

## **Organisation de la saison VTT 2026**

### **Détections et Collectifs VTT Bourgogne–Franche-Comté**

Ce document a pour objectif de présenter l'ensemble des actions mises en place par le Comité Régional de Cyclisme de Bourgogne–Franche-Comté dans la discipline VTT, à destination des catégories U13, U15, U17 et U19.

Il décrit les finalités de chaque collectif, le cadre d'accompagnement proposé aux athlètes, ainsi que les modalités de sélection propres à chacun d'eux.

Le document précise également les règles de sélection nécessaires pour la participation aux Coupes de France VTT XCO U15.

#### **SOMMAIRE**

##### **1. Détections départementales XCO U15 – U17**

##### **2. Collectif U19 XCO**

##### **3. Collectif U17 XCO**

##### **4. Participation aux Coupes de France VTT XCO et DH U15**

##### **5. Collectif U15 XCO**

##### **6. Catégories U13 – U15 – U17**

##### **7. Collectif Gravity (DH / Enduro)**

##### **8. Calendriers sportifs régionaux**

## **1. Détections départementales XCO niveau 1 U15 – U17**

L'une des missions d'un comité régional est de dégager une « élite ». Pour ce faire, la détection et l'orientation d'un « talent » doit s'appuyer sur les goûts et les capacités exprimés par le/la jeune pilote. Il est donc nécessaire d'effectuer des tests à l'échelon régionale.

**Ces tests ont pour objectifs :**

- D'établir un suivi longitudinal du potentiel physique et technique du pilote,
  - De déceler chez les jeunes sportif(ve)s (13 à 18 ans) l'aptitude à acquérir à plus ou moins long terme les capacités requises pour l'exercice du VTT de haut niveau
  - D'évaluer un plus grand nombre de coureurs,
  - De créer une banque de données permettant d'évaluer les différents niveaux de potentiel
- Le premier niveau de détection s'organisera au niveau départemental afin d'effectuer une première sélection sur la base de tests techniques formalisés par la FFC. Les sujets testés seront les U15 et U17 Femmes et Hommes.

Les tests réalisés à l'échelon départemental devront être fait avant le 14 mars :

- tests généraux : test de détente vertical, test de force des bras (pompes), test de souplesse, test d'endurance (test navette).
- tests spécifiques : wheeling, bunny-up, manual, franchissement de marche en montée et en descente, saut de table.

**Obligations de participation :**

Tous les athlètes U15 et U17 souhaitant intégrer un collectif régional XCO (U15 ou U17) doivent obligatoirement participer à une journée de détection départementale technique.

Pour les U15, cette détection est également obligatoire pour toute participation à la Coupe de France U15 XCO (voir point 5 *Participation aux Coupes de France VTT XCO et DH U15 – Règles détaillées*).

**Calendrier des tests départementaux (vous avez le choix dans le lieu) :**

- **21 février** : Marsanay la côte
- **28 février** : Giromagny
- **1 mars** : Mâcon
- **7 mars** : Les Fourgs

## 2. Collectif régional U15 XCO

### Objectifs :

L'objectif de ce nouveau collectif U15, impulsé par les entraîneurs nationaux, est d'initier les jeunes athlètes aux bases du sport de haut niveau, afin de préparer progressivement leur passage vers les catégories supérieures.

Le dispositif repose sur deux axes complémentaires :

- un stage de regroupement réalisé conjointement avec le collectif U17, permettant aux U15 de bénéficier d'un environnement d'entraînement enrichissant, de découvrir des contenus techniques et physiques adaptés, et de s'imprégner des exigences de la compétition ;
- un déplacement encadré sur la première manche de Coupe de France U15 à Guéret, afin de leur offrir une première expérience structurante des compétitions nationales : découverte des routines de course, gestion de la reconnaissance, préparation physique et mentale, accompagnement sur le terrain...

Ce collectif vise à poser des fondations solides pour la suite de leur parcours, et à offrir aux U15 les repères essentiels avant d'intégrer, à terme, le collectif U17.

**Responsable :** Claire Hassenfratz

### Modalités de sélection :

Basées sur :

- Tests de détection départementale technique niveau 1
- Coupe BFC
- TRJV

### Stages et compétitions prévus

- Stage de détection régional – Besançon : 14 avril
- Sélection régionale pour participation à la Coupe de France de Guéret (17-18-19 avril)  
Encadrement : Claire Hassenfratz et Romain Seigle  
Sélection : 5 à 8 athlètes  
La sélection sera prise en charge sur la totalité des 3 jours, avec déplacement depuis notre région.

