

Présentation de la

Politique sportive 2021

Objectif Formation

Sommaire

• Introduction	page 3
• Les objectifs de l'E.T.R.	page 4
• L'activité BMX	page 5
• L'activité VTT	page 7
• L'activité Piste	page 9
• L'activité cyclo-cross	page 11
• L'activité route cadets	page 13
• L'activité route minimes – cadettes	page 15
• L'activité route juniors	page 17
• L'activité route dames	page 21
• L'activité route espoirs	page 23
• L'activité route Elite	page 24
• Le fonctionnement de l'E.T.R.	page 26
• Conclusion	page 29



INTRODUCTION

Après la pluie, vient le beau temps !

En cette année olympique, l'ensemble de la société mais également le mouvement sportif est durement touché par la pandémie Covid-19. Cette crise, sans précédents, a bouleversé considérablement l'ordre établi et ce, à tous les niveaux. L'équipe technique régionale a dû s'adapter pour proposer une forme de continuité dans l'accompagnement et la structuration du cyclisme sur son territoire.

Les problématiques d'accession au haut niveau, de développement de la pratique, de formation et de protection du sportif sont restées les priorités des acteurs du cyclisme sur le plan régional mais sous une forme différente de ce qui a pu être proposé ces dernières années. En raison des contraintes gouvernementales, il n'a, bien entendu, pas été possible de répondre efficacement à l'ensemble des problématiques et réaliser le programme prévisionnel. Cependant, nous avons tenté de suivre au plus près les directives fédérales tout en s'adaptant au contexte sanitaire. Cet investissement humain, matériel, financier et ce fédéralisme ont favorisé : les résultats obtenus par les athlètes au niveau national et international, le renforcement du fédéralisme et la formation d'éducateurs de plus en plus nombreux à acquérir des connaissances et des compétences qu'ils pourront ensuite transmettre à tou-te-s les licencié-e-s. Ces satisfactions étant obtenues grâce au travail formidable des clubs soutenus par un comité régional qui se positionne en catalyseur des effets de leurs actions.

En 2020, le programmes des compétitions a donc largement été remodelé et perturbé par cette crise sanitaire. Le confinement a été l'occasion de repenser l'accompagnement des athlètes et des éducateurs. De nombreuses visioconférences ont été organisées en Bourgogne Franche-Comté pour maintenir le lien avec eux. D'avril à fin mai, l'ETR a organisé 7 webinaires 1) 5 sous forme de formation continue « tous publics » 2) 2 à destination des athlètes. Ces visioconférences ouvertes à tous licenciés ont touché près de 216 personnes et sont l'exemple de la capacité d'adaptation de notre équipe technique régionale.

Améliorer notre niveau de compétitivité dans chaque discipline et sur le long terme reste le fil conducteur de nos actions. Cette amélioration nécessite un engagement de femmes et d'hommes compétents, motivés, investis et à l'écoute... Sans les membres de l'ETR et une remise en question permanente de notre modèle de fonctionnement nous risquons de perdre ce fil rouge. Nous devons donc être vigilant sur ce point.

Il est également important de rester vigilant sur la nécessaire coordination des actions menées par les différents acteurs gravitant autour des cyclistes. Coordination importante pour que ces actions soient complémentaires et agissent en synergie sur le développement complet des athlètes. Les actions mises en place en 2020 dans ce contexte particulier ont été construites et pensées en fonction de ces points de vigilance. L'année 2021 devra être construites sur cette même lignée.

Sur cette année 2020, biaisée par la COVID-19, la Bourgogne Franche-Comté a comptabilisé 21 podiums dont 7 titres lors des Championnats de France de l'avenir ou élites. C'est un podium de moins que l'année passée mais les couleurs de ces médailles sont plus prestigieuses. Le ratio médailles obtenues/médailles potentielles était plus élevé cette année en raison de l'annulation de certains championnats et ceci valorise d'autant plus ces performances. Ces médailles ont été glanées dans l'ensemble des disciplines majeures du cyclisme. Cela démontre que l'investissement réalisé par l'ensemble des structures fédérales de Bourgogne Franche-Comté porte ses fruits dans tous les domaines

En 2021, nous nous attèlerons donc à pérenniser cette réflexion concertée avec l'ensemble des acteurs (clubs, comités départementaux, entraîneurs, responsables de commission, membres de l'ETR, membres du conseil d'administration...) pour modéliser un parcours de formation adapté au contexte depuis les écoles de vélos jusqu'au plus haut niveau. Cette modélisation se déclinera à travers des actions de détection, de formation des éducateurs, de stages de perfectionnement, de compétition et d'évaluation.

La politique sportive qui vous est présentée s'est inspirée des grandes lignes de ces modèles de performance et c'est maintenant aux femmes et hommes compétents, motivés, engagés et à l'écoute de mettre en œuvre ce plan de développement du cyclisme en Bourgogne Franche Comté.

L'Équipe Technique Régionale est au service de la performance des sportifs. Avec l'apport du Comité de Bourgogne Franche-Comté de Cyclisme, de ses comités départementaux et de ses clubs, elle doit permettre à tous les sportifs d'améliorer leur niveau et leur capacité de performance.

L'Équipe Technique Régionale (décret n° 2005-1718 du 28 décembre 2005) est convenue quadriennalement entre le Président du Comité Régional F.F.C. et le Directeur Régional de la Jeunesse des Sports et de la Cohésion Sociale. Elle est coordonnée par le Conseiller Technique Régional. La convention actuelle a été signée le 13 décembre 2017

Nos objectifs

■ Les Championnats de France et Trophées de France

Véritables représentations de notre région dans chaque discipline, **les Championnats de France devront être nos priorités**. Particulièrement, les Championnats de France dans les jeunes catégories (généralement Cadets et Juniors) sont nos actions prioritaires.

Championnats de France 2021 :

- Route Elite : Epinal (Grand Est) – 17 au 20 juin 2021
- BMX : Sarrians (PACA) – 2-4 juillet 2021
- VTT XC/trial/DH: Levens (PACA) – 8 au 11 juillet 2021
- Piste : Lieu à définir – 7 au 14 août 2021
- Route Avenir : Lieu à définir – 28 juillet au 1^{er} août 2021
- Piste demi-fond : Lieu à définir – 11 septembre 2021
- Cyclo-cross : Liévin (Haut de France) – 8-9 janvier 2022

Trophées de France des Jeunes 2021 :

- BMX : Avensan (Nouvelle Aquitaine) – 26-27 juin 2021
- Cyclistes : Vichy (Auvergne Rhône Alpes) – 9 au 11 juillet 2021
- VTT : Alpe d'Huez (Auvergne Rhône Alpes) – 3 au 6 août 2021

■ Les Coupes de France

Lorsque des Equipes de Bourgogne Franche-Comté sont constituées dans ce type d'épreuve, cela constitue un moyen de préparation aux Championnats de France. Ces épreuves constituent ainsi le meilleur moyen de formation et de progression, et du jugement de la valeur de nos sportifs. Parfois, ces épreuves ont également un objectif qualificatif aux Championnats de France.

■ Les Stages et regroupements

Le cyclisme (dans toutes ses disciplines) est un sport qui se pratique en équipe. En plus de l'apport technique de ces stages et regroupements, il s'agit de moments privilégiés pour développer la cohésion et entretenir les liens sociaux d'un groupe. Ceux-ci constituent donc les premières étapes dans la constitution des « Equipes de Bourgogne Franche-Comté ».

Le comportement des coureurs au sein des divers regroupements est particulièrement apprécié pour la sélection au sein des Equipes de Bourgogne Franche Comté. Les seules performances ne peuvent compenser des comportements opposés à la dynamique des groupes.

1. le B.M.X.

