

L i a i s o n

NEWSLETTER - n°82 - Juin 2011

Sommaire

- I - Mise en place pratique du plan de formation : les réponses à vos questions
- II - Présentation du diplôme fédéral :
Initiateur mobilité à vélo (cursus, objectifs)
▶ Vers un CQP mobilité à vélo
- III - Encadrement des Jeunes
- IV - Concept Sport Santé et accueil dans les clubs
- V - Le service Civique Volontaire
- VI - La vie de la Formation dans la presse :
une incitation à communiquer
 - a) Une école de cyclotourisme en Corse
 - b) Mécanique féminine dans le CoDep76

Rédaction : Claude Brulebois, Safona Meftah, Jean-Michel Richefort.
Ont participé à ce numéro : François Le Van, André Champion
Responsable : Yves-Marie Marchais.

La CNF précise, et enrichit le Plan de formation.

La formulation nécessairement condensée du plan de formation avait fait naître des interrogations sur sa mise en pratique. Conformément à l'engagement pris par la CNF lors du séminaire d'octobre, des réunions par zone ont été organisées.

Les formateurs (instructeurs, responsables pédagogiques de stages...) ont pu dialoguer avec le responsable de la CNF (Yves-Marie Marchais), et Yvon Durand, conseiller technique national.

Les réponses aux questions posées sont détaillées ci-après dans ce numéro.

Sachez cependant que des propositions ont été soumises à la réflexion de tous, des documents fournis, et qu'il appartient à présent aux formateurs, tenant compte de ces apports enrichissants, de mettre en place leur pédagogie, dans le respect du Plan. Rappelons que les stages de moniteurs sont également pilotés par un membre de l'Équipe technique nationale (ETN), dans l'objectif d'assurer la qualité des formations et l'harmonisation des niveaux requis, lesquels seront également définis dans les outils du formateur, dont la version actualisée est en cours de finalisation.

Par ailleurs, suite à la demande du délégué interministériel, Hubert Peigné, relative au développement du vélo urbain et périurbain, une formation professionnelle (CQP) va être créée, courant fin 2011. En parallèle, l'idée de mettre en place une nouvelle formation fédérale, adaptée à l'apprentissage du vélo urbain est apparue. La CNF et la commission sécurité ont travaillé de concert avec la Fédération des usagers de bicyclette (FUB) sur des contenus adéquats pour la formation d'initiateurs "mobilité à vélo". Ce cursus, validé par le Comité directeur, a été intégré au plan de formation FFCT. Vous trouverez dans ce numéro le détail de ce cursus.

La formation FFCT, grâce à ce nouvel outil, se tient prête à répondre à une demande dans ce domaine, et se positionne. Cependant, la priorité de la CNF reste la formation des animateurs, initiateurs et moniteurs, pour encadrer nos licenciés dans les clubs, dans une démarche de sport santé.

Ainsi, grâce à vos questions et propositions, et suite aux évolutions de société, faisant naître de nouveaux besoins, la formation fédérale se complète et s'adapte.

Liaison s'efforce de vous informer sur ses évolutions : devenez nos fidèles lecteurs.

É
D
I
T
O

*Claude Brulebois
Instructeur, Membre de la commission nationale de Formation*



I - Mise en place pratique du plan de formation : des réponses à vos questions

Les DRF, et autres formateurs, ont été conviés à des réunions qui se sont tenues à Avignon, Bordeaux, Nancy, Rennes et Paris. Ces réunions étaient animées par Yves-Marie Marchais, Yvon Durand, avec le soutien d'autres DRF et cadres techniques.

Les exposés d'Yvon Durand ont été suivis avec intérêt par un public très concerné.

La présentation des plannings détaillés, correspondant à des stages effectivement réalisés, a conforté les formateurs dans l'idée qu'il est possible de respecter le plan de formation dans les horaires impartis, et sa relecture a certainement apporté beaucoup de solutions. Les documents qui ont été remis à chaque participant seront disponibles sur le site FFCT. Il reste que le détail des contenus, à adapter au "timing" serré, au profil des stagiaires, et éventuellement aux conditions régionales, implique des choix pédagogiques qui relèvent de l'ETR, sous le contrôle, rappelons le, d'un "pilote" de l'Equipe technique nationale, en ce qui concerne les stages de moniteurs.

