

Formation Animateur



CYCLO-DECOUVERTE ®

Sommaire

3

1 - Définition

2 - Préparation

3 - Animation

4 - Bilan

Définition

- **La Cyclo-découverte® :**

C'est une randonnée à thème de courte distance avec un encadrement regroupant peu de participants et incluant la visite de sites touristiques et culturels.

- **Règlement type des organisation de cyclotourisme en France :**

Mise à jour par la FFCT le 30/03/2012).

- **Origine :**

Quelques cyclotouristes d'Ille-et-Vilaine sont à l'initiative de ce concept (début des années 90) qui lie la pratique vélo et la découverte d'un territoire.

L'esprit de la cyclo-découverte

- ◎ **Se balader à vélo** sur un itinéraire qui emprunte un réseau de routes à faible circulation.
- ◎ **Susciter la curiosité** en faisant passer par des lieux ou des zones présentant un intérêt patrimonial, culturel ou naturel...
- ◎ **Créer des échanges** entre les participants en respectant une règle :
 - « On part ensemble, on roule ensemble à faible allure et on arrive ensemble ».

Les caractéristiques du Circuit

Distance : choix possible

- sur la journée : < 60 Km route ou 45 Km VTT
- sur la ½ journée : < 30 Km route ou 20 Km VTT

Difficulté : le circuit doit être accessible à tous sans niveau technique particulier requis.

Itinéraire : il représente une boucle ou un « 8 ». Il n'est pas balisé sur le terrain.

CYCLO-DECOUVERTE ®

**Les étapes de la préparation d'une
cyclo-découverte**

Les étapes

- **Préparer** l'itinéraire.
- **Rechercher** des documents pour pouvoir apporter des informations sur les sites visités.
- **Rédiger** le programme de la journée.
-
- **Préparer une fiche** de conseils pratiques et réglementations / sécurité à l'attention des participants.
- **Informier / communiquer** sur l'événement.
- Choisir les **animateurs** qui vont encadrer la cyclo-découverte.

La recherche d'un itinéraire

- **L'itinéraire est défini à partir de sites qui valorisent :**
- **Le patrimoine bâti** : châteaux, manoirs, ruines, églises, chapelles, calvaires....
- **Les sites** industriels, agricoles, d'échanges, de commerce..
- **Les sites historiques ou préhistoriques** : lieux de bataille, monuments, grottes, dolmens...
- **Les espaces naturels** : tourbières, forêts, PNR...
- **Les lieux de visites** : musées, ateliers d'art ou d'artisanat local...

L'élaboration du circuit

- ◉ **Choisir un secteur ou un thème** que l'on souhaite faire découvrir.
- ◉ **Trouver un nom** qui reprend le thème de la randonnée découverte.
- ◉ **Repérer sur le terrain** les curiosités qui seront mises en valeur.
- ◉ **Construire un itinéraire** pour relier ces différents points.
- ◉ **Prévoir des raccourcis** permettant de réduire l'itinéraire en cas d'impondérable.
- ◉ **Trouver un lieu de pique-nique** (journée) avec abri possible en cas de mauvaises conditions atmosphériques.
- ◉ **Effectuer des recherches** (internet, OT, docs techniques...) sur les sites visités pour préparer les interventions.

Un exemple de sortie sur la 1/2 journée

- **Rassemblement à 9 h 30** (accueil, présentation)
- **Départ à 10 h.**
- **Vitesse moyenne < 15 km /h route** (<10Km /h VTT) adaptée au niveau des plus « faibles ».
- **1 à 2 arrêts / h** pour des visites ou explications de 10 à 15'.
- **Retour 12 h 30 / 13 h 00**
- **Penser à répartir harmonieusement les temps de déplacement et les arrêts** (pauses, visites, animations).

Le tableau de marche de la sortie

H départ	H arrivée	km	cumul	Lieu	animation	Possibilité de repli
10h00	10h20	5,5	5,5	Moulinage Harland	Visite du moulinage (15') . Gérard Bellard propriétaire, guide la visite, du ver jusqu'à la soie <i>Doc : Il était une soie</i>	
10h35	11h00	6	11,5	Carrefour des chasseurs (forêt de Chandelais)	Arrêt pour explications sur les essences d'arbres et la filière bois sur le secteur (10') <i>Doc : les arbres, croissance des arbres, travail des techniciens de l'ONF, vente du bois, scierie ...</i>	Retour par pré Dieu et arrivée (8 Km)
11h10	11h30	4,9	16,4	Chapelle Ste Cécile	Arrêt à la chapelle (10'): explications sur le domaine du Marquis de Turland , propriétaire terrien avt la Révolution avec la disparition de sa fille Blanche et histoire de la chapelle construire en la mémoire de celle-ci.	Retour par La Challe et arrivée (6,1 km)
11h40	12h15	7, 6	24	Hameau « La garde »	Originalité architecturale de ce hameau en pierres de lave . Explication sur l'utilisation des roches, matériaux de construction et particularités de l'habitat local. (10')	
12h25	12h 40	4,2	28,2	Arrivée	Distribution du « quizz » et réponses qui permettront de faire un bilan de la randonnée	

Après la chapelle Ste Cécile, on suit la rivière « la Gallore » polluée en 1998 par l'usine ALCOTECH . On peut faire une brève sur cette pollution et les conséquences sur l'écosystème. Les problèmes de pollution sont toujours visibles aujourd'hui .

Les animateurs

- ⊙ Ils sont, de préférence, **diplômés fédéraux** (PSC1 + formation + habitude d'accompagner des groupes).
- ⊙ Ils souhaitent **faire découvrir** les richesses du secteur.
- ⊙ Ils **animent la randonnée vélo**, en partageant leurs connaissances avec les participants, petits et grands, dans l'esprit cyclotouriste.