Les cadres chargés du suivi de l'activité

Thomas BAROCCA/ Damien ETHALON/ Alexandre GAMET

La détection :

Les stages de détection ont pour vocation à identifier le potentiel physique et technique d'un nombre important d'athlètes pour ensuite entrer dans le cursus régional de formation sportive. Ils ont pour objectifs de :

- Créer une émulation régionale, motiver et détecter les talents
- Identifier les pilotes qui rentreront dans le cursus de formation BMX du comité régional.

Ces stages s'adressent aux pilotes benjamins, minimes: garçons et filles.

La liste des pilotes invités intègre les personnes suivantes :

- Pilotes sur LRP en 2021
- Pilotes qualifiés aux finales France en 2020 (TFBMX, challenges et Championnat)
- Quelques exceptions du fait de leurs évolutions.

Cependant, à titre exceptionnel, un club peut proposer à l'ETR des pilotes qui, en cours d'année, pourraient avoir une progression intéressante. A contrario, un club peut ne pas autoriser l'accès au stage à un pilote dont le comportement ou l'assiduité en club, ne correspondrait pas à ce que l'on peut attendre d'un pilote régional exemplaire.

Les stages auront lieu :

- 15 avril à Saulon
- 19 mai à Damparis
- 13 octobre à Besançon

La formation

■ Le collectif « avenir BMX »

Le principe du dispositif est d'accompagner les pilotes ayant démontré un potentiel intéressant vers le haut niveau. Cet accompagnement se concrétisera par la réalisation de stages mais également un coaching sur les compétitions de référence.

Les pilotes composant l'équipe « avenir BMX BFC » auront accès aux stages de préparation spécifique et à l'accompagnement sur les compétitions.

■ Les stages de préparation spécifique

Les stages de préparation spécifiques permettent de pérenniser le travail de détection réalisé en amont. Ils ont pour objectifs de :

- Offrir des entraînements complémentaires à ceux des clubs, diversifier les partenaires d'entraînement et créer une concurrence saine
- Permettre aux entraîneurs une ouverture sur la diversité des expériences et compétences
- Créer une émulation régionale, motiver et détecter les talents
- Diversifier les lieux de pratique et affiner la préparation sportive
- Proposer des difficultés techniques indisponibles dans notre secteur (buttes à 8m)

Les sélections, proposées par l'ETR et validées par le CTR, s'appuieront sur les critères suivants :

- Résultats obtenus lors de l'année n-1
- Être pilote National
- Implication et motivation dans leur pratique
- Niveau technique, prise de risque et confrontation sportive
- Comportement sportif en compétition
- Investissement dans la vie du groupe, respect des personnes et des règles

Programme des stages :

- **20-22 avril à SQY**
- **13-14 mai à Bourges**

L'effectif, composé de 10 pilotes et 2 accompagnateurs, sera pris en charge financièrement par la commission BMX sur les postes de dépense suivants : Déplacement (péage, gasoil), hébergement, restauration et encadrement. L'effectif sera composé de pilotes de l'équipe « avenir BMX BFC » mais aussi d'autres pilotes

■ **Le stage 100% filles**

Dans la continuité du programme d'actions visant à développer la pratique cycliste féminine, un stage de préparation spécifique 100% féminin (pilote + encadrement sera organisé par le comité régional.

Il a pour objectif :

- Offrir des entraînements complémentaires à ceux des clubs,
- Perfectionner la technique et détecter sur la base de l'engagement en saut
- Regrouper les féminines et créer une émulation régionale et motiver ces pratiquantes

Ce stage sera ouvert à toutes les pilotes désirant se perfectionner et faisant état d'une véritable motivation à évoluer.

Dates et lieu : 19-20 avril à Besançon

L'accompagnement

■ **Les manches de Coupe de France**

Un accompagnement des pilotes cadets/juniors de l'équipe « avenir BMX BFC » sera proposé sur chaque manche de la coupe de France. Ces pilotes régionaux pourront ainsi bénéficier de conseils techniques et conseils stratégiques mais aussi des consignes de gestion de l'approche des compétitions par un membre qualifié de l'ETR.

Cet accompagnement sera également proposé aux pilotes nationaux hors DN.

Un emplacement sera réservé sur chaque manche pour y placer un stand régional.

■ **Le Championnat de France BMX – Sarrians (PACA) – 2 au 4 juillet 2021**

Dans la continuité du travail effectué sur la saison, les meilleurs cadets/juniors pourront être accompagnés lors de ces championnats s'ils répondent aux critères suivants :



■ **Comportement sportif sur les épreuves de la coupe de France**

■ **Participation et comportement au Championnat de Bourgogne Franche Comté**

2. le V.T.T.

Les cadres techniques chargés du suivi de l'activité

Claire HASSENFRAITZ et Fabien BALIZET

Le perfectionnement des entraîneurs

Le Comité de Bourgogne Franche Comté de Cyclisme met en place 2 stages de perfectionnement et une soirée de l'entraînement.

Chaque stage est encadré par des experts de la spécialité. Les stages comprennent de la pratique et de la théorie.

- 1 soirée « VTT XC : la gestion d'une saison VTT pour un junior de niveau national/international » - **10 septembre à Besançon**- Cadre technique : Sandrine GUIRONNET- CTN Formation/performance VTT
- 1 stage «**Trial**»- date à définir
- 1 stage « **DH** » - 29 juin à Métabief

La soirée de l'entraînement a vocation à apporter les connaissances théoriques sur les orientations que pourront donner les entraîneurs à leurs athlètes juniors qui sont confrontés à un programme de courses florissant.

Les stages ont pour vocation l'acquisition de techniques et méthodes pédagogiques spécifiques au Trial et à la descente par les éducateurs. L'objectif étant qu'ils puissent retranscrire les compétences acquises dans leurs clubs afin d'améliorer le profil technique des jeunes licenciés sur le long terme.

Ces stages s'inscrivent dans la logique de la formation continue des éducateurs et permettent de mettre à jour leurs diplômes acquis au préalable.

L'entraînement des sportifs

■ **Détection**

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 auront 15-18ans, dames et hommes.

Les plus gros potentiels (15-16 ans) seront ensuite orientés sur des tests spécifiques à l'échelon régional. Les comités départementaux ont donc toutes leurs places dans ce plan de détection. La mutualisation des moyens entre deux comités départementaux est possible.

Des membres de l'ETR, référents de ces tests techniques seront les coordonnateurs de ces journées de détection. Ils se déplaceront dans chaque département afin d'organiser ces tests et ils seront ainsi les garants de la normalisation de ces tests techniques.

Les tests réalisés à l'échelon départemental devront être fait avant le 11 avril :

- 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

Après exploitation des données du 1^{er} niveau de détection, 12 cadets-cadettes seront convoqués sur deux journées de détection et d'évaluation des aptitudes. **Mardi 13 et mercredi 14 avril à Besançon.**

Ce stage permettra d'évaluer les cadets et d'établir des profils de puissance et leurs aptitudes mentales.