Des questions ont été posées, lors des discussions ouvertes. Voici quelques-uns des points abordés, et les réponses de la CNF :

1- Éviter les doublons

Le problème des contenus en mécanique aux stages d'animateur et d'initiateur avait été abordé au séminaire, certains soulignant le risque de "doublons".

Réponse possible : si, et seulement si la totalité des contenus mécanique prévus au Plan a été vue au stage d'animateur, il est possible d'alléger la partie mécanique du stage initiateur, et de mettre à profit les horaires libérés pour aborder d'autres points. (Proposition d'Yvon : apprentissage du vélo)

2- Pilotage VTT (ou maniabilité route) au stage initiateur.

3h sont déjà prévues au Plan. Il existe par ailleurs des journées de perfectionnement dans les formations spécialisées, à conseiller en cas de besoin.

3- Les pré-requis physiques

Rappelons qu'il est demandé aux candidats initiateurs et moniteurs de produire une attestation de randonnée. Il s'agit là de vérifier l'aptitude du candidat à encadrer un groupe, à vélo, sur le terrain, et ceci est indispensable (de même que la participation des stagiaires aux activités vélo lors du stage). Tout document récent (carte de route) attestant de la capacité de la personne à effectuer dans la journée un parcours avec la distance, et le dénivelé requis, sera acceptable.

Les ETR ont par ailleurs toute latitude pour mettre en place des tests lors des remises à niveau.

L'attribution de la qualification, et la communication des résultats.

La CNF tient à attirer l'attention des formateurs sur ces points

Une évaluation est prévue au plan de formation.

L'attribution de la qualification, en fin de stage, n'est pas automatique, elle peut être différée, mais le stagiaire doit être informé dès la fin du stage de la décision prise à son égard, et celle-ci doit être motivée.

L'idéal est un entretien en fin de stage, précisant dans quel(s) domaine(s) la pratique doit être améliorée, et suggérant des moyens d'y parvenir : le formateur doit se placer dans une dynamique d'encouragement jamais de sanction.

Les résultats seront également très vite (délai maximum d'un mois) communiqués aux DRF de la Ligue d'origine des stagiaires.

II - Présentation du diplôme fédéral : Initiateur mobilité à vélo (cursus, objectifs)

Préambule

L'utilisation du vélo comme moyen de déplacement quotidien est en plein essor en France. Cette expansion entraîne un besoin et une demande de formation, susceptibles d'impliquer des publics très différents, par exemple des adultes actifs ou retraités, des enfants, des personnes en recherche de mobilité autonome ou des scolaires. Au sein de leur réseau respectif les fédérations FFCT et FUB mutualisent déjà une expérience pour aider les animateurs locaux en leur proposant une démarche d'apprentissage.

Les fédérations ont décidé de mettre en place une formation d'initiateur mobilité à vélo.

Le respect de la démarche et de l'initiative associative est une revendication forte de nos réseaux. Il s'agit de donner confiance et de permettre aux élèves d'être des utilisateurs capables de se déplacer en sécurité.

À travers ce projet de contenu, la FFCT et la FUB définissent une plate-forme commune, à partir de laquelle les organisateurs associatifs locaux qui le souhaiteraient, pourraient adapter leur projet pédagogique à un cadre commun.

Objectif : former des éducateurs bénévoles, capables d'accueillir, initier, accompagner et conseiller différents publics sur le déplacement à vélo en sécurité, en milieu urbain et péri urbain.

- Titre : Initiateur mobilité à vélo (agrément fédéral).
- Prerogatives : l'initiateur mobilité à vélo est une personne référente capable d'apporter les connaissances nécessaires à la pratique de la mobilité à vélo au sein d'une vélo-école de la FUB ou d'un club de la FFCT. Il intervient à titre bénévole.
- Durée de formation : 24h.
- Répartition : 1/3 théorique, 2/3 pratique.
- Age : 18 ans minimum.
- Public : adhérents FFCT ou FUB.
- Évaluation : À l'issue de chaque séance pratique, il sera procédé à un bilan individuel et collectif, lequel donnera lieu, si besoin, à un complément d'apprentissage.
- Qualification : La qualification "initiateur mobilité à vélo" est délivrée par la fédération (FFCT ou FUB) à partir de 18 ans révolus. Lors de la délivrance de l'agrément, la formation Prévention et secours civique de niveau1 (PSC1) doit être acquise.
- Validité de l'agrément : 3 ans
- Renouvellement : Au-delà de 3 ans la qualification est subordonnée à la production d'un compte-rendu d'activités et d'une journée de remise à niveau.

