



E.C.V.V.T.

Entente Cycliste Vernouillet, Verneuil, Triel

2023 / 2024

Notre club, association « Loi 1901 », est affilié à la FFC et compte actuellement environ 100 licenciés.

La vocation première du club est la formation des jeunes à travers notre école de cyclisme ainsi que le développement de la pratique du cyclisme.

Le club est animé par une dizaine de membres tous bénévoles. Il est subventionné par les communes de Vernouillet, Verneuil, Triel sur Seine et le Conseil Général des Yvelines,

Il est aidé par les sociétés suivantes :



Cabinet Marchaux
Cabinet Gaubert



1-Ecole de cyclisme :

- **De 6 ans à 12 ans, l'initiation à toutes les disciplines du vélo et la préparation à la compétition.**

Les Catégories

U9	7/8 ans
U11	9/10 ans
U13	11/12 ans

Les activités

Jeux d'adresse	Cyclo-cross
Vitesse	Route
VTT Cross-country	

L'encadrement

L'enseignement est dispensé par des entraîneurs fédéraux diplômés et secondés par des aides éducateurs.

L'entraîneur principal assure la cohérence des entraînements des différents groupes.

Les entraînements

Ils ont lieu le **samedi matin**, principalement dans le parc des Buissons à Vernouillet (horaire en fonction du groupe à voir avec l'entraîneur, normalement de 9h45 à 12h).

Pour des raisons d'organisation et de sécurité nous vous demandons de respecter ces horaires.

En cas de retard n'hésitez pas à prévenir l'entraîneur sur son téléphone portable.

Un planning détaillé des entraînements est mis à disposition des adhérents tous les mois. Il est précisé le lieu de rendez-vous et le type d'activité. Lisez-le attentivement car le lieu des entraînements diffère suivant l'activité.

En règle générale lieu d'arrivée et lieu de départ sont identiques.

Les entraînements sont ciblés en fonction de la période de l'année : VTT et Cyclo-cross en automne et en début d'hiver, route au printemps et en été.

L'accent est mis tout particulièrement sur les jeux d'adresse afin de faire acquérir aux enfants une très bonne maîtrise de leur vélo.

Important => En aucun cas vous ne devez laisser seul votre enfant sur un site sans la présence d'un entraîneur.

Les compétitions

Le planning vous donne toutes les informations nécessaires sur les compétitions, date, lieu, horaire, type d'épreuve. Les inscriptions se font auprès des entraîneurs.

Une compétition par mois peut être prévue par les entraîneurs.

Le club présente une ou plusieurs équipes, composées de ses meilleurs éléments au niveau départemental, puis régional et national en cas de qualification.

Des rencontres Inter-écoles se déroulent tout au long de l'année, chaque enfant peut y participer quel que soit son niveau. Ces rencontres se déroulent le samedi ou le dimanche.

Sur certaines compétitions, la présence de tous nos licenciés est fortement recommandée.

Transport

Les parents doivent prendre impérativement en charge le transport de leur enfant sur le lieu des compétitions.

Si pour une raison exceptionnelle, vous ne pouvez pas assurer le transport de votre enfant, il pourra être pris en charge soit par les entraîneurs, soit par d'autres parents en fonction des places disponibles.

Le stage

Un stage facultatif peut être proposé à Pâques pendant les vacances scolaires. Une participation financière sera demandée.

2 - Jeunes

➤ U15, 13/14 ans compétition sur route.

Cette section implique obligatoirement une assiduité aux entraînements ainsi qu'une participation minimum aux compétitions qui ont lieu du mois de mars au mois de juin.

Un calendrier concernant la nature de l'entraînement, les horaires, les lieux de compétitions est mis à disposition sur notre site internet www.ecvvt.fr. Les inscriptions aux compétitions sont à la charge du Club.

Les entraînements ont lieu :

- **Hiver** => mercredi et samedi de 14 h 30 à 16 h 30
- **Printemps** => mercredi et samedi de 14 h 30 à 17 h00
- **Les compétitions** ont lieu principalement le dimanche matin ou après-midi.
- **En hiver VTT et Cyclo-cross** font partie des entraînements.
- **Distance** pour les entraînements sur route entre 30 et 50 km.