Une journée sera consacrée au perfectionnement du pilotage en descente (Mont Poupet)

■ **Les stages de perfectionnement cadets**

- **Collectif cadets/cadettes « élite »**

A l'issue des stages de détection départementaux et des premières épreuves de la coupe régionale, un collectif composé de 12 cadets/cadettes sera proposé par l'ETR et validé par le CTR, s'appuiera sur les critères de sélection suivants :

- Résultats obtenus lors de l'année n-1 (minime 2 et cadet 1) sur les épreuves de XC
- Résultats des tests de détection
- Implication et motivation dans leur pratique
- Niveau technique, prise de risque et confrontation sportive
- Comportement sportif en compétition
- Investissement dans la vie du groupe, respect des personnes et des règles

Ce collectif se verra proposer un programme d'accompagnement et de perfectionnement des habiletés techniques, mentales et physiques propres au VTT. L'objectif étant de favoriser la transition des catégories jeunes vers les catégories où la confrontation devient nationale. Un encadrement diplômé leur permettra de mieux aborder cette catégorie et ainsi optimiser progressivement l'ensemble des facteurs de la performance. L'accent sera mis sur le pilotage dans des descentes engagées

Programme des stages :

- 13-14 avril : Évaluation et perfectionnement technique : Besançon et Mont Poupet
- 19 juin : Stage descente à Métabief

- **Collectif cadets/juniors (H et F) « hors structures »**

Afin d'accompagner efficacement les pilotes émergeant tardivement dans la discipline VTT XC, un programme de stages de perfectionnement à destination des cadets/juniors (hommes et femmes) sera proposé aux pilotes n'appartenant pas à un team. Pour intégrer ce dispositif, il sera nécessaire de :

- Ne pas appartenir à un team VTT labélisé
- Avoir participé à une journée de détection départementale
- Faire preuve d'une Implication et motivation élevée dans la pratique
- Avoir la volonté de progresser techniquement, physiquement et mentalement
- Démontrer un Investissement dans la vie du groupe, respect des personnes et des règles

Ce collectif se verra proposer un programme d'accompagnement et de perfectionnement à travers des stages. L'objectif étant de favoriser l'acquisition des compétences physiques, techniques et mentales de base pour évoluer vers le haut niveau.

Un accompagnement dans l'approche d'une compétition de haut niveau sera également proposé à l'occasion de la Coupe de France de Lons le saunier. Cet accompagnement sera l'occasion pour les membres du collectif de découvrir ce niveau de compétition et d'optimiser l'approche de ce genre d'évènement.

Un encadrement diplômé leur permettra de progresser dans l'ensemble des facteurs de la performance.

Programme des stages :

- 11 avril : Besançon
- 25 avril : Dole
- 30 mai : Lons le saunier

Programme d'accompagnement sur compétition :

- 27 juin : Lons le saunier

La sélection au sein des Equipes de Bourgogne Franche Comté

■ Le Championnat de France V.T.T. –Levens (PACA) – 8 au 11 juillet 2021

Le Comité de Bourgogne Franche-Comté de Cyclisme sera présent sur ce championnat afin d'accompagner les membres du collectif cadets-cadettes Bourgogne Franche Comté répondant aux critères suivant :

-  **Comportement sportif sur les épreuves de la coupe de France**
-  **Participation et comportement au Championnat de Bourgogne Franche Comté**



La participation est libre et individuelle, soit à titre du club dans lequel est licencié le pilote, soit au titre du team officiel dans lequel le pilote évolue en 2021.

Cependant, le Comité de Bourgogne Franche-Comté de Cyclisme prendra en charge les engagements des VTTistes qui participeront au « **relais des comités régionaux** ».

Egalement, le Comité de Bourgogne Franche-Comté de Cyclisme prendra en charge un Staff technique permettant d'apporter conseils, soutien technique et logistique aux VTTistes du comité régional BFC participant au relais des comités.

■ Le Trophée de France du Jeune VTTiste – Alpe d'Huez (Auvergne Rhone-Alpes) – 3 au 6 aout

Une équipe Bourgogne Franche-Comté sera présente sur cette épreuve.

Les critères de sélection et conditions de participation font l'objet d'un document annexe.

3. La Piste

Les cadres techniques chargés du suivi de l'activité

Antoine BRETON

Le perfectionnement des entraineurs

Le Comité de Bourgogne Franche Comté de Cyclisme met en place une soirée de l'entraînement sur le thème : « Les bénéfices de la double pratique Route/piste dans le développement du cycliste » - aura lieu le 25 février 2021 en visioconférence- Cadre technique : Yann Le BOUDEC- Conseiller Technique National en charge du Pôle France relève de Bourges

L'entraînement des sportifs

La formation sportive peut être prise en charge par l'Equipe Technique Régionale. Tout au long de l'année, des entraînements régionaux pourront se mettre en place à la demande d'un ou plusieurs clubs auprès du groupe Piste de l'E.T.R. Du matériel peut également être mis à disposition par certains clubs ou comités départementaux.

■ **Le collectif Piste**

Ce projet a pour vocation de préparer nos meilleurs athlètes pour les championnats de France de l'avenir Piste dans les différentes disciplines de la piste.

Le principe est d'assurer un suivi régulier et d'apporter une expertise technique aux coureurs intégrant ce collectif piste.

Les objectifs de ce collectif composé de 9 coureurs étant de :

- Savoir rouler vite
- Former un athlète complet
- Préparer une équipe performante en vue du championnat de France Piste;
- Former et perfectionner les coureurs dans la discipline de la poursuite par équipe et des courses en peloton
- Mutualiser les moyens et les forces pour emmener ce collectif vers le plus haut niveau de performance
- Former de manière continu et régulière le jeune pistard

La première phase du projet sera d'accompagner les membres du collectif sur des épreuves pistes hivernales afin de réaliser un diagnostic des forces et faiblesses des membres du collectif sur des confrontations. Ces compétitions permettront également d'affiner la préparation physique et d'entamer un travail technique/tactique des membres du collectif.

Ensuite, des regroupements mensuels réalisés sous forme de stages de un ou plusieurs jours sur différents vélodromes (Bourges, Genève, Dijon...) auront lieu afin d'aborder différents axes techniques et tactiques de la poursuite par équipe et des épreuves en peloton.

Dates de compétitions :

- 16-17 janvier 2021 : GP Mettler à Genève
- 23-24 janvier : 12h de Genève

Dates des stages :

- 27-28 février 2021, Bourges : réglages matériels, position, techniques, approche de la gestion de l'effort
- 27-28 mars 2021, Bourges : Perfectionnement technique, gestion de l'effort
- 13-14 avril 2021, Dijon : Perfectionnement technique, gestion de l'effort
- 14-15 mai 2021, Dijon : Optimisation technique
- 26-27 juin 2021, Dijon : Optimisation technique
- 22-23 juillet 2021, Dijon : Optimisation technique

■ La préparation des Championnats de France – Dijon – 3-4 août 2021

Les sélectionné(e)s aux championnats de France Piste seront convoqué(e)s au vélodrome de Dijon. L'objectif sera de perfectionner la technique et optimiser la condition physique des athlètes en fonction de leurs qualités et des disciplines sur lesquelles les athlètes sont engagés.

La sélection au sein des Equipes de Bourgogne Franche Comté

■ Coupe de France Juniors Piste – Le Neubourg (Normandie) – 24 avril 2021

Elle sera disputée par une équipe composée de 4 juniors à la suite des épreuves disputées en début de saison et en prenant en compte le comportement lors du stage de perfectionnement et des épreuves sur Piste en 2019.

■ La Coupe de France de l'Américaine - lieu à définir – 12 mai 2021

Le comportement sur les épreuves régionales et lors du stage de perfectionnement, ainsi que les performances nationales des années précédentes permettra de constituer une équipe dans les catégories Cadet, Junior et Elite.

■ L'Anneau d'Or Fenioux Juniors – Bourges – 18 et 19 septembre 2021

Les meilleurs juniors détectés sur les épreuves régionales seront sélectionnés pour l'Anneau d'Or Fenioux Juniors.

■ Le Championnat de France Piste– lieu à définir– 7 au 14 août 2021

Il sera disputé en équipe régionale d'après :

- Comportement sur les épreuves piste nationales :
 - Coupe de France- Neubourg- 24 avril 2021
 - Coupe de France de l'Américaine -- 12 mai 2021
- Participation et comportement au Championnat interregional
- Comportement sportif et extra-sportif sur l'ensemble des stages
- Résultats obtenus et expérience
- Participation et Comportement sur les épreuves piste régionales



■ Le KM Paris Tours – Tours (Centre Val de Loire) – 10 octobre 2021

Il s'agit d'une épreuve à visée de détection du Sprint. La sélection prendra en compte les résultats obtenus tout au long de la saison sur piste (particulièrement la Vitesse) et tout au long de la saison route.