- Formateurs : formation assurée par des formateurs qualifiés des deux fédérations.
- Mise en situation : la formation comporte des mises en situation sur le terrain avec un double objectif : tester les aptitudes des stagiaires au niveau technique et pratique et si besoin les améliorer.

Thèmes abordés et objectifs de formation poursuivis

1- Le contexte fédéral et de pratique (2h)

Connaître le positionnement fédéral et sa structuration

2- La connaissance de l'engin (1h)

Être capable de conseiller sur le choix du vélo

3- Les réglages du vélo (1h)

Être capable d'effectuer les réglages basiques de sécurité

4- La mécanique de base (3h)

Être capable d'effectuer des réparations et d'entretenir le vélo

4- La maîtrise de l'engin (3h)

Être capable de conduire son vélo et de maîtriser sa vitesse

5- La réglementation (2h)

Connaître et appliquer la réglementation

6- Lecture de carte et plans (2h)

Être capable de s'orienter et de suivre un parcours

7- Le déplacement en sécurité (2h)

Être capable de s'insérer en confiance dans la circulation

8- La conduite de groupe en sécurité (3h)

Être capable d'évoluer au sein d'un petit groupe

10- Les situations particulières liées au déplacement urbain (3h)

Être capable d'anticiper et de maîtriser des situations complexes

11- La sécurité et le secourisme (2h)

Être capable d'intervenir et d'effectuer les bons gestes en cas d'accident.

Contenus de formation

1/ Le contexte fédéral et de pratique (2h)

- Présentation des structures (FFCT, FUB),
- Présentation du stage mobilité à vélo : objectifs, démarche.
- Les buts poursuivis en matière d'éducation routière,
- L'utilisation du vélo et les bienfaits sur la santé,
- L'apprentissage du déplacement à vélo en sécurité,
- Rôle de l'initiateur face à un public,
- L'animation du groupe,
- Connaissance des publics à initier,

2/ La connaissance de l'engin (1h)

- Présentation, caractéristiques,
- Équipements réglementaires,
- Avantages, inconvénients, usages,
- Les différents types de vélos liés à la mobilité urbaine, (Vélos de ville traditionnels, vélos pliants, vélos de locations, vélos en Libre-service, VTC, VTT, VAE, vélos enfants, etc.).

3/ Les réglages du vélo (1h)

- Le contrôle des organes de sécurité,
- Les 1^{ers} réglages (hauteur de guidon, hauteur de selle),
- L'outillage de base.

4/ La mécanique de base (3h)

- Démontage, remontage et centrage des roues,
- Réparation d'une crevaillon,

- Pression des pneus,
- Contrôle des freins et dérailleurs,
- Constitution de la trousse de dépannage,
- Vérification de la bicyclette (roulements, serrages, etc.),
- Nettoyage de la bicyclette et maintenance,
- Gestion d'un parc urbain de vélos en ville,
- Conseils à un responsable de collectivité.

5/ La maîtrise de l'engin (3h)

- Les différentes habiletés à acquérir pour conduire sa bicyclette seront abordées par des exercices éducatifs en milieu protégé : (Démarrer, rouler droit, freiner, s'arrêter, tourner à droite, tourner à gauche, indiquer un changement de direction, s'arrêter à un stop ou feu rouge, repartir sans hésiter au feu vert...),
- Récapitulatif des différentes situations sur un parcours.

6/ La réglementation (2h)

- La connaissance et le respect du Code de la route, Code la rue,
- Le respect de la règle,
- Les 3 spécificités du cycliste : la chaussée, les turbulences, la visibilité,
- Le partage de la chaussée,
- La place du cycliste sur la chaussée,
- Connaissance des différents panneaux cyclistes.

7/ Lecture de carte et de plan (2h)

- Les différentes cartes,
- Les différentes voies,
- Les différentes échelles,
- La légende, les symboles,
- La création d'un parcours en terrain connu, inconnu,
- Le suivi d'un itinéraire,
- L'interaction entre différents modes de déplacements (Inter modalité)

8/ Le déplacement en sécurité (2h)

La maîtrise de l'engin portera essentiellement sur :

- L'équilibre, l'anticipation, la gestion de la vitesse,
- La prise d'information, prise de décision,
- La création et réalisation d'un parcours urbain,
- L'apprentissage à des publics particuliers.