### Modalités de sélection pour la sélection régionale à la Coupe de France Guéret

Sélection basée sur :

- Tests techniques départementaux
- Participation et comportement au stage régional le 14 avril
- Résultats sur :
  - **Coupe BFC du 15 mars (Dijon)**
  - **Coupe BFC du 5 avril (Andelot Morval)**

### **3. Collectif régional U17 XCO**

#### **Objectifs :**

L'objectif du collectif U17 est de proposer aux athlètes un accompagnement structuré mêlant développement technique, développement physique et formation aux thématiques essentielles à la pratique de haut niveau.

Le collectif s'articule autour de temps de regroupement permettant de :

- renforcer les fondamentaux techniques nécessaires à la performance,
- développer les qualités physiques clés liées au VTT,
- aborder des thèmes transversaux indispensables : nutrition, préparation physique, prévention antidopage, gestion de l'entraînement...

Ces temps d'échanges et de pratique visent à donner aux athlètes U17 les bons repères pour progresser de manière cohérente, autonome et durable dans leur parcours sportif.

**Responsable :** Claire Hassenfratz

#### **Stages prévus :**

- Stage régional de détection niveau 2 – Besançon : 13-14 avril
  - Tests physiques
  - Entraînements techniques et physiques
- Stage technique Enduro – Métabief : août – date à définir
  - Travail spécifique technique enduro

#### **Modalités de sélection :**

Basées sur :

- Résultats des tests départementaux
- Résultats des 2 premières Coupes Régionales BFC (15 mars et 5 avril)
- Résultats de la 1ère manche de Coupe de France à Pernes (28-29 mars)

#### **Mise en grille sur la 1<sup>ère</sup> manche de Coupe de France :**

Pour la mise en grille de la première manche de la Coupe de France, le comité régional a la possibilité de repositionner sur la ligne un athlète U17 homme et une athlète U17 femme. La sélection de ces deux athlètes sera effectuée en fonction des résultats obtenus lors de la Coupe régionale de Dijon.

#### **4. Collectif régional U19 XCO**

##### **Objectif :**

L'objectif de ce collectif est d'accompagner les athlètes U19 sur plusieurs déplacements clés de la saison afin de leur permettre de se confronter au niveau international et, lorsque cela est possible, de récolter des points UCI précieux pour leur progression.

Au-delà de la performance, le collectif vise à offrir un accompagnement complet sur l'ensemble des deux week-ends de compétition, afin d'aider les athlètes à optimiser leurs routines :

- reconnaissance de parcours,
- échauffement,
- gestion de course,
- préparation physique et mentale.

Cet accompagnement est assuré par des entraîneurs professionnels, permettant aux athlètes d'ajuster leurs méthodes et d'acquérir des repères solides pour évoluer vers le haut niveau.

**Responsable :** Aurélien Couderc

**Déplacement Courses UCI prévus :**

- 28 février - 1 mars : JS Chabrière
- 4 - 5 avril : C1 Arbon

**Modalités de sélection :**

- Sélection basée prioritairement sur les résultats en Coupe de France et au championnat de France de la saison précédente pour Chabrière.
- La commission VTT peut intégrer des athlètes sur le 2<sup>e</sup> déplacement selon :
  - les résultats des premières Coupes Régionales BFC,
  - les résultats de la Coupe de France de Pernes (28-29 mars).

## 5. Participation aux Coupes de France VTT XCO et DH U15 – Règles détaillées

Depuis cette année, la FFC oblige tous les athlètes U15 désirant participer aux manches de Coupe de France d'avoir l'avis favorable du MTT de la région en passant par plusieurs étapes. Décrites ci-dessous.

### Rappel sur le fonctionnement :

- Les U15 sont limités à 3 participations max. sur les 4 étapes de la Coupe de France XCO ouvertes ; le système bloquera automatiquement la 4e participation (le nombre d'étapes n'est pas limité en DH).
- Le comité régional (MTT) procèdera aux inscriptions « administratives » des U15 sur la plateforme FFC sans quota, après vérification que les pilotes répondent **aux critères ci-dessus**.
- Le comité régional indiquera aux arbitres l'ordre de mise en grille XCO des pilotes de leur région.
- Les pilotes et leurs parents/encadrants paieront leur inscription directement lors du retrait des plaques en salle de permanence.