4. Le cyclo-cross

Le cadre technique chargé du suivi de l'activité

Francis MOUREY

L'entraînement des sportifs

■ Le stage de perfectionnement cadets

Un stage spécifique cyclo-cross sera proposé aux cadets du dispositif « ETAP-cadets » qui se déroulera du 23 au 27 août à Kaiserslautern. Ce stage visera le développement des qualités techniques fondamentales de la discipline.

La sélection au sein des Equipes de Bourgogne Franche Comté

■ La coupe de France de Cyclo-cross

8-10 coureurs composeront l'effectif des « Equipes de Bourgogne Franche Comté » dans cette coupe de France. Globalement, il sera retenu dans chaque catégorie, la capacité à entrer dans le Top 20 pour faire partie de cet effectif :

 2^{ème} manche : Bagnoles de l'Orne – 13 et 14 novembre 2021

 3^{ème} manche : Andrézieux Bouthéon – 11 et 12 décembre 2021

Nota : La coupe de France de Cyclo-cross est en participation libre, collective ou individuelle.

■ Le Championnat de France de Cyclo-cross – Liévin (HDF) – 8-9 janvier 2022

L'équipe sera composée à l'issue de la coupe de France, en prenant en compte prioritairement le comportement sur les **3 épreuves de la coupe de France**, le comportement lors du **Championnat Régional**.



5. La Route- catégorie Jeunes

Le cadre technique chargé du suivi de l'activité

Jean-Claude JACQUOT

L'entraînement des sportifs

Les sélectionnés du TFJC seront regroupés afin de travailler collectivement sur l'ensemble des compétences techniques requises par les épreuves du TFJC. Ces regroupements sont gérés par les clubs.

Le Trophée de France des Jeunes Cyclistes

■ Le Trophée de France du Jeune Cycliste – Vichy (AURA) – 9 au 11 Juillet

Le TFJC est ouvert aux club labellisés « École Française de Cyclisme ». 5 clubs seront sélectionnés en BFC pour le 31 mai maximum.

Les candidatures de club devront être adressées pour le 26 Février maxi au comité régional. Une équipe de jeunes qui ne font pas partie des clubs sélectionnés composera une 6^{ème} équipe qui s'appellera "ENTENTE REGIONALE BFC ».

Chaque CLUB est maître de sa sélection. Il pourra, s'il le souhaite, se baser sur le classement du CHALLENGE REGIONAL individuel, ou d'autres critères qui lui sont propres.

Chaque équipe devra sélectionner 2 Pupilles, 2 benjamins, 2 minimes et 2 féminines au moins. Les féminines ne sont pas limitées, Soit au moins 8 coureurs par club.

La sélection des 5 clubs pour le comité régional BFC sera faite suivant le classement général des clubs du Challenge Régional.

6. La Route – catégorie CADETS

Le cadre technique chargé du suivi de l'activité

Paul HERMAN

La détection et l'évaluation

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 jeune coureur. 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 du coureur,
- de déceler chez les jeunes sportifs (13 à 18 ans) l'aptitude à acquérir à plus ou moins long terme les capacités requises pour l'exercice du cyclisme de haut niveau et donc d'augmenter les chances d'être « sélectionnable » dans l'intérêt du coureur et des structures fédérales d'entraînement,
- 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 généraux et facilement applicables. Les sujets testés auront 15-16 ans, dames et hommes.

Les plus gros potentiels seront ensuite orientés sur des tests spécifiques à l'échelon régional puis national.

Les comités départementaux ont donc toutes leurs place dans ce plan de détection. La mutualisation des moyens entre deux comités départementaux est possible.

Les tests réalisés à l'échelon départemental devront être fait avant le 10 avril:

- tests généraux: test de détente vertical, test de force des bras (pompes), test de souplesse, test d'endurance (test navette)
- tests spécifiques: 60m Départ Arrêté, 200m Départ lancé, CLM (3-4km)

Ces tests concernent les cadets de toutes les disciplines. (BMX, VTT, Route, Piste, Cyclo-cross...)

Après exploitation des données du 1^{er} niveau de détection, 16 cadets seront convoqués sur deux fois une journée de détection et d'évaluation des aptitudes. **Samedi 17 avril à Dijon et samedi 24 avril à Besançon.** Ce stage permettra d'évaluer les cadets et d'établir des profils de puissance et leurs aptitudes mentales. Une évaluation technico-tactique sera réalisée au cours de la journée.

ETAP-Cadets

Le principe du dispositif est d'apporter aux coureurs de la catégorie cadets un bagage technique, tactique et mental lui permettant d'évoluer rapidement vers le haut niveau dès la catégorie juniors.

Ce programme de formation se veut complémentaire de l'activité de formation proposée par les clubs et comités départementaux. Il permet d'apporter une expertise nouvelle dans des domaines spécifiques.

Les athlètes sont identifiés à travers le potentiel physique détecté au cours des tests de détection de niveau 1 réalisés par les départements. L'athlète doit ensuite adhérer au règlement afin d'être intégré au dispositif.

Le programme « ETAP-Cadets » est totalement indépendant des sélections en équipe régionale Bourgogne Franche-Comté.

Objectifs et moyens :

L'objectif du programme ETAP-Cadets est de :

- **Proposer un programme de stages permettant d'apporter un bagage technique-tactique-mental fondamental à la formation complète du jeune coureur**
- **Former et perfectionner les coureurs pour être performant sur le long terme ;**
- **Créer une culture de la performance dès 15ans ;**
- **Apporter une expertise technique complémentaire à celle des clubs et comités départementaux**

Ces quatre points ne pourront être optimisés que si une relation permanente et étroite avec les entraîneurs et dirigeant des clubs/comités départementaux existe.

Nous tenons à cette collaboration primordiale pour la réussite de ce projet .

Les thématiques abordées seront :

- Initiation au renforcement musculaire et stretching (pratique et théorique) **stage 3**
- Pratique du cyclo-cross **stage 3**
- Pratique de la piste **stage 1 et 2**
- Mécanique (réparations et entretien de base) **stage 3**
- Savoir sprinter **stage 1**
- Savoir attaquer **stage 2**
- Savoir prendre un ravitaillement (musette, bidon) en bord de route et à la voiture du DS **stage 1**
- Savoir prendre des relais **stage 1**
- Savoir piloter **stage 2**
- Maîtriser le pilotage derrière un véhicule **stage 2**
- Théories : analyse de parcours, diététique, hygiène de vie, gérer ses émotions, déterminer un objectif, planifier une/des saison/s, mettre en place des routines, culture du cyclisme, rôle des parents...

A titre indicatif, voici la chronologie des événements de la saison cadets :

Quoi ?	Quand ?	Qui ?
Stage détection cadets niveau 1	Avant le 10 avril	Comités départementaux
1ère manche Coupe de France cadets des départements	3 et 4 Avril	Comités départementaux
Stage 1	19-20 avril	Etap-Cadets
Stage détection cadets niveau 2	17 avril et 24 avril	Comité régional BFC
2ème manche Coupe de France cadets des départements	15 et 16 Mai	Comités départementaux
Manche Piste Coupe de France cadets des départements	19 juin	Comités départementaux
Stage 2	26-27 Juin	Etap-cadets

Stage préparation championnat de France cadets route	19 au 21 Juillet	Comité régional BFC
Championnat de France cadets route	29 juillet	Comité régional BFC
Stage 3	23- 27 aout	Etap-cadets

Qui est concerné ?

- Coureurs cadets (15-16 ans) quel que soit la discipline, qui souhaitent développer leurs potentiels dans la discipline route à long terme
 - o Coureurs ayant participé aux tests de détection cadets niveau 1 organisés dans les départements
 - Les 10 cadets ayant démontré les plus gros potentiels physiques sur les tests cadets de niveau 1 et les épreuves régionales à N-1.

