



PRESENTATION SAISON 2017-2018

LEMPDES BMX AUVERGNE

Siège social : 267 Chemin de la Gondole - 63115 Mezel

SIRET: 42418768000014 - APE : 926C - Agrément Jeunesse et Sports : 409 5 63 du 31-12-1990



OBJECTIFS

Forts de notre réputation, de nos structures et de nos compétences en matière d'encadrement et, pour répondre à une forte demande, nous avons décidé de mettre en place, dès la rentrée **2010**, un Centre d'Entraînement ouvert à recrutement régional et national.

L'objectif légitime du Centre d'Entraînement est de permettre à des pilotes de **progresser dans la pratique du BMX** et de les **accompagner dans leur projet scolaire et/ou professionnel**. Ce dernier point étant mis au même niveau que la pratique du BMX.

Pour cela nous disposons d'une expérience importante :

- Une équipe de Division Nationale 1 (régulièrement dans les 6 meilleures équipes avec notamment une 3^{ème} place en 2013 au classement des DN1)
- Un encadrement professionnel
- Des installations de qualité reconnue
- Une bonne expérience du Haut-Niveau

Cette structure est ouverte aux pilotes nationaux ou élites à partir de la catégorie "Minimes 2" (collège, lycéens, étudiants).

Mais aussi à des pilotes nationaux ou élites voulant mener un double projet professionnel (emploi ou apprentissage) et BMX race à haut niveau.

Outre les critères sportifs, nous attachons en effet une très grande importance aux résultats scolaires, à la motivation du pilote. Le comportement au sein du club, des établissements scolaires mais aussi lors des compétitions est pris aussi en compte (voir règlement intérieur).

Dans l'intérêt de tous, ce projet ne peut pas se concevoir et vivre sans une totale confiance réciproque et une implication sans réserve du pilote mais aussi de sa famille.



**Les pilotes du centre d'entrainement et de la DN
2016-2017**

FONCTIONNEMENT

Projet SPORTIF

ENCADREMENT SPORTIF DE QUALITE

L'encadrement sportif est assuré par :

Arthur GARAND Ancien pilote Elite (entraîneur)

- Brevet d'état
- Entraîneur club

Salim AOUICHE (préparateur physique)

- Master 2 Préparation Physique et Réathlétisation
- Master 2 Nutrition et Sciences des Aliments
- Travaille aussi avec ASM-Clermont Rugby (section pro)

EMPLOI DU TEMPS SAISON 2016 / 2017 :

Les pilotes s'entraînent du lundi au vendredi après les cours.

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi Dimanche
Endurance Vélocité Technique Analyse Vidéo Repos post-compétition	Musculation Renforcement Musculaire	Technique	Musculation Renforcement Musculaire	Technique	Repos Stages Compétitions

DES INFRASTRUCTURES AU TOP

① **La Piste** répond aux normes internationales avec éclairage, grille sécurisée et systèmes de chronométrage (butte de départ, piste) :

✓ La piste est dotée en 2^{ème} ligne d'une **Section Challenge** doublée d'une **Section Pro** dessinées et conçues par Damien Godet.

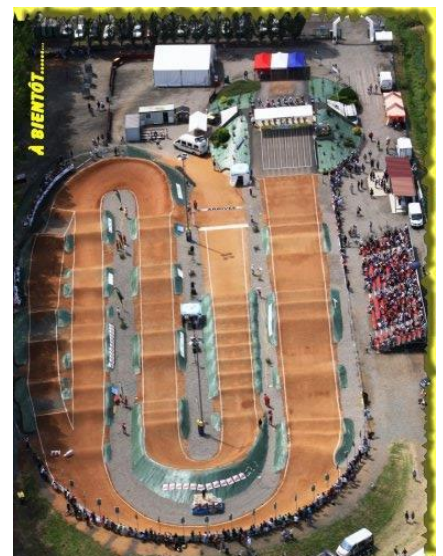
✓ **Un éclairage performant** nous permet de travailler selon de très larges créneaux horaires.

✓ Elle a accueilli **de nombreuses compétitions nationales et internationales**

✓ Elle est dotée **de virages en enrobé**

② **Un Pump Track**

③ **Un club House** au sein même de la piste. Il est doté d'une salle de réunion et d'étude, d'un bureau, de vestiaires Homme et Femme, de douches et wc.



④ **Un espace** est mis à disposition pour stocker les vélos (assurances comprises), le matériel et les tenues vestimentaires.

⑤ **Un complexe sportif** (150m de la piste) doté d'équipements multiples (**2 salles de musculation**, piste d'athlétisme...)