### Pour la 1re et la 2e PARTICIPATION à une étape de la Coupe de France VTT XCO (quelle que soit la manche) :

- Valider les tests de détection départemental de niveau 1 avec, au minimum, le niveau « passable » (4 ateliers réussis sur les 7) \* ET
- Avoir participé à au moins une épreuve de Coupe Régionale OU un Trophée Régional avant la Coupe de France.

### Pour la 1re PARTICIPATION à une étape de la Coupe de France VTT DH (quelle que soit la manche) :

- Avoir participé au championnat régional DH le 4 et 5 avril.

### Pour la 3e PARTICIPATION à une étape de la Coupe de France VTT XCO :

- Avoir participé à 2 étapes de la Coupe de France VTT XCO ET
- Avoir participé à au moins une épreuve de Coupe Régionale ET un Trophée Régional

### Procédure

Un mail d'intention de participation doit être envoyé au plus tard, 15 jours avant chaque manche de Coupe de France à la MTT, Claire HASSENFRATZ à l'adresse mail suivante : [c.hassenfratz@ffc.fr](mailto:c.hassenfratz@ffc.fr)

*Niveau passable sur les tests de détection départementaux	
Pour les filles il faut savoir :	Pour les garçons il faut savoir :
Poser sa roue avant à 3m en wheeling	Poser sa roue avant 8m en wheeling
Poser sa roue avant à 1m50 en manual	Poser sa roue avant à 3m en manual
Sauter au-dessus d'une barre de 10cm de hauteur en bunny up	Sauter au-dessus d'une barre de 15cm de haut en bunny up
Monter une marche de 15cm	Monter une marche de 20cm
Sauter une marche de 40cm en descente	Sauter une marche de 40cm en descente
Sauter une table de 1m de long	Sauter une table de 1m de long
Faire un bunny up de 60cm en longueur	Faire un bunny up de 90cm en longueur

Un athlète U15 n'ayant pas participé aux trois premières manches des Coupes de France et souhaitant s'engager sur l'une des manches à partir du mois de juillet, sans avoir validé les tests départementaux de niveau 1, pourra contacter directement la MTT Claire Hassenfratz ([c.hassenfratz@ffc.fr](mailto:c.hassenfratz@ffc.fr)) afin d'organiser une session de tests.

## 6. Catégories U13 – U15 – U17

### Stage de perfectionnement Trial

- Date : mercredi 11 mars 2026
- Lieu : Tour de Scay
- Encadrement : Alexis Brunetaud + DEJEPS VTT en formation
- Limité à 20 participants – *premiers inscrits, premiers servis*
- Pas de sélection – inscription via mail envoyé aux présidents de clubs

### Stage de préparation TFJV U13 – U15 – U17

- Date : 4 et 5 juillet
- Lieu : Bellecin
- Pour les athlètes sélectionnés au TFJV

### TFJV – Guéret – 3 au 7 août

**Responsable :** Céline BIDEAU

**Modalités de sélection :**

La sélection sera faite sur les points marqués sur l'ensemble des 7 dates ci-dessous.

1 Jocker sera accordé sur l'une des 7 dates.

- XCO : 5 avril – Andelot-Morval
- Enduro : 25 avril – Autun
- XCO : 3 mai – Les Fourgs
- Trial / DH : 10 mai – Giromagny
- XCO : 17 mai – Montceau Les Mines
- XCC / Trial : 21 juin – Conliège
- TIJV : 6-7 juin – Remiremont

Les 6 garçons et les 2 ou 3\* filles de chaque catégorie ayant le plus de point seront sélectionnés.

\*Pour chaque catégorie, une troisième fille pourra être sélectionnée sur avis de la commission régionale VTT et de la MTT, à condition d'avoir participé à l'ensemble des sept manches qualificatives, avec la possibilité d'utiliser un joker sur une date.