■ La préparation du Championnat de France avenir – 19 au 21 juillet

Les sélectionnés aux championnats de France sur Route seront convoqués à un stage de préparation. **L'objectif de ce stage et de ces épreuves de préparation seront de définir ensemble un objectif commun, créer une cohésion d'équipe et des automatismes au sein du groupe.** Une attention particulière sera portée à l'optimisation de la condition physique en vue des championnats de France.

La participation à ce stage est obligatoire pour pouvoir participer au championnat de France route.

La sélection au sein des Equipes de Bourgogne Franche Comté

■ Le Championnat de France Cadet en ligne – lieu à définir – 29 juillet 2021

Une présélection pour le Championnat de France sera proposée à l'issue **du Championnat Régional** et prendra prioritairement en compte les épreuves interrégionales : comportement en course et résultats sur ces épreuves : Top 5. (Un Top 5 ne garantissant pas une sélection définitive)

La participation à la journée de détection départementale est obligatoire pour être sélectionnable. Le comportement lors du stage régional de détection sera essentiel.

La sélection validée à l'issue de la dernière épreuve du Challenge de l'Est (11 juillet) Elle pourrait éventuellement s'appuyer sur d'autres épreuves de renommée nationale (Trophée Madiot, Tour du Cantal...) uniquement si les performances sur ces épreuves sont significatives.

Quota attribué au Comité Départemental suite au classement général de la coupe de France cadets des départements :

Si un Comité départemental termine dans les 3 premiers de la coupe de France cadets des départements, le Comité Régional obtient un qualifié supplémentaire pour le Championnat de France.

La désignation du coureur retenu, le cas échéant, sera réalisée par la commission route et le CTS sur proposition de 2 coureurs par le Président du Comité départemental.



7. La Route – catégorie Minimes Cadettes

Le cadre technique chargé du suivi de l'activité

Francis COLLENOT

La détection et l'évaluation

■ 1^{er} niveau du Plan National de détection : Départementale

La détection des cadettes se déroule en même temps que les cadets. Elle est organisée dans tous les départements avec l'aide des comités départementaux et des clubs.

■ Le Stage de détection et d'évaluation régional – Besançon – 19 au 21 avril 2021

Après exploitation des données du 1^{er} niveau de détection, 15 cadettes seront convoquées au stage de détection et d'évaluation des aptitudes.

Ce stage permettra de donner les clés et l'envie aux jeunes cadettes de s'inscrire dans une démarche de pratique vers le haut niveau, de sensibiliser les entraîneurs au parcours de formation (techniques, physiques et mental) de ces jeunes cyclistes.

Il s'agira donc :

- De proposer du contenu et des informations qui sont directement applicables dans leur entraînement (à l'attention des stagiaires ET des entraîneurs)
- Leur faire entrevoir la pratique du haut niveau
- Évaluer le potentiel des stagiaires

A travers ce programme, 3 messages forts sont à faire passer :

- Améliorer la qualité et la quantité des entraînements des cadettes (exos en intensités hautes, augmenter le volume d'entraînement en variant les activités)
- Importance du mental (pratique par le jeu, discours positif de l'entraîneur...)
- Développer les qualités physiques par la musculation et d'autres sports

La sélection au sein des Equipes de Bourgogne Franche-Comté

■ La Coupe de France Cadettes

Une « Équipe de Bourgogne Franche-Comté » constituée de Minimes/Cadettes sera déplacée pour la finale de la Coupe de France Cadettes :

Chatel Guyon (AURA) – 24 et 25 juillet 2021

Le comité régional déplacera sur cette épreuve les athlètes ayant terminées dans les 20 premières du classement final individuel de la coupe de France cadettes des départements zone EST et n'ayant pas d'équipe pour les déplacer sur cette finale nationale.

■ La préparation du Championnat de France avenir – Dijon – 20 et 21 juillet 2021

Les sélectionnées aux championnats de France sur Route seront convoquées à un stage de préparation. **L'objectif de ce stage et de ces épreuves de préparation seront de définir ensemble un objectif commun, créer une cohésion d'équipe et des automatismes au sein du groupe.** Une attention particulière sera portée à l'optimisation de la condition physique en vue des championnats de France. La participation à ce stage est obligatoire pour pouvoir participer au championnat de France route.

■ Le Championnat de France Cadettes en ligne – Lieu à définir – 29 juillet 2021

Une présélection pour le Championnat de France sera proposée à l'issue **du Championnat interrégional** et prendra prioritairement en compte la Coupe de France des départements ; ainsi que le comportement lors du stage régional de détection.

La participation à la journée de détection départemental est obligatoire pour être sélectionnable. Le comportement lors du stage régional sera essentiel.

La sélection pour le championnat de France sera validée le 12 juillet 2021.

-  **Comportement lors des épreuves de Coupe de France**
-  **Comportement lors du Cht Interrégional**
-  **Comportement lors du stage à Besançon, 19 et 21 avril**



8. La Route – catégorie JUNIORS

Le cadre technique chargé du suivi de l'activité

Mathieu RIGOLLOT

Le « Collectif BFC Juniors » - les stages et le suivi

Le collectif juniors route est composé de coureurs ayant répondu à l'appel à candidatures et ayant adhéré au principe du dispositif et son règlement.

■ **Stage cohésion – Dijon- 31 janvier 2021**

L'objectif de ce stage est de

- Présenter le programme, le fonctionnement, l'idéologie et les objectifs du collectif juniors
- Créer une dynamique positive autour de ce projet
- Favoriser la cohésion sociale et opératoire
- Effectuer un diagnostic de départ sur le niveau de technicité des athlètes

■ **Stages de préparation spécifique Montagne et CLM– Hauteville-Lompnes– 23-24 mai et 6-7 juillet 2021**

Les objectifs de ces stages sont de

- Développer les capacités physiques de grimpeur
- Perfectionner la technique de pédalage en montagne
- Perfectionner les trajectoires en descente
- Reconnaître les difficultés clés de la classique des Alpes que certains membres et de l'Ain'ternational valromey Tour.
- Améliorer sa gestion de l'effort en col et en CLM
- Prendre conscience de l'intérêt du travail régulier de ces thématiques
- Travailler sa position CLM

■ **Stage de découverte des Flandres avec Monts et Pavés- 11-13 avril 2021**

L'objectif de ce stage sera de :

- Découvrir les pavés du Nord
- Prendre conscience de la singularité des courses Flandriennes
- Développer les qualités physiques propres aux courses Flandriennes (Force, PMA, Tolérance aux Lactates)
- Reconnaître les secteurs pavés mythiques
- Travailler les trajectoires spécifiques aux secteurs pavés
- Adopter un pédalage efficace pour rouler à moindre coût sur les pavés

■ **L'accompagnement des Juniors**

La réussite de ce dispositif passe par le lien étroit et constant que les athlètes du collectif et leur encadrement doit entretenir. Ce dispositif ne doit pas se substituer à l'encadrement des clubs mais doit

apporter des ressources supplémentaires permettant à l'athlète de se construire dans sa globalité. Une veille permanente sera donc apportée aux athlètes par le biais de connaissances théoriques et pratiques.

Le « Collectif BFC Juniors » - les compétitions

Plusieurs compétitions de niveau international ont été retenues pour les membres du Collectif BFC Juniors. Le programme de compétition se veut complémentaire au programme des structures clubs et départementales. Elle permet aux membres de ces structures d'accéder à un niveau de compétition où ils ne pourraient prétendre qualitativement. Les coureurs sont pressentis sur une épreuve. La sélection définitive est validée à l'issue des épreuves précédentes et après concertation avec leurs entraîneurs et directeurs sportifs afin de maintenir une préparation performante et durable.

- Bernaudeau Juniors (PDL)- 21 mars 2021

Epreuve internationale Juniors de référence.

Cette épreuve permet de réaliser une confrontation internationale et constitue le premier grand rendez-vous national. La présence du sélectionneur national permet à nos meilleurs éléments de rentrer dans la liste du sélectionneur.

