



Le pense bête de pilote

BMX LPM Saison 2023/2024



Sommaire



Le BMX Race c'est
quoi ?



Présentation du
Bmx LPM



Présentation des
groupes
d'entraînements



Les entraîneurs



Les équipes
sportives du Club



Les évènements à
venir



Nos Sites
partenaires



Les annexes

Le BMX Race c'est quoi ?

- Le BMX Race ou Bicross (bicycle moto cross) est une course entre huit concurrents qui doivent parcourir une piste de 340 à 400 m. Cette piste a la particularité d'être parsemée de bosses qui, soit se sautent, soit s'enroulent par cabrage du vélo sur la roue arrière.
- C'est un sport acrobatique et spectaculaire qui demande des qualités techniques et physiques telles que la vélocité, la puissance, l'explosivité et l'endurance.



Présentation du Bmx LPM

- Nous comptons à ce jour près de 200 licenciés de 2 ans (groupe draisienne) à plus de 50 ans (groupe senior).
- Avec ce nombre de licenciés, le BMX club LPM s'inscrit comme étant le club cycliste le plus important de la région.
- Notre association est gérée par un comité Directeur composé de 11 membres actifs au sein duquel a été élu le bureau, soit un président, un vice-président, un trésorier, une secrétaire (dirigeants bénévoles).
- Le club est aussi aidé par de nombreux bénévoles volontaires et solidaires qui sont pour la plupart des parents de pilotes.
- Côté entraîneurs, le groupe est composé d'un DE diplômé d'état, de deux entraîneurs diplômés BPJEPS, ainsi que des éducateurs BF.



Les 10 commandements

1 - Je me rappelle que mon enfant fait du sport pour son plaisir et non le mien.

2 - Je le sensibilise au fait qu'il y a une opportunité d'évolution dans chaque situation, qu'elle soit connotée positivement ou négativement (victoire ou défaite)

3 - Je ne critiquerai jamais mon enfant sur une erreur ou une défaite lors d'une compétition. Je le soutiendrai, lui ferai un feedback positif et motivant.

4 - Je respecterai les coéquipiers de mon enfant, ses adversaires, les arbitres, les bénévoles.

5 - Je n'oublierai pas que mon enfant n'est pas un professionnel miniature et par conséquent, il ne peut pas être évalué avec les mêmes critères qu'un professionnel.

6 - Je ne remplacerai pas le coach et lui ferai confiance quant à ses compétences.

7 - Je ne transfère pas mes envies de réussite ou ma carrière rêvée sur lui...

8 - Mon enfant n'est pas responsable de mes propres frustrations en cas de non-réussite, c'est à moi de gérer mes propres états d'âme.

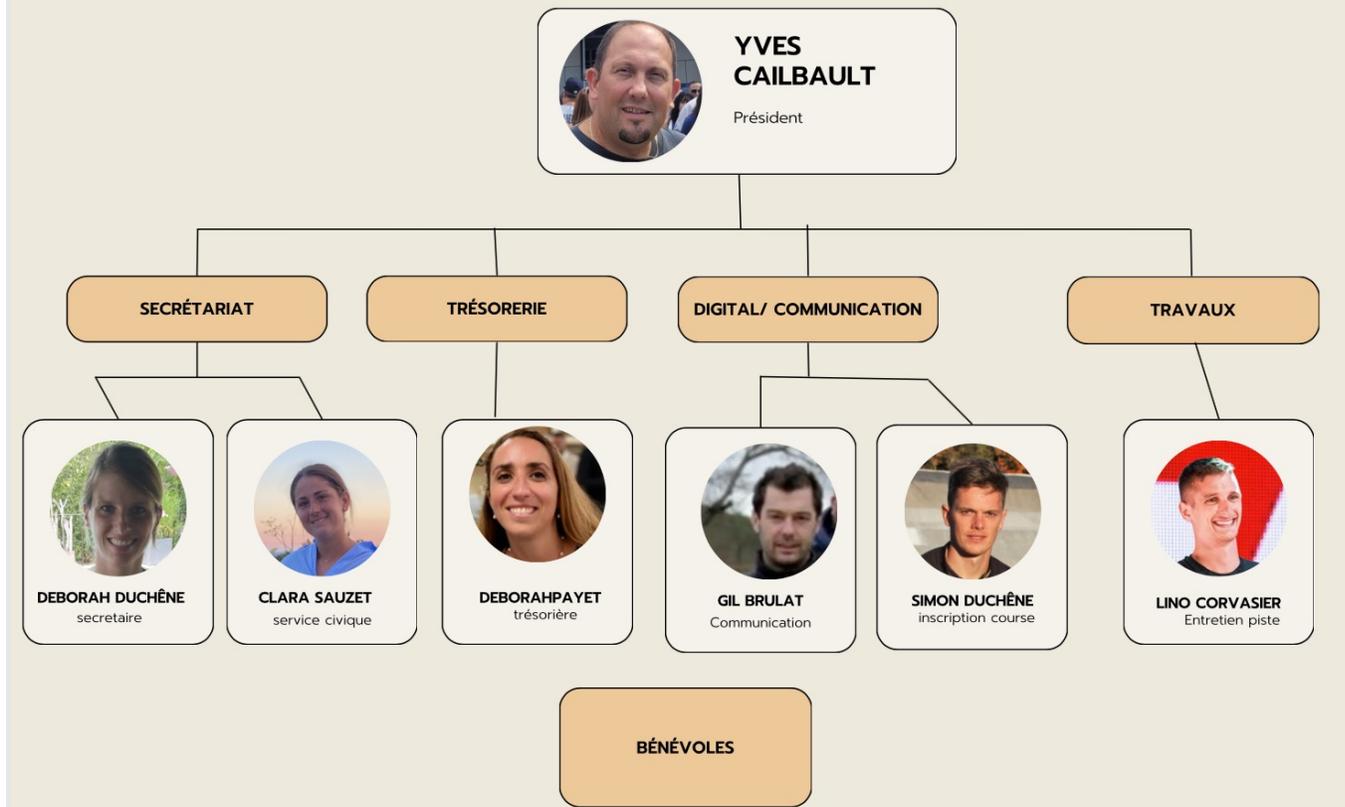
9 - J'aime mon enfant de façon inconditionnelle.