⑥ **Véhicules de transport** : 1 mini-bus, 2 remorques



PRESTATION SUPPLEMENTAIRES : Afin d'aider le pilote à aborder dans les meilleures conditions ses compétitions :

- ✓ **Séances vidéos*** avec TV grand écran et tablette
- ✓ **2 journées de stage ciblé*** ou **1 seul stage sur 2 jours** sont organisés (en 2014 : Saint Quentin en Yvelines et compétition à Sarrians ; 2015 : Nevers et Saint Quentin en Yvelines ; 2016 : stage cohésion Paint-Ball/compétition Gerzat et Saint Etienne, 2017 : stage Besançon et Sarrians), possibilités de stages supplémentaires à la charge du pilotes.
- ✓ **Présence d'un entraîneur sur la plupart des compétitions nationales***.
- ✓ **Assurances*** pour les vélos dans le local.
- ✓ **1 siège pliant*** par pilote pour les compétitions.
- ✓ **1 tente*** sur certaines compétitions (régionales/nationales/indoor selon les lieux)
- ✓ **Tenues vestimentaires*** (pantalon/maillots)
- ✓ **Interventions diverses selon demandes*** : réunions à thèmes nutrition, dopage (CREPS de Vichy), préparation mentale...

*** Prestations comprises dans la prise en charge du pilote**

Prestations non comprises : déplacement et hébergement des pilotes sur les compétitions nationales ou internationales ainsi que les frais d'inscription aux courses

Mais aussi en cas de nécessité :

- ✓ Organisation de séances de kinésithérapie (kinésithérapeute réfèrent à 500 m de la piste sur prescription médicale), médecin du sport.
- ✓ En cas de blessure, des séances personnalisées seront proposées au pilote
- ✓ Possibilité de consulter des professionnels du sport : une préparatrice mentale, un ostéopathe et kinésithérapeute



Projet SCOLAIRE

96 % de réussite aux examens (Baccalauréat, Brevet, Classes prépa) et 100% de réussite pour les passages en classe supérieur.

SUIVI SCOLAIRE (pour les collégiens et lycéens)

Les responsables du centre sont en relation avec **les établissements scolaires partenaires** (ou acceptant nos pilotes) et **les parents** pour permettre une collaboration efficace et profitable au pilote :

- ✓ suivi des résultats scolaires en relation avec les parents
- ✓ présence au conseil de classe (collège et lycée Marmilhat)
- ✓ si difficultés scolaires ou manque de travail : discussion avec les parents, mise en place soutien scolaire, rencontre avec les professeurs, suppression de séances d'entraînement

Nous organisons des études surveillées (par un assistant "scolaire" et non obligatoire) **de manière à ce que chaque pilote puisse faire ses devoirs et revoir ses leçons.**

Cela ne dispense pas le pilote de travail au domicile (week-end...) et lorsque l'emploi du temps scolaire le permet (heures de permanence entre les cours, mise à disposition de salle au collège pour travailler, salle à la piste...).

En cas de difficultés (après concertation parents / responsable du centre / entraîneur) : des entraînements peuvent être transformés en "études" afin de permettre au pilote de **prioriser** ses études et sa réussite scolaire.



ORGANISATION DU TEMPS DE TRAVAIL

Les pilotes font leurs devoirs scolaires "surveillés" (environ 5 heures par semaine du lundi au jeudi) avant ou après l'entraînement dans la salle du club house à la piste.

Après les cours les pilotes rejoignent la piste :

- En bus : **lycée Descartes de Cournon** (10-15 minutes)
- A pied : **lycée Louis Pasteur de Lempdes (Marmilhat) et collège de Lempdes** (10min).

Le soir, ils sont récupérés par les parents ou la famille d'accueil ou ramenés à l'internat.

ETABLISSEMENTS SCOLAIRES PARTENAIRES

Les établissements scolaires partenaires (ou acceptant nos pilotes) du Centre d'Entraînement sont :

- ✓ le collège Saint-Exupéry de Lempdes
- ✓ le lycée Descartes de Cournon d'Auvergne (section sportive avec horaires aménagés) (<http://lyc-rene-descartes.entauvergne.fr/presentation-du-lycee>)
- ✓ le lycée de Marmilhat / Louis Pasteur de Lempdes (<http://www.marmilhat.educagri.fr/>)

Les formations dispensées par les différents établissements sont disponibles sur les liens ci-dessus

Pour le lycée Descartes de Cournon, les élèves sont dans des classes dites "section sportive" afin d'avoir des horaires aménagés sous réserve d'accord du proviseur (pas de cours le samedi matin).

Pour le collège de Lempdes : pas de cours après 17h et pas de cours le samedi matin.

La dérogation à la carte scolaire est généralement accordée (sauf par faute de place dans les établissements scolaires). Une demande doit être soumise au plus tôt à l'Inspection Académique. Il incombe aux parents de prendre contact avec l'inspection académique (**motif déménagement**). Nous appuyons les candidatures auprès des proviseurs et rectorat en présentant le dossier scolaire si nécessaire.

Pour un projet scolaire différent, nous étudierons tous les cas (BTS, études supérieures, facultés...ou autres lycées). L'agglomération de Clermont-Ferrand permet un choix multiple d'études supérieures dans la plupart des domaines.

Cependant les pilotes devront venir par leur propre moyen à la piste (possibilités de covoiturage, bus, véhicule personnel...).

AU FINAL...

Des pilotes avec des conditions sportives au top pour progresser.
Des élèves motivés et sérieux pour réussir leur scolarité et assurer leur avenir professionnel.

