

COMMUNIQUÉ FFC

Montigny-le-Bretonneux, le 23 juin 2023

LANCEMENT DU MEMENTO CYCLISME SUR ROUTE

Le « *Memento cyclisme sur route, guide de formation du/de la cycliste sur route* » a été officiellement lancé à l'occasion des championnats de France de cyclisme sur route à Cassel par le Président de la Fédération Française de Cyclisme, Michel CALLOT, et par son Directeur Technique National, Christophe MANIN.

Cet ouvrage, conçu par la Direction Technique Nationale, et co-écrit par les entraîneurs nationaux et les experts de la discipline, s'inscrit dans la continuité du Memento Piste et de celui du VTT, publiés en 2022. Cet ouvrage vise à accompagner les éducateurs des écoles françaises de cyclisme de la FFC, et plus largement tous les entraîneurs qui œuvrent à la formation des jeunes cyclistes.

En s'appuyant sur des fondements scientifiques et en proposant des exemples très concrets de progressions pédagogiques ce Memento a vocation à répondre aux questions que se posent tous les entraîneurs de terrain ou ceux en formation. Au travers de nombreux chapitres thématiques, seront abordées les différentes facettes de la formation du cycliste.

Ce memento, de 336 pages, comprend notamment :

- ⇒ 10 chapitres thématiques pour une approche 360° de la formation des jeunes coureurs (sécurité, pédagogie, matériel, entraînement, spécificité du cyclisme féminin, habiletés mentales, nutrition...)
- ⇒ Une progression pédagogique par catégorie d'âge et un tableau synoptique synthétique avec toutes les étapes de formation d'un jeune cycliste sur route
- ⇒ 52 fiches pratiques de séances, des catégories U13 à U19
- ⇒ De nombreux liens vers des vidéos et des ressources documentaires
- ⇒ Des témoignages exclusifs de champion (J. ALAPHILIPPE, A. CORDON-RAGOT, etc.)

Pour Michel CALLOT, « *passer d'une culture de l'oral à celle de l'écrit est un engagement de mandat. Je me réjouis donc de la publication de ce Memento Route, après celui de la Piste et du VTT. C'est la traduction du concept « d'expertise française » que nous portons, avec une vision de la formation des jeunes coureurs. La Fédération Française de Cyclisme est ici pleinement dans son rôle de formation des coureurs et de leur accompagnement vers le plus haut niveau* ».

Pour Christophe MANIN, « *ce memento vient formaliser une vision de la Formation des coureurs sur route, avec des principes et règles d'action exposés très tôt comme un fil rouge de l'ouvrage. Les différents chapitres permettent d'aborder toutes les facettes de la formation des jeunes. Cet ouvrage a vocation à être le livre de chevet des éducateurs et entraîneurs en formation d'Etat (DE et DESJEPS) mais aussi en formation fédérale (Educateur et Entraîneur Route)* ».

Le memento est disponible sur la boutique au prix de 49€ TTC : <https://efc.doublet.fr/memento-route-efc>



À propos de la Fédération Française de Cyclisme. Créée en 1881, la Fédération Française de Cyclisme est une fédération sportive olympique agréée et délégataire du Ministère des Sports. Elle a pour mission l'organisation, la promotion et le développement, sur tout le territoire français, du sport cycliste sous toutes ses formes. Elle regroupe plus de 2500 clubs affiliés et compte près de 110 000 licencié.e.s. La FFC, c'est également 12 disciplines fédérales :

cyclisme sur route, cyclisme sur piste, VTT, BMX Racing, BMX Freestyle, Cyclo-cross, Pumptrack, E-Cycling, Polo vélo, Gravel, cyclisme en salle et vélo couché.

Son siège social est implanté au sein du Centre National du Cyclisme, à Saint-Quentin-en-Yvelines, Pôle France qui accueillera les épreuves de Cyclisme sur piste et de BMX Racing lors des Jeux Olympiques de Paris 2024.

Contacts : Communication FFC

Sylvie Pasqualin – s.pasqualin@ffc.fr / Tel : 06 07 89 87 46

Audrey Charpigny – a.charpigny@ffc.fr / Tel : 06 99 18 08 94

Fédération Française de Cyclisme

Vélodrome National de Saint-Quentin-en-Yvelines

1, rue Laurent Fignon

78180 Montigny-le-Bretonneux

www.ffc.fr