Les participants

○ **Public**

- ❖ **Hommes**
- ❖ **Femmes**
- ❖ **Enfants** (sous la responsabilité des parents, de cadres fédéraux, initiateurs ou moniteurs)

○ **Niveau**

- ❖ **Débutants ou Chevronnés** qui maîtrisent le déplacement basique à vélo
- ❖ **Licenciés ou non** (extension du contrat d'assurance)

○ **Nombre**

- ❖ **Groupe de 20 (sans excéder 2 x 20 = 40)**
- ❖ **2 accompagnateurs au minimum par groupe** (1 qui gère le groupe, 1 qui anime les points d'arrêt)

○ **La participation**

- ❖ **Coût de l'inscription (assurance)**
- ❖ **Pique-nique ou repas compris dans l'organisation de la journée**

Le matériel et les accessoires

Pour chaque participant :

- ⊙ Un vélo en bon état de marche.
- ⊙ Un appareil photo.
- ⊙ Un porte-bagages ou sac à dos.
- ⊙ Papiers d'identité, licence, un peu d'argent liquide.
- ⊙ Du ravitaillement (solide, liquide).

Pour les accompagnateurs :

- ⊙ De l'outillage de réparation pour tous les types de vélo, gilet de haute visibilité.
- ⊙ Une carte correspondant au circuit.
- ⊙ Un GPS (avec fond de carte et trace).
- ⊙ Une trousse à pharmacie et téléphone portable.

L'info et la communication

- Inviter le **public** à participer à cette manifestation lorsque le parcours et la date seront arrêtés.
- Préparer un **document de présentation** de la cyclo-découverte.
- Etablir un **plan de communication** (calendrier, échéancier) :
 - ❖ Flyer de présentation
 - ❖ Rédactionnel pour la presse
 - ❖ Publication dans les calendrier fédéraux
 - ❖ Mailing auprès des clubs

CYCLO-DECOUVERTE ®

Animation de la cyclo-découverte

L'animation de la cyclo-découverte

- **Un lieu de rendez-vous** facile à trouver avec des possibilités de parking pour les voitures.
- **Un horaire pas trop matinal** pour permettre aux familles de venir avec les enfants.
- **Un accueil personnalisé** (collation souhaitée avant le départ) pour créer un climat convivial.
- **Un document/support** préparé et remis aux participants pour les informer sur :
 - La présentation, l'objectif de la cyclo-découverte.
 - L'itinéraire suivi.
 - Les points d'arrêt (visites ou rencontres).
 - Les rappels et conseils liés à la sécurité.

L'animateur du groupe cyclo-découverte

- ⊙ **Etre animateur d'une cyclo-découverte, c'est s'engager à proposer et à animer une randonnée particulière.**
- ⊙ **L'animateur est le guide** de la randonnée, **le référent** du groupe
 - ❖ Il devra être un interprète *nature*, devenir conteur à l'occasion...
 - ❖ Il suscitera l'interactivité en pratiquant une pédagogie ludique (éviter les questions).
 - ❖ Il peut se servir du jeu pour diffuser des informations (Quizz) .
 - ❖ Il veillera à la sécurité du groupe (regroupement, traversée de voies, comptage des participants...).
 - ❖ Il rappellera et fera respecter les consignes lors du déplacement.
 - ❖ Il saura s'adapter aux attentes du groupe, aux impondérables.

L'accueil du public

- ◉ **Accueillir individuellement et enregistrer les participants.**
 - Cela permet de leur poser quelques questions pour connaître : leur niveau, les problèmes particuliers (médical, technique...).
- ◉ **Présenter la randonnée.**
- ◉ **Rappeler les consignes et les règles de sécurité.**
 - S'assurer qu'elles sont comprises.
- ◉ **Présenter les animateurs** de la cyclo-découverte (diplômés fédéraux maîtrisant l'accompagnement de groupe).
- ◉ **Répondre aux questions** et désamorcer d'éventuelles inquiétudes.

L'organisation , la conduite du groupe

- Répartir les participants par petits groupes (< 20 par groupe).
- Prévoir 2 à 3 accompagnateurs (tenue distinctive) par groupe (minimum : 1 devant, 1 serre-file).
- Espacer les départs (si plusieurs groupes).
- Veiller à respecter l'heure d'arrivée prévue, et au besoin, moduler les temps de pauses ou visites.
- Veiller à la sécurité des participants dans les passages délicats (traversées de voies, côtes, arrêts des groupes en dehors de la voie de circulation, lors des regroupement ou des animations).
- S'assurer régulièrement de la présence de tous les participants.
- Prévoir une solution pour surveiller les vélos pendant les visites.

CYCLO-DECOUVERTE ®

Le bilan

23

Le bilan

Cette étape est importante car elle permet de faire une critique tant positive que négative de l'expérience vécue.

Les participants doivent s'exprimer (oral ou écrit) pour donner leur avis (trop long, pas assez de temps de repos, intervention intéressante, adaptée...).

De leur côté, les animateurs doivent aussi faire un bilan personnel quant à leur ressenti de la randonnée.

- *Ce débriefing doit permettre de conserver les points forts et d'améliorer les points faibles, dans la perspective d'une prochaine cyclo-découverte.*



Réalisation et / ou montage :

Yvon DURAND CTN

Claude LENOBLE CNF - Instructeur

Emmanuel CARPENTIER CNF - Instructeur

Version : 20 décembre 2013

Copyright © 2014 -FFCT