- La Pévèle juniors (HDF)- 10 avril 2021

Épreuve nationale juniors

Cette épreuve a la particularité d'être composée de secteurs pavés. Elle permettra d'apporter un bagage technique spécifique à ce type d'épreuve que l'on ne retrouve pas dans notre région.

- Grand Prix Bob Jungels (Luxembourg)- 9 mai 2021

Épreuve internationale juniors

Cette épreuve au profil vallonné permet une confrontation plus germanophone. Plateau international de grande qualité.

- Coupe des Nations LVM SAARLAND (ALL) – 9 au 13 juin 2021

Épreuve comptant pour la Coupe des Nations Juniors disputée par étape dans le sud de l'Allemagne. La diversité des parcours et des épreuves en font une épreuve complète et formatrice

- GP Général PATTON et GP Luxembourg (Lux) 3-4 juillet 2020

Épreuves internationales juniors

Ces épreuves aux profils vallonnés permettent une confrontation internationale sur une organisation de qualité

- Ain'ternational Valromey Tour (AURA)- 10 au 14 juillet 2021

Epreuve internationale Juniors de 4 étapes au profil montagneux

Epreuve importante pour la formation du coureur puisque la difficulté de l'épreuve couplée au niveau homogène très élevé permettent aux coureurs de sceller leur apprentissage de la gestion d'une course par étape et d'une épreuve en montagne.

- Chrono des Nations (PDL)- 17 octobre 2021

Epreuve internationale Juniors- CLM individuel

Cette épreuve permet de compléter le bagage technique du coureur et de se confronter aux meilleurs rouleurs internationaux.

L'entraînement des sportifs

■ La préparation des Championnats de France en ligne – 19 au 21 juillet

Les sélectionnées aux championnats de France sur Route seront convoquées à un stage de préparation. **L'objectif de ce stage sera de valider tout le travail réalisé tout au long de la saison et de sceller le fonctionnement collectif et la cohésion du groupe.** Une attention particulière sera également portée à l'optimisation de la condition physique en vue des championnats de France.

La participation à ce stage est obligatoire pour les coureurs sélectionnés

■ La préparation de la manche de coupe de France de CLM/équipe

Les sélectionnés à la manche de coupe de France CLM/équipe seront convoqués à plusieurs stages de préparation. **Les objectifs de ces stages seront d'optimiser la technicité des passages de relais, de sceller un fonctionnement tactique, d'affiner la gestion de l'effort et de développer les capacités physiques propres à cette spécialité.**

Dates des stages : 15, 22 et 28 avril 2021

■ La préparation du championnat de France de CLM/équipe

Les sélectionnés aux championnats de France du CLM/équipe seront convoqués à plusieurs stages de préparation. **Les objectifs de ces stages seront d'optimiser la technicité des passages de relais, de sceller un fonctionnement tactique, d'affiner la gestion de l'effort et de développer les capacités physiques propres à cette spécialité.**

La sélection au sein des Équipes de Bourgogne Franche-Comté

■ La coupe de France Juniors :

Lors de chaque coupe de France Junior, une « Equipe BFC » de 8 coureurs sera constituée selon le potentiel des coureurs et/ou de l'Équipe : Critères de sélection dans un document annexe

- 📅 Tour du Bocage Ernéen (PDL) – 3 et 4 avril 2021
- 📅 Chrono 47- CLM par équipes (NAQ) – 2 mai 2021
- 📅 Classique des Alpes (Auvergne Rhône Alpes) – 29 mai 2021
- 📅 GP de Cherves (NAQ) – 17 et 18 juillet 2021

■ Championnat de France Junior en ligne – lieu à définir – 1^{er} août 2021

Une présélection pour le Championnat de France sera proposée à l'issue du **Championnat Régional** et prendra prioritairement en compte le comportement sur Coupe de France, mais également le comportement sur les épreuves du calendrier international et national.
Profil rouleur/sprinteur



■ Le championnat de France Juniors CLM/équipe – 30 juillet 2021

La participation aux stages de préparation est une condition indispensable pour participer à cette épreuve.

■ Le Championnat de France Junior C.L.M. – 28 juillet 2021

La sélection pour le Championnat de France prendra en compte les épreuves **C.L.M. disputée tout au long de la saison**. Participation obligatoire au championnat régional CLM pour les coureurs sélectionnés

Cette sélection tiendra compte de la capacité de performance dans cette spécialité.

La sélection deviendra définitive le 6 juillet.



PROJET

9. La Route – catégorie Dames

Le cadre technique chargé du suivi de l'activité

Francis COLLENOT

Le collectif féminin Bourgogne Franche Comté

Liste des sélectionnées au début de saison après réception des candidatures attestées des présidents de club et des entraîneurs :

Coureur	Club	Catégorie
BEARZI Elise	RO Noidans	Sen
BIGOT Christine	SCO Dijon	Sen
BLANDIN BEZIN Andréa	SC Arinthod	Sen
BORRION Coline	ASPTT Dijon	Jun
COURTOT Emeline	VC Ornans	Esp
DELACHAUX Zoé	Jura Cyclisme	Esp
DURAND Agathe	St Martin Cyclisme	Jun
GAUTHEY Océane	Creusot Cyclisme	Esp
GREGIS Manon	Dijon ST	Sen
LAROCHE Marlee	Vel'Haut Jura	SEn
LAVRY Laura	VC Dole	Esp
MABILLAT Romane	VC Clamecy	Esp
MARTIN Camille	ASPTT Dijon	Esp
PAGNOT Louise	AMC Bisontine	Jun
SAVINA Coralie	ASPTT Nevers	Esp

Le collectif féminin - les stages et le suivi

Afin de pérenniser le développement du cyclisme féminin en Bourgogne Franche-Comté, le comité régional Bourgogne Franche-Comté de cyclisme reconduit son collectif femmes. Cette structure n'a pas vocation à se substituer aux clubs et souhaite agir en complémentarité des autres structures afin de mieux accompagner les athlètes. Le collectif femmes adapte son fonctionnement aux évolutions structurelles et se focalise désormais sur l'accompagnement des femmes participant à un calendrier d'épreuves interrégionales voir nationales.

Objectifs et moyens :

L'objectif de ce collectif féminin est de :

- Accompagner vers le haut niveau;
- Proposer un échelon intermédiaire entre le niveau régional et national
- Fideliser les pratiquantes,
- Rassembler et motiver les pratiquantes
- Enrichir les compétences technico-tactiques des athlètes
- Travailler en complémentarité avec les clubs
- Proposer un calendrier de courses interregionales

Ces sept points ne pourront **être optimisés qu'avec une relation permanente et étroite avec les entraîneurs et les clubs.**

L'effectif sera composé de juniors, espoirs et seniors évoluant dans un club de la Région Bourgogne Franche-Comté. Les athlètes seront retenues pour leurs investissements potentiels, leur esprit d'équipe et leur motivation.

Les critères de sélection tiendront compte de la volonté de progresser, de la possibilité de former des groupes homogènes et soudés. La communication jouera un rôle primordial. Le plaisir de se retrouver et de pédaler ensemble doit être une motivation incontournable.

Afin d'accompagner progressivement les athlètes vers le haut niveau, un programme de courses interrégionales sera proposé. Le programme de course prévoit une participation à **deux épreuves interrégionales féminines par mois** et la participation aux manches de Coupe de France se situant à proximité. La continuité de la construction du calendrier dépendra de la qualité de l'effectif.

L'équipe se déplacera sur chaque épreuve dans la mesure du possible avec une équipe composée de maximum 9 filles véhiculées par une voiture et un camion du comité régional. Le coordinateur du collectif féminin Bourgogne Franche-Comté sera **Francis COLLENOT**.

Un suivi individualisé de l'entraînement sera proposé aux athlètes n'ayant pas d'entraîneurs personnels.

Un stage de 5 jours pendant les vacances de février, un stage cohésion en janvier et stage spécifique « montagne » de deux jours seront proposées aux athlètes du collectif.

