



Comité **Région SUD** Provence Alpes Côte d'Azur FÉDÉRATION FRANÇAISE DE CYCLISME

Alpes de Haute Provence - Hautes Alpes - Alpes Maritimes - Bouches du Rhône - Var - Vaucluse

SIRET : 782 812 994 000 21

☒ **Siège social** : Vélodrome des Olives, 184 Avenue des Poilus – 13013 MARSEILLE - Tel 04.91.12.23.10 ffcregionsud@gmail.com

☐ **Antenne** : Vélodrome de Costebelle, 83400 HYERES Tel 04.94.38.50.55

STAGE Détection TRJV Octobre 2022

Dates : Lundi 24 au Mercredi 26 Octobre 2022.

Lieu : Château de l'environnement à BUOUX (84) au cœur du parc du Luberon.

<https://www.parcduluberon.fr/un-quotidien-a-preserver/education-au-territoire/chateau-de-lenvironnement-buoux/>

Participants : Ouvert aux licenciés et licenciées FFC benjamins et minimes 2022 et Benjamins 2023 (actuellement pupilles 2) - Places limitées.

Tarifs : 158 € en Pension complète.

Inscriptions : Auprès du Comité FFC Région SUD Provence Alpes Côte d'Azur – Inscription validée sur réception du dossier complet (fiche inscription, fiche sanitaire, autorisation à retourner par mail à FFC REGION SUD ffcregionsud@gmail.com et paiement par chèque ou virement.

Les encadrants :

- **Joris Bagnol** : 31 ans, habitant à Nice
Diplômé d'état VTT depuis 8 ans, Coach individuel en VTT et route ; Entraîneur du Pôle cyclisme Nice Côte d'Azur & du CA Peymeinade VTT depuis 8 ans, Créateur du Team Bagnol JO.WE Oméga
5 années au sein du Vélo Club La Pomme avec deux années en équipe de France Junior, 4 années au sein du Veloroc Cavailon avec du Top 15 Elite et 10ème au Championnat de France ELITE 2015, 3 années au sein du TEAM Bergamont Nice Côte d'Azur
- **Loïc Tournillon** : 24 ans, habitant à Lyon
Diplômé d'Etat VTT depuis 2 ans, Entraîneur du Pole cyclisme Voiron
Créateur du TEAM VTT Piolenc
Top 20 cadet, Junior CDF, Equipe de France XCE en 2020
Pilote ELITE CDF



Ce stage, organisé sous la direction de Carole GAMBIA, responsable de la commission VTT du comité, est destiné aux jeunes licenciés FFC du Comité Région SUD PACA. Il est organisé afin de d'aider à mieux préparer les échéances spécifiques TRJV et TFJV à venir, dans un esprit convivial et studieux. Le contenu du stage sera là pour les faire travailler et progresser. Le travail portera sur une progression technique avec divers ateliers, descentes, maniabilité, jeux ludiques.

Benjamin GIRAUD
EAD Comité Région Sud

Christian LAZARINI
Président Région Sud
Le 23/09/2022





Comité **Région SUD** Provence Alpes Côte d'Azur FEDERATION FRANCAISE DE CYCLISME

Alpes de Haute Provence - Hautes Alpes - Alpes Maritimes - Bouches du Rhône - Var - Vaucluse

SIRET : 782 812 994 000 21

Programme du Stage

| | <u>Lundi</u> | <u>Mardi</u> | <u>Mercredi</u> |
|---------------|--|--|--|
| 8h00 | | Petit Déjeuner | Petit Déjeuner |
| 9h00 À 10h00 | | Journée DH: repérage des descentes à effectuer l'après midi en chrono | Journée d'endurance sur une longue boucle avec travail technique en descente |
| 10h00 À 12h00 | 10h00 Accueil Journée Trial: révision de la maniabilité, franchissement pour voir les fondamentaux avant l'après midi | | |
| 12h30 | Pique-Nique (tiré du sac) | Déjeuner | Déjeuner |
| 13h30 À 14h30 | Temps Calme | Temps Calme | Temps Calme |
| 14h30 À 17h | Journées de maniabilité/Trial avec des zones tracées | Travail orienté descente avec des spéciales chronométrées pour travailler la rapidité, le pilotage et le repérage avant chrono | Maniabilité- équilibre sous forme de jeux et défis |
| 17h30 | Goûter | Goûter | Goûter |
| 18h00 À 19h00 | Atelier 1 | Atelier 2 | |
| 19h30 | Dîner | Dîner | |
| 21h30 | Coucher | Coucher | |



Comité **Région SUD** Provence Alpes Côte d'Azur FEDERATION FRANCAISE DE CYCLISME

Alpes de Haute Provence - Hautes Alpes - Alpes Maritimes - Bouches du Rhône - Var - Vaucluse

SIRET : 782 812 994 000 21

Siège social : Vélodrome des Olives, 184 Avenue des Poilus – 13013 MARSEILLE - Tel 04.91.12.23.10 ffregionsud@gmail.com

Antenne : Vélodrome de Costebelle, 83400 HYERES Tel 04.94.38.50.55

Autorisation parentale d'hospitalisation

Je soussigné, Mr et/ou Mme ,

.....

responsable légal de l'enfant ,

.....

autorisons que notre enfant soit hospitalisé en cas d'urgence et autorisons le responsable à prendre toutes les dispositions nécessaires.

N° de sécurité sociale sur lequel est rattaché l'enfant :

.....

Fait à ,
le/...../.....

Signatures des parents précédées de la mention « Lu et approuvé »





Comité **Région SUD** Provence Alpes Côte d'Azur FEDERATION FRANCAISE DE CYCLISME

Alpes de Haute Provence - Hautes Alpes - Alpes Maritimes - Bouches du Rhône - Var - Vaucluse

SIRET : 782 812 994 000 21

Siège social : Vélodrome des Olives, 184 Avenue des Poilus – 13013 MARSEILLE - Tel 04.91.12.23.10 ffcregionsud@gmail.com

Antenne : Vélodrome de Costebelle, 83400 HYERES Tel 04.94.38.50.55

STAGE Détection TRJV Octobre 2022

Je soussigné, Mr et/ou Mme ,

.....
Né(e) le :/...../.....

A :

Demeurant :

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

Téléphone Portable :/...../...../...../.....

Adresse Mail :

.....@.....

Représentant légal, en qualité de père, mère, tuteur, détenteur de l'autorité parentale, autorise l'inscription de mon enfant :

Prénom

NOM :

Né(e) le :/...../.....

A :

Au stage STAGE Détection TRJV Octobre 2022 et m'engage à fournir les documents suivants :

- Une copie de la licence FFC en cours de validité
- La fiche sanitaire dûment remplie
- Le Paiement de 158 € à l'ordre de FFC Région SUD PACA

Droit d'images Oui / Non (Rayer la mention inutile)

Date limite d'inscription : 14 octobre 2022 (places limitées / places réservées sur ordre d'inscription)

Fait à ,

le/...../.....

Signatures des parents précédées de la mention « Lu et approuvé »

