

<http://www.vttfunclub.fr/spip.php?article2710>

Stage avec le Comité 54

- Stages et Formation -



Date de mise en ligne : mercredi 15 mai 2024

Copyright © Vtt Fun Club - Tous droits réservés

STAGE au CLAM ORGANISE PAR LE COMITE DEPARTEMENTAL 54 DE CYCLISME DE LA FFC du lundi 22 au 24 avril 2024 pour le VTT et le jeudi 25 et le vendredi 26 avril 2024 pour la ROUTE en hébergement complet au Centre de loisirs et d'animations CLAM 36, avenue de la Chartreuse à 54510 ART-sur-MEURTHE pour les jeunes licenciés FFC des catégories benjamins 11-12 ans U 13 à cadets 15-16 ans U 17.

[VOIR LES PHOTOS EN CLIQUANT ICI](#)



Recrutement de l'équipe : le VTT FUN CLUB délègue une partie de l'équipe en fonction de leurs compétences et leur disponibilité, avec la présence d'un agent ASPTT pour le VTT : Du comité 54, Renaud et Mathieu GABRIELT, Eric LE GAGNE BP2, Alain PORTAL et, Alexandre MELLARD BP1, tous deux spécialistes triat, mais aussi Victor LUKAS maître diplômé Métaux et Isence Staps, natiste du club. - stagiaires : Léo, Ben AZOULAY élève de 1^{er} de sports, et Loris ZUBRY qui était avec du club UFR STAPS, en service civique au COMITE OLYMPIQUE ET SPORTIF et attachés au VTT FUN CLUB ; notons aussi Nikita LE GAGNE, en contrat d'apprentissage BP2 BP3 en alternance au CERS. Pour la route : Laurent LIEBROCK ASPTT



STAGE VTT AU CLAM A ART SUR MEURTHE

STAGE ORGANISE PAR LE COMITE DEPARTEMENTAL 54 DE CYCLISME DE LA FFC du lundi 22 au 24 avril 2024 pour le VTT et le jeudi 25 et le vendredi 26 avril 2024 pour la ROUTE en hébergement complet au Centre de loisirs et d'animations CLAM 36, avenue de la Chartreuse à 54510 ART-sur-MEURTHE pour les jeunes licenciés FFC des catégories benjamins 11-12 ans U 13 à cadets 15-16 ans U 17.

Le centre se situe au cœur d'un parc de 11 ha, à l'entrée d'une forêt, dans un environnement de prairies, étangs, rivières, au pied de la Chartreuse de Rossmelle (site historique classé) à 15 min du centre de NANCY.

Le domaine est aménagé en espaces extérieurs : mini ferme pédagogique, potager, soccer club avec 2 canchiers et un manège, terrain de jeux et sports collectifs : city stade. Le CLAM est tout à fait adapté aux sports de nature.

Pour rendre accessible au plus grand nombre, le COMITE DEPARTEMENTAL, prend en charge une partie des frais.

Objectifs éducatifs :

- Donner la possibilité aux jeunes de vivre une belle aventure en collectif, et les rendre autonomes.
- Découverte et initiation de certaines disciplines du VTT, perfectionnement des gestes déjà connus ou experts - ce stage précis est basé en plus du cross-country - sur le trail ou l'enduro, matières qui sont le noyau pratique dans notre secteur (ou le terrain, la météo, les contraintes du matériel ou de sécurité).
- Mixer les clubs, d'origines et de territoires différents : rural ou urbain.
- Montrer le niveau technique, l'impact à la pluridisciplinarité du cyclisme, ce qui donne à tous des atouts supplémentaires, et en même temps fait découvrir des talents nouveaux.