10 - Je laisse à mon enfant un espace d'autonomie et de développement.

Le bureau

LE BUREAU

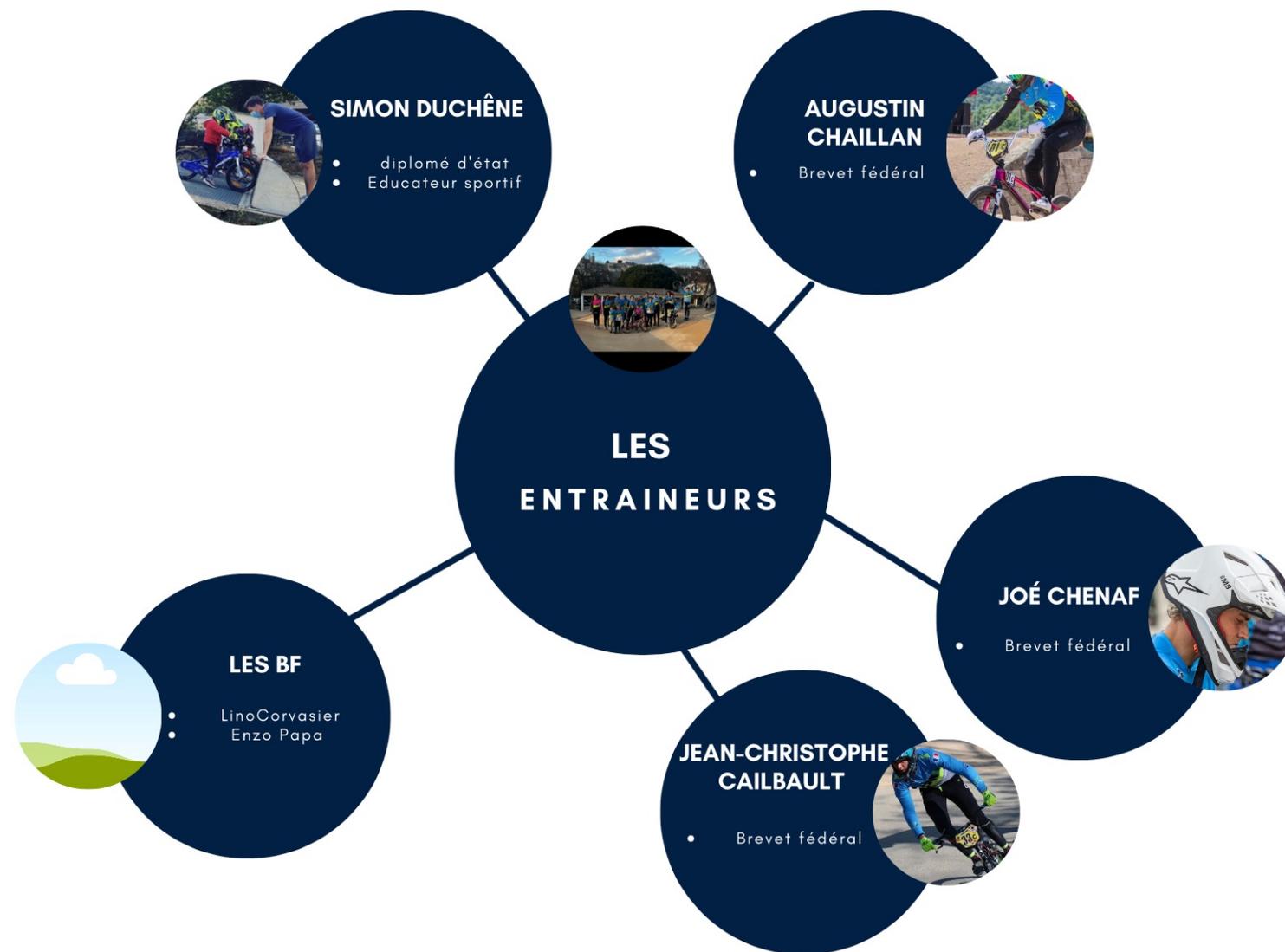
BMX LPM



Présentation des groupes d'entraînements



Les entraîneurs



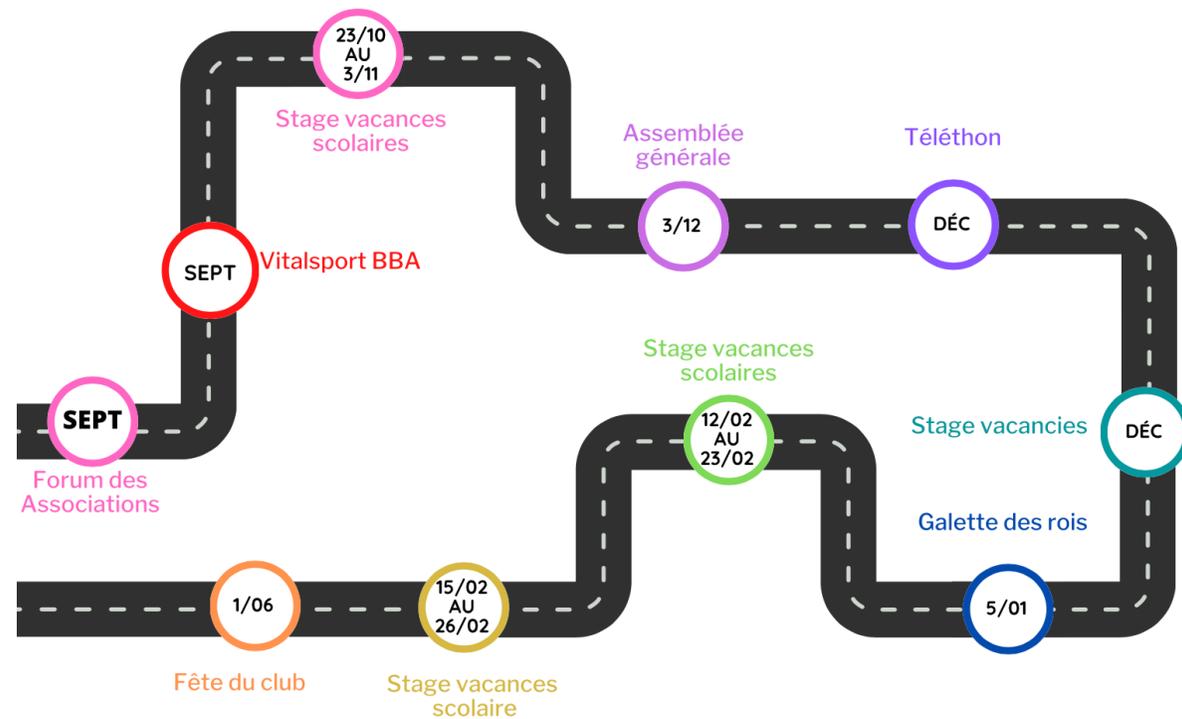
Les équipes sportives

- La Team LPM « compétition », Elle contient 13 jeunes compétiteurs motivés. Elle a pour objectifs d'unifier notre groupe compétition lors des compétitions et de mettre en avant nos futurs champions
- La DN LPM (équipe nationale), Son objectif est d'accompagner dans sa totalité les pilotes élites et juniors (meilleure catégories) a atteindre leurs objectifs (Championnat France, Europe, monde et JO)



Les évènements à venir

AGENDA BMX LPM



Nos Sites partenaires



<https://www.frenchys-distribution.com/fr/>



<https://www.extreme-bikes.fr>

Les annexes



Mon équipement de BMX



Mon guide de la compétition
(disponible au bureau du club)

Ce que je dois avoir
à chaque
entraînement

