): aucun document ne doit être envoyé directement au collège.

Pour le lycée, la partie sportive doit être envoyée à l'association Pays de la Loire BMX et la partie scolaire doit être envoyée au lycée (adresse ci-dessous)

Lycée La Colinière
M. GARDIC, Proviseur adjoint
Projet SEF BMX
129 rue du landreau
44319 NANTES Cédex 3

Association PAYS DE LA LOIRE BMX
Projet SEF BMX
8 rue des orfèvres
BP 10008
44840 LES SORINIERES

L'équipe de la SEF procédera à des tests sportifs le **mercredi 27 avril à 14 heures**. Parallèlement, les résultats scolaires, le niveau sportif ainsi que la motivation du pilote seront analysés. Il est à noter que la décision finale d'acceptation ou de refus reviendra aux responsables des établissements scolaires.

SEULS LES DOSSIERS COMPLETS SERONT ETUDIES

LES TARIFS

Prestations d'encadrement sportif

- 155 euros par mois (de septembre à juin inclus, soit 10 mensualités) pour les élèves scolarisés au collège-lycée. Ce tarif comprendra l'encadrement par les deux entraîneurs, la mise à disposition des pistes et du matériel, les 2 séances d'ostéopathie par an, les transports entre l'établissement scolaire/les lieux d'entraînement/les lieux d'hébergement, 1 maillot aux couleurs de la structure ainsi que les intervenants extérieurs (diététicien...)

- 120 euros par mois (de septembre à juin inclus, soit 10 mensualités) pour les pilotes majeurs, autonomes sur le plan des transports. Les mêmes ressources seront mises à disposition, exception faite du moyen de transport.

Une charte de respect des engagements financiers sera demandée aux responsables légaux de chaque athlète (ou à l'athlète lui-même si ce dernier est majeur). Le montant total pourra être réglé en une seule fois ou en plusieurs échéances (modalités à définir avec le trésorier). En tout état de cause, tous les chèques devront être fournis au trésorier avant le jour de la rentrée.

Prestations d'hébergement

Nos athlètes faisant la demande d'un hébergement seront logés de la manière suivante:

Lycéens et élèves de 3ème: INTERNAT de la Colinière

- Différentes formules sont possibles pour l'hébergement en pension complète au lycée La Colinière. La possibilité d'arriver le dimanche soir existe pour les jeunes le désirant, moyennant un supplément financier. Consulter le site internet du lycée pour les tarifs.

Elèves de 5ème/4ème + sportifs en études supérieures: CREPS

- 171 euros par mois pour l'hébergement en chambre triple au CREPS, hors repas du soir. La prestation comprend l'hébergement, le suivi scolaire (avec cours de soutien dès que cela est nécessaire), l'accompagnement au double projet, la mise à disposition de divers matériels... Le CREPS prend également en charge les relations avec les universités/grandes écoles... pour l'adaptation des emplois du temps des sportifs en études supérieures (adaptation à la semaine, dédoublement des années...)

Les modalités de paiement seront à préciser avec chacune des deux structures.

Règlement intérieur de la SEF

ARTICLE 1

Chaque pilote de la SEF s'engage à respecter ses engagements pris dans le cadre de son inscription. Il se doit d'accomplir son travail scolaire avec sérieux et régularité. Il s'engage également à donner le meilleur de lui-même lors des entraînements du groupe, les compétitions auxquelles il participera et à donner une image positive grâce à un comportement irréprochable sur et en dehors de la piste de BMX.

ARTICLE 2

Chaque pilote de la SEF s'engage à respecter ses entraîneurs, les membres de l'encadrement de l'association, les intervenants extérieurs et à écouter les remarques et conseils qui lui sont prodigués.

ARTICLE 3

Chaque pilote de la SEF s'engage à respecter tous les autres membres du groupe, à les encourager et le cas échéant à leur faire profiter de son expérience en leur donnant des conseils.

ARTICLE 4

La réussite scolaire est et restera la priorité: le pilote se devra d'avertir son entraîneur, ses représentants légaux ainsi que les responsables de la scolarité du collège-lycée en cas de difficultés afin que des solutions soient trouvées au plus vite. Des aménagements de l'emploi du temps seront alors mis en place afin que le jeune se remette au plus vite à niveau.

ARTICLE 5

Le pilote s'engage à accepter toute décision prise par l'encadrement si ce dernier choisit de préférer un soutien scolaire en lieu et place de quelques séances sportives. Cette décision peut intervenir à tout moment.

ARTICLE 7

Chaque pilote se doit d'être licencié en Pays de la Loire pour la saison 2017, équipé en permanence du matériel suivant : un BMX en parfait état de fonctionnement, un casque aux normes en vigueur, un équipement vestimentaire adapté (pantalons de BMX, gants, maillots...), une trousse à outils appropriée à la pratique du BMX ainsi qu'un stock raisonnable de consommables (pneu de rechange, chaîne, chambres à air, rustines...)

A.....

le.....

Signer en faisant précéder de la mention « *lu et approuvé* »

FICHE DE RENSEIGNEMENTS
Association PAYS DE LA LOIRE BMX

NOM :

Prénom :

Date de naissance :

Adresse :

.....

.....

Numéro de téléphone mobile des parents (1):.....

Numéro de téléphone mobile des parents (2)

Numéro de téléphone fixe des parents :.....

Numéro de téléphone mobile du pilote :.....

Adresse email des parents (1) :.....

Adresse email des parents (2) :.....

Adresse email du pilote :.....

Type d'hébergement souhaité (rayer les mentions inutiles)

- Domicile familial
- Internat du lycée
- CREPS de Nantes (pour les élèves scolarisés en 5^{ème}/4^{ème} ou études sup.)

Scolarité actuelle:

.....

Orientation scolaire souhaitée pour 2016/2017:.....

Nombre d'années de pratique du BMX :

.....

Club actuel / Comité :

.....

Catégorie saison 2016 :

.....

Classement CPP / Coupe de France actuel :

.....

Résultat Championnat de France ou challenge France 2015 :

.....

Classement régional 2015 :

.....

Classement régional actuel :

.....

Autres résultats à signaler :

.....

1. Quels sont vos objectifs en BMX pour la saison 2017 ?

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

2. Quels sont vos objectifs en BMX pour les années à venir ?

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

3. Quels sont vos projets d'avenir (études, profession...)

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

4. Qu'attendez-vous de la structure d'entraînement et de formation BMX ?

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

5. Qu'est-ce qui pourrait motiver l'équipe d'encadrement à retenir votre candidature ?

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

CONTACTS :

Benoit DUPLOYER
Téléphone : 06 82 25 52 762
Email : benoit.duployer@gmail.com

Alain DANIEL
Téléphone : 06 08 46 85 84
Email : adar.daniel@wanadoo.fr