LES PARTICIPANTS

LES STAGIAIRES : VTT

Eric BANNEROT, VTT DU TOULOUS
Eric BOLLAT, COVTT BADONVILLER
Maxence BOULEZ, COVTT BADONVILLER
Ludwig DEMESTY, VTT DU TOULOUS
Louis DUFAL, VTT FUN CLUB
Gaëtan FELTEL, VTT FUN CLUB
Lucas FORNAT, COVTT BADONVILLER
Maxime FORSTER, COVTT BADONVILLER
Mathieu GASS, VTT FUN CLUB
Mathieu GASS, VTT FUN CLUB
Bastien HECTOR, VTT FUN CLUB
Milo MANNVILLE, VTT FUN CLUB
Augustin MELLARD, VTT FUN CLUB
Léo MESHAKA, VTT FUN CLUB
Zazzy NETTING, COVTT BADONVILLER
Mathieu DUD, VTT FUN CLUB
Loris PERCEBOIS, COVTT BADONVILLER
Thomas ROBIN, VTT DU TOULOUS
Anthony SPOHN, COVTT BADONVILLER
Romain THIERRY, COVTT BADONVILLER
Mathieu THOUVENIN, VTT DU TOULOUS
Alex VERBEYST, VTT DU TOULOUS
Rena WEBER, COVTT BADONVILLER



PROJET PEDAGOGIQUE

Le stage de trois jours VTT sera dédié à trois disciplines différentes : TRIAL, END, cross-country et XC OLYMPIQUE en mode vrai compétition, et ENDURO.

Entre chaque activité, seront effectués les tests physiques et techniques demandés par la Fédération d'Argonne Comité Départemental, parti technique : évaluation de la technique, détente, triple bond sans élan, force des bras, corde à sautoir. Et aussi intervention de Ludo sur un thème adapté aux âges des stagiaires sur l'alimentation et la récupération du jeune sportif. Tantôt que Mathieu.

LE STAGE VTT DE 3 JOURS SERA CONSACRE A PLUSIEURS DISCIPLINES DIFFERENTES

TRIAL

LUNDI : Initiation et perfectionnement trial dans un zone fermée et sécurisée sur le site géré par le MOTOC CLUB STANISLAS dans les carrières du Zénith à HANDELVILLE. Le matin étude des différentes zones tandis que l'après-midi sera consacré aux évalutions avec notations des réalisations. + évaluation sur Manual, wheeling, bunny up...

BMX CROSS COUNTRY

MARDI : Plateau de LUDRES : ateliers sur piste de BMX, PUMPTRACK - qui sont toujours très appréciés - pratique ou étude sur les modules dessinés par Rémy ASSALON et Gervé FOUCHÉ lors de leurs études à la Fac de Sports + possibilité avec en conclusion une course XCO par catégories, en conditions réelles.

DESCENTE

MERCREDI : Plateau de MALZEVILLE : initiation à l'ENDURO : petites descentes très techniques, avec des sauts, des virages serrés, et remonte très fortes sur le vélo.

La pluie, les orages de grêle ont un peu perturbé le déroulement des ateliers. Mais nous avons eu de très courageux cyclistes.

FORMATION ET TESTS



STAGE ROUTE

Le stage de deux jours **ROUTE** sera sous la bannière de l'Union LIESBROCK. (Séance d'19H30 le matin et l'après-midi en variant) les thématiques et les contenus.

Une sortie enduro sera le vendredi à partir de la fin du matin du groupe, ou un circuit en petite boucle en plus à la fin pour ceux qui n'auraient rien fait.

Présentation des aspects tactiques et techniques du vélo. Tests départ lancé au départ. Course la Montre. + tous les tests adaptés au cyclisme sur route.

Encadrement de l'Union LIESBROCK ASPTT



LES PARTICIPANTS

LES STAGIAIRES - ROUTE

Thomas AUGIER, NEUVES-MAISSONS CYCLISME

Pierre FURARD HOLYAR, NEUVES-MAISSONS

CYCLISME

Thomas FRANCOIS, NEUVES-MAISSONS CYCLISME

Nick GRANT, NEUVES-MAISSONS CYCLISME

Ben GRANGE SCOPPE, NEUVES-MAISSONS CYCLISME

Benoît HECTOR, VTT FUN CLUB

Vincent LUTYAN, NEUVES-MAISSONS CYCLISME

Lea MESSINA, VTT FUN CLUB

Melissa OLIVIERO, VTT FUN CLUB



Nous remercions les stagiaires pour leur comportement irréprochable et leur courage sur le vélo, et lors des exercices réalisés aussi en dehors du vélo, pendant les pauses sur le site de la piscine. Je pense qu'ils se rappelleront des bons moments passés entre camarades cyclistes.

Merci aux bénévoles, à toute l'équipe. Madeline GASPARETTI

RESPONSABLE DU STAGE : Benoît GASPARETTI