9/ La conduite de groupe en sécurité (3h)

- 1- Régularité dans le déroulement de la sortie,
- 2- Placement et le rôle de l'animateur,
- 3- Rappels techniques avant le départ,
- 4- Contrôles : bicyclette, trousse de réparation, tenue vestimentaire,
- 5- Consignes de route et signes conventionnels : la gestuelle et le langage,
- 6- Détection des signes de fatigue chez une personne en difficulté,
- 7- Mise en sécurité du groupe sur incident mécanique ou accident,

10/ Les situations particulières liées au déplacement urbain (3h)

- Bandes et pistes cyclables,
- Double sens cyclables,
- Giratoires,
- Tourne à gauche, tourne à droite,
- Sas cycliste,
- Couloirs de bus, etc.,
- Apprentissage des bons réflexes.

11/ La sécurité et le secourisme (2h)

- Étude des principales situations d'accidents,
- Protection de la victime,
- Mise en sécurité d'un groupe.

L'évaluation de la conduite et de la sécurité (individuelle et collective) sera réalisée sur un parcours choisi par le formateur et comportant des mises en situation concrètes.

Une adaptation du plan de formation FFCT : création d'une nouvelle option pour le 5^e jour de la formation initiateur. Le suivi de cette option du 5^e jour est obligatoire pour un initiateur FFCT souhaitant intervenir dans une Vélo-école.

Option : Encadrement en Vélo-écoles (urbain et périurbain).

Pré-requis : maîtriser le déplacement urbain et périurbain à vélo

Contenu

Pratique : Encadrement d'adultes (ou de jeunes) dans le cadre d'un apprentissage à la mobilité en milieu urbain et/ou périurbain. Règles de circulation, déplacement en sécurité, placement dans le trafic (giratoire, sas, feux, etc., anticipation face aux pièges de la chaussée, comportement.

Théorique : connaître le fonctionnement d'une "vélo-école".

Vers un CQP (certificat de qualification professionnel)

Présentation du Protocole d'Accord pour la création d'un Certificat de Qualification Professionnelle (CQP) Éducateur Mobilité à Vélo (EMV)

Entre :

- Le Club des villes et territoires cyclables (CVTC), 33 rue du Faubourg Montmartre, 75009 Paris représenté par son président Jean-Marie Darmian.
- La Fédération française de cyclotourisme (FFCT), 12 rue Louis Bertrand, 94200 Ivry-sur-Seine représentée par son président Dominique Lamouller.
- La Fédération des usagers de la Bicyclette (FUB), 12 rue des Bouchers, 67000 Strasbourg représentée par sa présidente Geneviève Laferrère.
- Le Syndicat National des Moniteurs de Cyclisme Français (SNMCF), 3 rue Raoul Blanchard, 38000 Grenoble représenté par son président Guillaume Campredon.
- La Fédération française de cyclisme (FFC), 5 rue de Rome, 93561 Rosny-sous-Bois représentée par son Président David Lappartient.

Il est convenu ce qui suit :

1. Objet

Les différentes parties signataires de ce protocole d'accord, s'engagent dans un processus de création d'un Certificat de Qualification Professionnelle (CQP), intitulé Éducateur Mobilité à Vélo auprès de la Commission Paritaire Nationale de l'Emploi et de la Formation du Sport (CPNEF), dans le but de développer l'apprentissage de la mobilité et du vélo comme moyen de déplacement sur le territoire français.

2. Engagement des parties

Pour y parvenir, les différentes parties s'engagent à :

- élaborer et déposer ensemble le Certificat de Qualification Professionnelle, intitulé Éducateur Mobilité à vélo auprès de la CPNEF.
- permettre la formation en vue de l'obtention du CQP Éducateur Mobilité à Vélo pour les personnes qui souhaitent, contre rémunération, encadrer l'apprentissage à la mobilité à vélo,
- privilégier l'emploi, dans leurs structures respectives, de per-

sonnes titulaires du CQP Éducateur Mobilité à Vélo, pour les prestations facturées concernant l'apprentissage de la mobilité à vélo,

- favoriser l'obtention du CQP Éducateur Mobilité à Vélo par la voie de la validation des acquis de l'expérience (VAE) pour les personnes ayant déjà exercé cette activité,

- communiquer sur les engagements ci-dessus, sur le métier d'éducateur mobilité à vélo et sur la formation au CQP Éducateur Mobilité à Vélo, en citant l'ensemble des signataires de ce protocole.

