

# STAGE D'ENTRAINEMENT INTERCLUB DANS UNE OPTIQUE

## TROPHEE REGIONAL DU JEUNE VETETISTE

À VORGES

24-25-26 Avril 2014

### Club concernés :

- EC Chateau Thierry
- US CREPY CYCLISME
- A LAON BIKE
- VTT Compiègnois

### Nombre de participants :

- 1 poussin masculin
- 3 pupilles masculins
- 6 benjamins
- 1 benjamine
- 8 minimes masculins
- 1 minime féminine
- 3 cadets
- 2 cadettes
- 2 juniors

**Soit 27 jeunes .**

### Encadrement :

- CORCY Lucas – BF1 – BPJEPS AC mention VTT
- HEMMERY Ludovic - Champion de France 2006 et 2007 FFC Trial
- KIRNIAK Fabien – Encadrant A LAON BIKE
- LEFEVRE Jérôme – entraîneur Triathlon- BPJEPS stagiaire

## Déroulement du stage :

### *Jeudi 24 Avril : TRIAL*

Après un accueil dans la cour de l'école. Le groupe c'est dirigé vers le Mont Pigeon pour une journée de travail en milieu naturel.

Les jeunes ont été divisés en deux groupes de niveaux.

#### Groupe perfectionnement :

Groupe animés par Ludovic HEMMERY.

Travail du franchissement d'obstacle avec reprise de la technique du pédalage en 1 tour vu au stage précédent. Ce qui a permis d'acquérir la technique pour réaliser des enchaînements d'obstacles.

Travail du dévers, avec passage de virage en dévers, franchissement de dévers.

Et pour pimenter la journée en sensation, apprentissage de la descente abrupte.

#### Groupe initiation :

Groupe animés par Lucas CORCY.

Reprise des techniques du pédaler freiner sur des parcours qui mêlé virages serrés, mouvements de terrain et dévers).

Apprentissage du franchissement de passage étroit avec notion de vide.

Approche du franchissement d'Obstacle .

Pour finir la journée travail de la descente avec descente de marche.

### *Vendredi 25 Avril : TRIAL*

#### Matin

Travail en milieu artificiel.

Travail par atelier :

- atelier pédalé freiné
- atelier déplacement latéral roue avant
- atelier franchissement de palette
- atelier enchaînement de franchissements

Approche du Bunny up pour les plus jeunes et reprise du Bunny up vu au stage de Février pour les plus grands.

#### Après midi

#### **Mise en situation des jeunes sur 3 zones type TFJV au mont pigeon.**

Cette mise en situation as permis au jeune de se mettre dans les conditions d'une compétition.

Avec apprentissage du règlement pour les néophyte, gestion de la concurrence, apprentissage du repérage de zone.

*Classement Poussin/Pupille :*

Nom	Points	Class
De Almeida Dorian	12	1
Pernee Baptiste	10	2
Thierry Aubin	10	3
Coez Louis	8	4

*Classement Benjamin*

Nom	Points	Class
Verdoolaege Jehan	11	1
Poindron Anne	10	2
Couvernard Jules	4	3
Couvenard Louis	4	4
Mansier Tom	3	5

*Classement Minimes*

Nom	Points	Class
Pierre Camille	12	1
Pierret Gautier	11	2
Moutardier Hugo	11	3
Charbey Brice	10	4
Poindron Raphael	9	5
Lefaucheux Valentin	7	6
Taillard Ylian	7	7
Leclerc Florian	6	8
Thomas Laurent	3	9

*Classement Cadet/Junior*

Nom	Points	Class
Vigourt Stéphane	11	1
Zogata Julien	10	2
Roca Valentin	10	3
Bernard Yohann	8	4
Frey Marion	8	5
Liedorp Antonin	6	6
Poral Margot	3	7

*Samedi 26 Février : Descente*

**Entrainement sur descente aménagée à Vorges.**

Matin :

Travail de l'enchaînement de virage en descente avec un nouveau tracé. Et notamment les changements d'appuis et la trajectoire.

Travail du virage en dévers et de l'enchaînement du passage de marche en descente et de virage serrés.

Après midi :

Revus du travail du matin.

Travail des décrochages, du passage de virage relevé.

Puis application de la méthode « comment aborder un nouveau tracé ? » sur l'enchaînement virage, décrochage et virage relevé.

La pluie a écourté l'après midi, ce qui a permis de réaliser une belle partie de foot après rangement du matériel et fin des gouttes.

**Bilan financier :**

10 € par jeune et par jour.

**CONCLUSION**

Les organisateurs sont heureux de voir un nouveau club se joindre au stage.

Un beau stage où on a pu voir une belle progression du groupe initiation en maniabilité /trial depuis le dernier stage. Cependant nous avons pu remarquer l'absence de travail des jeunes du groupe perfectionnement entre le dernier stage et celui-ci, **ce manque de travail est expliquer par l'absence d'objectif depuis la décision de la non sélection d'une équipe Picarde au TFJV 2014 par le comité de Picardie FFC . Ce qui n'a pas empêché de continuer la démarche de progression !**

Une mise en situation Trial très enrichissante en expérience pour les jeunes.

Un travail de descente très intéressant en terme d'approche de nouveaux tracés (réflexion de la trajectoire, des appuis)

## Objectifs de progression :

### Trial :

Travailler régulièrement, seul un travail régulier (hebdomadaire) porte ses fruits en termes de franchissement, pédalé freiné, déplacements, équilibre, Bunny Up ...  
Réaliser des mises en situation au sein de vos clubs, ce ne sera qu'enrichissant.

### Descente :

Prendre son temps lors des repérages afin de trouver la meilleure trajectoire en adéquation avec sa maîtrise technique.

**Le travail a été réalisé avec le matériel de protection du site vtt Oxyg'Aisne, le comité régional FFC ayant refusé de mettre à disposition les protections. Merci pour les jeunes licenciés FFC, les parents ont appréciés .**



Photos de Groupes





Travail du Bunny Up !



Mise en situation sur Zone  
Type TFJV.



Approche du Franchissement d'obstacle.



Photo de Groupe en tenue.



Enchaînement de virage dont des virages relevés.



On écoute les conseils !