**Grille de points :** (1<sup>ère</sup> place = 150 pts – 2<sup>ème</sup> place = 147 pts – 3<sup>ème</sup> place = 144 pts – 4<sup>ème</sup> place = 141 pts - 5<sup>ème</sup> place = 138 pts – 6<sup>ème</sup> place = 135 pts – 7<sup>ème</sup> place = 132 pts – 8<sup>ème</sup> place = 129 pts – 9<sup>ème</sup> place = 126 pts – 10<sup>ème</sup> place = 123 pts – 11<sup>ème</sup> place = 120 pts – 12<sup>ème</sup> place = 118 pts – 13<sup>ème</sup> place = 116 pts – 14<sup>ème</sup> place = 114 pts – jusqu'à 51 ème place -2pts puis > 51<sup>ème</sup> place -1pt)

## 7. Collectif régional Gravity (DH / Enduro)

Ce nouveau collectif, créé au sein de notre comité, a pour objectif d'accompagner les athlètes des disciplines gravity (DH et Enduro) dans leur développement physique et technique.

Il repose sur deux temps forts :

- Une journée de tests physiques, destinée à évaluer les qualités indispensables à la performance (force, explosivité, vitesse, endurance spécifique, mobilité),
- Un stage technique, permettant d'apporter aux athlètes U17 et U19 les fondamentaux nécessaires pour progresser durablement dans les disciplines gravity.

L'ensemble du dispositif est encadré par des spécialistes de la discipline, garantissant un accompagnement de qualité et adapté aux exigences du haut niveau.

### Modalités de sélection :

- Sélection basée prioritairement sur les résultats en Coupe de France et au championnat de France de la saison précédente
- La commission VTT peut intégrer des athlètes en cours de saison

### Journée testing physique

- Date : samedi X mars ?
- Lieu : Besançon
- Encadrement : Claire Hassenfratz
- Objectif : L'objectif de cette journée est d'évaluer de manière précise les qualités physiques de chaque athlète afin d'identifier leurs points forts et leurs axes d'amélioration. Les tests permettront de mesurer différentes capacités clés : force, vitesse, explosivité, résistance lactique, PMA, ainsi que la mobilité générale. L'ensemble de ces évaluations donnera lieu à un compte rendu personnalisé, permettant à chaque athlète de disposer d'orientations claires pour progresser efficacement dans les disciplines gravity.

### Stage de perfectionnement DH-enduro

- Date : 7 et 8 juillet 2026
- Lieu : Métabief
- Encadrement : Rudy Cabirou - DEJEPS en formation
- Objectif : L'objectif de ces 2 journées est de travailler les fondamentaux technique en enduro et DH sur le Bike Park de Métabief.

## **8. Calendriers sportifs régional**

### **Coupe Bourgogne-Franche-Comté XCO**

- 15 mars : Dijon
- 05 avril : Andelot-Morval
- 03 mai : Les Fourgs
- 17 mai : Montceau Les Mines
- 05 septembre : Mesvres

**Championnat régional XCO : 14 juin – Dole**

**Championnat régional DH : 4 - 5 avril – Blanot**

**Championnat régional Enduro : 26 avril - Belfort**

### **TRJV**

- XCO : 5 avril – Andelot-Morval
- Enduro : 25 avril – Autun
- XCO : 3 mai – Les Fourgs
- Trial / DH : 10 mai – Giromagny
- XCO : 17 mai - Montceau Les Mines
- XCC / Trial : 21 juin – Conliège

### **Compétitions Jeunes national**

- TIJV : 6-7 juin – Remiremont
- TFJV : 3-7 août – Guéret

### **Mise en grille des Coupes :**

**Rappel** : Pour la 1ère manche organisée par le SCO DIJON, la mise en grille sera effectuée à l'issue d'un tirage au sort. Pour les épreuves du TRJV, les coureurs ne participant pas à la première manche seront placés en grille selon l'ordre suivant : le classement complet de la première manche, puis entre eux à l'issue d'un tirage au sort. Cette méthode garantit une organisation équitable tout en tenant compte des contraintes du calendrier.

***Compte tenu de la forte densité, ainsi que du niveau des coureurs de la région, le MTT sera vigilant pour retenir dans les sélections, les meilleurs et les plus motivés. Le MTT devra, en conséquence, prendre des décisions fortes et justifiées. Merci de les respecter.***

**Claire HASSENFRATZ**

Manager Technique Territorial  
Comité régional de cyclisme de  
Bourgogne Franche Comté