3. Instance de coordination

Les différentes parties créent une instance de coordination animée par le club des villes et territoires cyclables pour :

- déposer le dossier d'un CQP EMV auprès de la CPNEF,
- habilitier les organismes de formation,
- agréer les jurys et les dispositifs de certification,
- assurer le suivi des personnes titulaires du CQP,
- instruire les dossiers de demande de VAE,
- statuer sur toute contestation possible.

4. Respect du protocole d'accord

Les signataires du présent protocole s'engagent à respecter l'ensemble des points ci-dessus.

En cas de litige, l'instance de coordination sera saisie. Un signataire peut se retirer du protocole d'accord en informant préalablement les autres signataires, sans remettre en cause ce protocole d'accord.

Par Jean-Michel Richefort
Directeur technique national

III - Encadrement des Jeunes

(Il s'agit là de précisions apportées, suite à des questions, au texte publié dans *Liaison 79*).

Au sein d'une école de cyclotourisme

Premier cas : le moniteur (ou l'initiateur 5^e jour) responsable est présent :

- Dans le groupe qu'il encadre, il peut être accompagné :
 - Par un initiateur 5^e jour : **oui**
 - Par un initiateur sans 5^e jour : **oui**
 - Par un animateur : **oui**
 - Par le Président du club : **oui**

- Dans les autres groupes constitués ce jour-là (obligatoire s'il y a plus de 12 jeunes, recommandé même avec moins de 12 jeunes, si le niveau des jeunes l'exige), l'encadrement peut être constitué par :

- 2 initiateurs avec 5^e journée : **oui**
- 1 initiateur 5^e jour et 1 initiateur sans 5^e jour : **oui**
- 2 initiateurs sans 5^e jour : **oui**
- 1 initiateur et 1 animateur club : **oui**
- 2 animateurs : **oui, exceptionnellement**
- Le président du club, et un animateur : **oui, exceptionnellement**
- Le président du club, et un adulte expérimenté : **à éviter (aucune des personnes présentes n'aurait suivi une formation FFCT conforme au plan de formation)**

Deuxième cas : Le moniteur (ou l'initiateur 5^e jour) responsable est exceptionnellement absent.

Dans ce cas, il doit avoir préparé le programme et prévu le ou les groupes à constituer, et leur équipe d'encadrement.

Il s'assure que lui-même ou le président du club reste joignable au téléphone.

Il confie alors la direction de la séance à un autre éducateur :

- un autre moniteur, si le club en dispose : **oui**
- un initiateur 5^e jour : **oui**
- un initiateur sans 5^e jour : **oui**
- Le Président du club : **oui**

L'encadrement du ou des groupes constitués est alors le même que dans le cas où le moniteur est présent (voir ci-dessus premier cas)

Point d'accueil jeunes : moins de 8 jeunes, sous la responsabilité du président du club

- 2 initiateurs : **oui**
- 1 initiateur et 1 animateur club : **oui**
- 2 animateurs : **oui**
- Le président du club et 1 initiateur : **oui**
- Le président et 1 animateur club : **oui**
- Le président et un adulte expérimenté : **oui**

IV - Concept Sport Santé et accueil dans les clubs

La démarche santé n'est pas quelque chose de nouveau en ce qui concerne le ministère c'est un de leurs souhaits depuis quelques années. Le principe consiste à dire :

- Vous voulez reprendre le sport,
- Vous voulez faire du sport dans un but de bonne santé,
- Votre médecin vous conseille de reprendre une activité sportive,
- Vous avez une pathologie chronique, diabète, HTA, surpoids...
- Venez chez nous, vous serez encadré pour une reprise sportive progressive, modérée.

C'est le concept sport santé qui recoupe l'accueil dans les clubs. Par exemple voir le site FFRP :

http://www.ffrandonnee.fr/_185/rando-sante-concept.aspx,
ou la fédération d'athlétisme :
<http://www.athle.com/asp.net/main.html/html.aspx?htmlid=3244>

Ces fédérations ont déjà pris le créneau !