Chaque fille du collectif féminin participera aux stages et sera équipée de deux maillots et une veste manches longues. Afin de donner une visibilité à leur club d'appartenance, les filles porteront les cuissards de leur club. Une participation de 300 euros est demandée à chaque fille pour financer une partie des frais de stages, de déplacements, d'encadrement et d'équipements.

La composition des équipes se fera ensuite sous forme de sélection des filles selon le profil de l'épreuve, l'état de forme de chacune et leurs objectifs personnels. Un dialogue permanent entre l'athlète, son entraîneur et le sélectionneur devra être instauré pour évaluer les capacités à intégrer l'effectif pour la manche suivante.

■ **Le Stage de P.P.G. et de cohésion – Dijon – 30 janvier 2021**

1 journée d'entraînement au CREPS : Sortie foncière sur route, activité sportive ludique, Présentation du dispositif, ébauche des programmes sportifs, attentes et objectifs du collectif

■ **Le Stage de préparation spécifique – Lagorce (AURA) – 15 au 20 février 2021**

5 jours d'entraînement spécifique cycliste dans un climat plus doux avec une dominante foncière. Explications et présentations de divers facteurs de la performance (Nutrition, Santé, Hygiène de vie, aérodynamisme, matériel, préparation d'un CLM, préparation d'une course par étapes...)

■ **Le Stage de préparation spécifique – lieu à définir – 12 et 13 juillet 2021**

L'objectif de ce stage est de

- Découvrir les caractéristiques de la haute montagne
- Développer les capacités physiques de grimpeuse
- Perfectionner la technique de pédalage en montagne
- Perfectionner les trajectoires en descente

Le collectif féminin - les compétitions

7/03 : Cusset (03)
28/03 : Boucles Gueguennaise (CDF#1)
18/04 : Chambéry (73)
25/04 : GP Fémin'ain Izernore (01)
13/05: GP Aix en othe (10)
6/06: Championnat Interregion femmes
4/07 : Prix de Morteau (CDF#3)
5/09: Prix de la Mirabelle (CDF#4)
26/09 : Sud Yvelines (CDF #5)

La sélection au sein des Equipes de Bourgogne Franche-Comté

■ **Coupe des Nation Juniors femmes- Tour du Gévaudan – 7-9 mai 2021**

Une équipe mixte BFC/ Grand Est sera composée pour participer à la manche française de la coupe des Nations Juniors femmes. L'objectif de cette participation sera de découvrir le niveau attendu sur ce type d'épreuve et permettre d'étalonner le travail restant à fournir.

■ **La préparation du championnat de France de CLM/équipe Juniors**

Les sélectionnées aux championnats de France du CLM/equipe seront convoquées à plusieurs stages de préparation. **Les objectifs de ces stages seront d'optimiser la technicité des passages de relais, de sceller un fonctionnement tactique et de développer les capacités physiques propres à cette spécialité.**

■ **Championnat de France Espoir en ligne – lieu à définir– 31 juillet 2021**

Une présélection pour le Championnat de France sera proposée à l'issue **du Championnat interrégional** et prendra prioritairement en compte le comportement sur les épreuves de Coupes de France et UCI.

■ **Championnat de France Junior en ligne – lieu à définir– 1^{er} août 2021**

Une présélection pour le Championnat de France sera proposée à l'issue **du Championnat interrégional** et prendra prioritairement en compte le comportement sur les épreuves de Coupes de France.



■ **Les Championnat de France Elite en ligne et CLM – Epinal (Grand Est) – 17-20 juin 2021**

Le comité de Bourgogne Franche Comté de Cyclisme ne présentera pas d'Equipe BFC lors des Championnats de France de Cyclisme Elite. Toutefois, dans la limite des quotas attribués, le Comité de BFC de Cyclisme engagera, dans le respect des conditions réglementaires de participation (port du maillot), les coureurs souhaitant participer à cette épreuve. La participation sera à la charge des structures ou des individus ayant déclaré leur souhait de participer et validé leur inscription.

10. La Route – catégorie Espoirs

Le cadre technique chargé du suivi de l'activité

Emilian BROË

L'entraînement

Les sportifs de la catégorie Espoirs sont suivis essentiellement par les clubs de Division Nationale et/ou du Pôle Espoir. Compte tenu du suivi régulier au sein de ces structures et d'un programme de compétition conséquent, aucune action d'entraînement n'est prévue.

La sélection au sein des Equipes de Bourgogne Franche Comté

■ Les compétitions:

Les objectifs des compétitions proposées sont d'apporter une plus-value au calendrier des coureurs espoirs. Le travail doit donc être réalisé en complémentarité du travail des clubs de DN et en concertation avec les directeurs sportifs et entraîneurs des athlètes. Le comité propose des épreuves permettant aux athlètes d'élargir leur répertoire de compétences techniques.

Pour 2021, l'unique action sera le Tour de l'Avenir car cela représente une véritable opportunité pour les coureurs et cette épreuve mobilise à elle seule de nombreux moyens.

Programme de course :

 Tour de l'Avenir (France)- 12 au 21 août 2021

■ Le Championnat de France Espoir C.L.M. – Lieu à définir – 28 juillet 2021

Aucun quota n'étant attribué, le comité régional inscrira les coureurs intéressés par cette épreuve sur demande du club. Trois conditions à respecter : la demande devra se faire auprès du CTS jusqu'au 5 juillet en justifiant d'une préparation spécifique, la prise en charge des frais n'incombera pas au comité régional et la participation au championnat régional CLM est obligatoire.

■ Le Championnat de France Espoir Course en ligne- lieu à définir – 31 juillet 2020

La sélection régionale sera composée de coureurs Hors-N1 puisque les coureurs de ces structures ont la possibilité d'y participer sous les couleurs de leur club.

Pour les coureurs de la sélection régionale, une présélection sera effectuée à l'issue du Championnat Régional qui se déroule le 6 juin. Puis l'ensemble des course Élite seront ensuite observées jusqu'au 5 juillet, date à laquelle la sélection sera annoncée.

La sélection sera composée de coureurs en capacité de performer sur cette épreuve (Top10).

Le comité régional se réserve le droit de ne pas remplir les quotas attribués.

Remise en cause possible de la sélection selon l'évolution de la capacité de performance des coureurs pré-sélectionnés et leurs remplaçants, mais également de la préparation rendue compte par les sportifs et les directeurs sportifs.



11. La Route – catégorie Elite

Le cadre technique chargé du suivi de l'activité

Emilian BROE

La sélection au sein des Equipes de Bourgogne Franche Comté

■ Les Championnats de France Elite en ligne et CLM- Epinal (Grand Est) – 17-20 juin 2021

Le comité de Bourgogne Franche Comté de Cyclisme ne présentera pas d'Equipe de BFC lors des Championnats de France de Cyclisme Elite. Toutefois, dans la limite des quotas attribués, le Comité de Bourgogne Franche Comté de Cyclisme engagera, dans le respect des conditions réglementaires de participation (port du maillot), les coureurs souhaitant participer à cette épreuve. La participation sera à la charge des structures ou des individus ayant mentionné leur souhait de participer et validé leur inscription.

12. Le fonctionnement de l'E.T.R.

Supervision de certaines épreuves

Dans certains cas, des cadres techniques seront « missionnés » pour superviser des épreuves. Une fiche de Superviseur a été créée afin que celle-ci soit remplie et utilisée.