Pour ce qui est de notre fédération : il y a énormément de personnes qui pourraient être intéressées et rejoindre nos clubs si nous sommes capables de leur offrir un encadrement de qualité, susceptible de les conseiller de les aider à débiter.

Exemple de programme :

Dans un club, programmer pour la rentrée (c'est à ce moment que se prennent les bonnes résolutions) des sorties très progressives.

Par exemple

Samedi 1 : contrôle des vélos, présentation balade de 8 à 10 km avec contrôle de la Fréquence cardiaque ! Récupération étirements.

Samedi 2 : petit exposé sur l'alimentation, et sortie 15 km

Samedi 3 : sortie de 18 km en deux parties de 9 avec visite au milieu....

Prise de licence FFCT !

Toujours contrôle des fréquences cardiaques, parler sur le ressenti.

Samedis suivants : augmenter la distance de 10 à 15 %, prévoir des groupes.

Ce programme serait à diffuser en mairie, et à adresser chez les médecins de la ville. Je pense que l'on pourrait avoir un public intéressé et les amener à "un certain cyclotourisme". Si nous ne voulons pas nous faire "subtiliser" tout ce public, il faut se mettre au travail... pour ceux qui le veulent bien car je ne pense pas qu'il en soit ainsi pour de nombreux clubs.

Dr François Le Van

Médecin fédéral de la Fédération française de cyclotourisme

Rappelons que le docteur François Le Van a présenté lors du séminaire d'octobre un diaporama, qui peut être présenté lors de réunions de Ligue ou de Codep, ou aux futurs éducateurs lors de stages de formation.

V - Le service Civique Volontaire

Le service civique volontaire (SCV) créé en 2010 permet à des jeunes de 16 à 25 ans d'œuvrer à titre bénévole au sein d'une association.

L'engagement est de 6 mois renouvelable une fois. Le jeune volontaire perçoit une indemnité versée par l'État, pour un temps de service de 24 à 35 heures /semaine. Ce service n'est pas un emploi, le jeune volontaire ne doit pas accomplir une mission qui peut-être exécutée par un salarié, il ne doit pas remplacer une personne en congé.

Le but est de permettre au jeune volontaire de découvrir un autre milieu que le sien, une autre activité que la sienne, un secteur qu'il ne connaît pas mais qui présente pour lui de l'intérêt. Son implication dans sa mission peut le conduire à une formation qualifiante dans le cas où l'employabilité est envisageable, pas uniquement sur la structure d'accueil de la mission volontaire. Au cours de sa mission le jeune volontaire reçoit une formation civique qui peut-être dispensée par les services de l'Etat ou un organisme habilité.

Notre fédération élabore un dossier de demande de contrats pour une dizaine de postes. Trois fiches mission sont rédigées, en interne les dénominations sont les suivantes :

Mission scolaire : prévention, sécurité, déplacement doux

Mission événementielle : en relation avec les semaines fédérales

Mission développement VTT : auprès des bases VTT labellisées

Nous devons sur leur temps de mission apporter au jeune volontaire une formation en relation avec les actions auxquelles il a participé, nous pouvons penser au contenu de formation du BF1 notamment.

Après deux rendez-vous au ministère des Sports nous déposerons le dossier mi mai. Le ministère se donne deux mois pour répondre à notre demande, il faut savoir que les attributions 2011 ont épuisé le volume de contrat et que l'agence nationale du SCV espère une attribution budgétaire supplémentaire, sinon nous devons attendre janvier 2012 pour les premiers contrats.

André Champion,

Conseiller technique national

VI - La vie de la Formation dans la presse : une incitation à communiquer

La presse, écrite ou Internet, peut être un vecteur de promotion de vos activités : voir ci-dessous l'article de Corse matin, reflet du plaisir des jeunes, qui éclate sur la photo proposée, envoyée par le club, et l'article paru dans "Le Courrier Cauchois" en date du vendredi 6 mai montrant la motivation de ces dames au stage de mécanique féminine du CoDep 76. Ces articles sont de nature à mieux faire connaître nos activités au grand public, au moins sur le plan local, ce qui peut permettre d'établir des contacts.

a) Une école de cyclotourisme en Corse !

Corsematin.com

Publié sur Corse-Matin (<http://www.corsematin.com>)

Un club de VTT dans le Taravu

Par Cathy Terrazoni

Crée le 27/04/2011

À l'origine, un groupe d'amis adultes crée le Valinco Team Taravu, association loi de 1901 affiliée à la FFCT, pour la pratique du VTT

dans la microrégion. Le président Philippe Teixeira et son équipe (Cédric Cianfarani, Chantal Sandeau et Jacques Rigaud) s'aperçoivent alors qu'il y a une forte demande de la part des enfants du coin. Ils ont eux aussi l'envie de sillonner les magnifiques sentiers de la région. Philippe et Chantal passent leur brevet fédéral pour fonder et encadrer la 1^{re} école de cyclo.

Une école buissonnière

Dès l'ouverture du club VTT, 22 jeunes adhèrent à l'école de cyclo pour rouler avec des copains, faire des courses comme les champions, apprendre toutes les techniques, bénéficier des conseils d'éducateurs et progresser.

Des sorties régulières tous les mercredis et samedis apprennent à mieux gérer leurs efforts, à moins se fatiguer et forment au respect de l'autre et à la sécurité routière. Les balades ont aussi un intérêt pédagogique du point de vue environnemental avec un regard sur la flore, la faune locale ou l'histoire de la région. Bref, les jeunes et les moins jeunes se régalaient à VTT en groupes sur les chemins lumineux du Bas Taravo.

Pour tout renseignement,

tél : 06.03.53.55.62. ou sur internet

<http://www.tex-racing.com>



b) Mécanique féminine dans le CoDep 76

CYCLOTOURISME**21 femmes en stage mécanique**

Samedi dernier, vingt et une femmes qui pratiquent le cyclotourisme ont participé au stage mécanique organisé à leur intention par le Codep 76 cyclotourisme à la Maison des associations, mise à disposition par la Ville.

Le président Charles Brassart, accompagné de Serge Confais et de Willy Dudortoir, ont animé ce stage qui était une première à Saint-Valery. Les stagiaires licenciées dans les clubs du Stade Valeriquais Cyclotourisme (12), du CC Allouville-Bellefosse (2), du VC Havrais (2), de l'AC Sainte-Adresse (3) et de l'ACM Godervillais ont pu apprécier la qualité des sujets proposés par les animateurs.

Après la projection d'une vidéo sur la façon d'aborder une sortie et d'entretenir son vélo, tous les sujets susceptibles de se produire sur la route à vélo ont été abordés, notamment comment réparer une crevaillon de la roue arrière, un bris de chaîne ou d'un câble de frein, etc.

Un rappel des principales règles de sécurité à vélo a été également présenté. L'animateur n'a pas manqué de préciser qu'une des premières règles à respecter était de bien entretenir sa bicyclette et ensuite de respecter sur la route les règles



Lors du stage suivi avec attention par ces dames

de sécurité.

Pendant la pause du midi, Lionel Canu, maire-adjoint chargé des sports, est venu saluer l'ensemble des stagiaires, moniteurs, et les membres du SVCT chargés de la logistique, et ont ainsi pu prendre leur repas ensemble.

En fin de stage, Christine Brassart a proposé à l'ensemble des cyclotes présentes de l'accompagner en sep-

tembre 2012 pour participer à la concentration féminine Toutes à Paris qui devrait réunir des cyclotes venues de toute la France.

Le président et les membres du SVCT qui ont pris l'initiative de ce rassemblement à Saint-Valery-en-Caux ont pu mesurer la satisfaction des stagiaires et des responsables du CODEP 76 à l'issue de cette formation qui devrait être bénéfique pour toutes.

Pour vos articles, vos remarques :

"Liaison" est à votre écoute.

Contact : Fédération française de cyclotourisme
Commission nationale de Formation
12, rue Louis Bertrand - 94207 Ivry-sur-Seine Cedex
Tél. : 01 56 20 88 88 - Fax. : 01 56 20 88 99
Courriel. : s.meftah@ffct.org

Un petit rappel à faire passer à tous vos moniteurs :

Pour celles et ceux qui ont une nouvelle adresse courriel et qui souhaitent recevoir la Newsletter régulièrement, nous vous invitons à nous la transmettre rapidement à : s.meftah@ffct.org.