L'évaluation des actions

A l'issue de chaque action, le cadre technique responsable devra **proposer l'évaluation** de l'action, tenant compte des observations et remarques de l'ensemble du staff et des sportifs (rôle du Débriefing). Ces évaluations seront ensuite centralisées par le C.T.R. puis validées. Le Comité de Bourgogne Franche Comté les portera alors à la connaissance des clubs et du Bureau du Comité de Bourgogne Franche Comté. Dans certains cas, il sera préféré un contact direct avec le C.T.R. ou le Directeur sportif (se référer à la convocation qui est systématiquement portée à la connaissance des clubs)

Rôles des cadres responsables

Chaque responsable de sélection, de stage, d'entraînement... devra :

- ☐ **Evaluer (les coureurs, les conditions de réalisation...)**
- ☐ **Briefer – débriefier (donner des objectifs formalisés et verbaliser l'atteinte ou non de ceux-ci en explicitant les raisons)**
- ☐ **Prendre en compte l'allocation précise des tâches**
- ☐ **Proposer des conditions d'évolution de l'action dont il a eu la responsabilité.**

Formation continue

Afin de maintenir une veille des connaissances et compétences des cadres techniques exerçant leurs missions au sein de l'ETR, des formations continues sont régulièrement proposées. Celles-ci peuvent être spécifiques à une discipline ou spécifique à un domaine d'activité.

Les cadres techniques qui en manifestent le souhait ont également la possibilité d'assister au séminaire des entraîneurs proposé par la Direction Technique Nationale.

Programme d'activités de l'E.T.R. 2021

Pour réaliser les **89 actions** mentionnées, l'Equipe Technique Régionale aura besoin de se mobiliser pour un total de **213 journées**.

Ce programme d'activités impliquera **237 fois un Cadre technique** soit **567 journées**.

Egalement, ce programme d'activité impliquera **143 utilisations d'un véhicule**, soit **616 journées d'utilisation d'un véhicule**, adapté au transport du matériel cycliste notamment, équivalent à **93 000 kilomètres**.

Conclusion

2021, fluctuat nec mergitur

Quel que soit le contexte, il est nécessaire de se projeter positivement dans la réalisation d'actions structurantes pour le développement du cyclisme en Bourgogne Franche-Comté et optimiser l'accompagnement de nos sportifs vers la haute performance. Ce document présentant la politique sportive du comité régional de cyclisme de Bourgogne Franche-Comté veut en être le témoin. Cette volonté affirmée de travailler sur le long terme, de former et perfectionner les athlètes de notre territoire poursuit l'objectif de voir briller les athlètes du cru sur les compétitions internationales dans un avenir plus ou moins proche mais également de présenter des Équipes de Bourgogne Franche-Comté performantes aux championnats de France dans toutes les disciplines et toutes les catégories. Cela passera nécessairement par la réussite de la mise en place d'un parcours de formation des jeunes cyclistes complet et adapté au contexte. Pour ne pas briser le travail de formation de ces athlètes qui répond à la logique d'un parcours de formation établi, il est donc nécessaire de travailler sur le long terme et de garder ce fil conducteur qui réduira le risque de carences dans le bagage technico-physico-psycho-tactique de nos athlètes. Les modifications apportées, qu'elles soient de gré ou de force, devront avoir pour logique ce fil conducteur. Il est donc important de rester en veille permanente pour apporter les quelques ajustements nécessaires et saisir les opportunités qu'apportent ces évolutions pour proposer aux jeunes cyclistes, en quête de l'atteinte du haut niveau, les ressources facilitantes pour franchir l'ensemble des paliers. L'objectif des membres de l'ETR est de mettre tout en œuvre pour que ces ressources soient disponibles à chaque échelon des structures fédérales (clubs, Comités départementaux, pôle espoir, comité régional). Cette possibilité passe par la réalisation du programme présenté dans ce document et l'investissement de chacun

Pour favoriser la mise en place de ce projet, il est nécessaire qu'un suivi, une communication, une harmonisation et une adaptation des actions entre les échelons club/comité départemental/comité régional/ DTN se mettent en place et donnent les ressources nécessaires au bon développement de chaque athlète. Cela passe par des actions d'observation, de détection, de perfectionnement, de formation, de sélection puis d'encadrement. L'activité des clubs est le maillon essentiel de la réussite de nos Équipes de Bourgogne Franche Comté. Il est donc nécessaire de former qualitativement leurs éducateurs et penser avec eux à leur plan de développement pour améliorer l'accueil de nos futurs champions.

Vous l'aurez compris, le continuum de nos actions ne peut être efficace qu'avec une remise en question permanente de notre modèle de fonctionnement et de notre programme mais également d'être réactif aux changements contextuels.

C'est la raison pour laquelle le comité régional a revu le fonctionnement de quelques-uns de ses dispositifs :

- Les pilotes de BMX identifiés dans le groupe « Avenir BMX » labélisé par la FFC, pourront disposer de conseils techniques, tactiques et d'approche sur les compétitions nationales mais également sur des stages à vocation technique organisés sur des pistes au format supercross qu'ils n'ont pas souvent l'occasion de pratiquer. Des stages à destination des jeunes catégories (benjamins, minimes) seront également mis en place dans cette discipline à maturité précoce.
- Le collectif piste aura un fonctionnement en 2 phases : la première phase du projet sera d'accompagner les membres du collectif sur des épreuves pistes hivernales afin de réaliser un diagnostic des forces et faiblesses des membres du collectif sur des confrontations. Ces compétitions permettront également d'affiner la préparation physique et d'entamer un travail technique/tactique des membres du collectif. Ensuite, des regroupements mensuels réalisés sous forme de stages d'un ou plusieurs jours sur différents vélodromes (Bourges, Genève, Dijon...) auront lieu afin d'aborder différents axes techniques et tactiques de la poursuite par équipe et des

épreuves en peloton. Le collectif piste s'élargira aux espoirs 1ere année qui n'ont pas pu s'exprimer en 2020.

- L'activité auprès du public féminin s'est orientée vers un accompagnement des féminines souhaitant s'épanouir dans leur pratique compétitive et accéder au haut niveau en repartant de la « base » régionale. L'effectif de ce collectif féminin route se densifiant tant qualitativement que quantitativement, il sera possible pour ses membres de participer plus régulièrement aux épreuves nationales.

- Les pilotes VTT seront accompagner dans deux dispositifs différents et qui seront axés sur l'apport des ressources qui peuvent parfois faire défaut dans les structures qui accompagnent ces jeunes. Un programme de détection des qualités technique sera également mis en place sur l'ensemble du territoire.

- Le programme des stages du collectif juniors a été repensé pour coller au plus près aux exigences du haut niveau. Les stages CLM et montagnes seront couplés pour effectuer un travail qualitatif sur 2 week-ends distincts. Les juniors auront également l'occasion de découvrir les pavés du Nord à l'occasion d'un stage spécifique.

- Un projet ETAP-cadets (École des Talents Accompagnés vers la Performance- cadets) verra le jour en 2021. Nous avons la volonté de préserver le mode de fonctionnement actuel et le renforcer auprès des cadets ayant démontrés le plus gros potentiel physique. Pour cela nous avons la volonté de mettre en place des stages complémentaires à ce qui est déjà réalisé et permettant de développer un bagage technique/tactique/mental essentiel pour la formation à long terme des jeunes talents.

Voilà quelques exemples qui démontrent la nécessité de se réformer continuellement pour proposer une offre de formation adaptée et complète.

La réalisation de ce programme n'est et ne sera réalisable qu'avec le soutien sans failles des élus du comité régional, la volonté des structures fédérales de s'inscrire dans ce projet de politique sportive du comité régional mais également grâce à l'investissement et l'implication sans failles des membres de l'ETR qui sont présents 365 jours/an sur le terrain et qui transmettent sans réserve leurs connaissances et compétences aux athlètes. La pandémie nous aura fait vaciller mais pas chavirer !

Je garde donc l'espoir que l'ensemble de ces acteurs permettent au comité régional de rester l'incubateur des champions de demain et le catalyseur des performances des champions d'aujourd'hui.

Emilian BROË

Conseiller Technique Régional de Cyclisme
Auprès du Comité de Bourgogne Franche comté F.F.C.

Portable : 06 21 08 86 42

Courriel : e.broe@ffc.fr