Un **stage facultatif** mais fortement conseillé peut être proposé pendant les vacances scolaires du premier semestre dans le midi de la France. Une participation financière est demandée.

Transport

Les parents doivent prendre impérativement en charge le transport de leur enfant sur le lieu des compétitions.

Si pour une raison exceptionnelle, vous ne pouvez pas assurer le transport de votre enfant, il pourra être pris en charge soit par les entraîneurs, soit par d'autres parents en fonction des places disponibles.

➤ **U17 15 / 16 ans, compétitions sur route.**

Cette section implique obligatoirement une assiduité aux entraînements ainsi qu'une participation minimum aux compétitions qui ont lieu du mois de mars au mois de septembre.

Un calendrier concernant la nature de l'entraînement, les horaires, les lieux de compétitions est mis à disposition sur notre site internet www.ecvvt.fr. Les inscriptions aux compétitions sont à la charge du Club.

Les entraînements ont lieu :

- **Hiver** => mercredi et samedi de 14 h 30 à 17 h
- **Printemps** => mercredi et samedi de 14 h 30 à 17 h 45
- **Les compétitions** ont lieu principalement le dimanche matin ou après-midi.
- **En Hiver**, préparation physique, VTT et Cyclo-cross font partie des entraînements.
- **Distance** pour les entraînements sur route entre 45 et 80 km.

Un **stage facultatif** mais fortement conseillé peut être proposé pendant les vacances scolaires du premier semestre dans le midi de la France. Une participation financière est demandée.

Transport

Les parents doivent prendre impérativement en charge le transport de leur enfant sur le lieu des compétitions.

Si pour une raison exceptionnelle, vous ne pouvez pas assurer le transport de votre enfant, il pourra être pris en charge soit par les entraîneurs, soit par d'autres parents en fonction des places disponibles.

3 - Cyclisme pour tous

4.1 Compétitions route (17 ans et plus, ACCESS)

Cette section est destinée à ceux ou celles qui souhaitent participer à des compétitions sur route du type départementale FFC ou Cyclosporatives.

Un correspondant prend en charge les inscriptions aux compétitions.

Un planning mensuel détaillé des entraînements et des Cyclosporatives est disponible sur le site internet.

Un certificat médical est indispensable pour l'obtention de la licence. Il devra porter la mention « pratique du cyclisme en compétition »

4.2 Licences sport

Cette section **est ouverte à tous**, elle n'a pas pour but de faire de la compétition. Elle s'adresse en priorité à ceux ou celles qui souhaitent rouler avec un groupe de leur niveau.

Le départ se fait du parking des Buissons à Vernouillet le **dimanche matin**. La vitesse moyenne va de 22 km/h à 30 km/h en fonction des groupes et la distance varie de :

- ✓ **Groupe 1** : de 80 à 130 km en fonction des saisons.
- ✓ **Groupe 2** : de 60 à 100 km en fonction des saisons.

Le retour est prévu vers 12h30, l'heure du départ varie en fonction de la distance à parcourir.

Sur décision de leur encadrement, des enfants d'école de cyclisme de la catégorie U15, U17 pourront se joindre à l'un des groupes.

Des participations à une sélection d'épreuves cyclosporatives sont proposées.

Un planning mensuel détaillé des sorties Cyclo loisirs est disponible sur le site internet en début de chaque mois.

Un certificat médical est indispensable pour l'obtention de la licence.

A l'exception des licences « sport loisir » Il devra porter la mention « pratique du cyclisme en compétition ». Il est recommandé d'utiliser le modèle proposé par la FFC et de le faire remplir par le médecin.

La licence FFC « epreuve de masse » simplifie l'accès aux épreuves cyclosporatives.

5 - Tarif Saison 2023/2024

Le renouvellement de la licence et l'adhésion au club doit être fait, si possible, durant les forums des Associations en septembre et **au plus tard le 30 Novembre 2023**.

Les saisons de l'école de cyclisme sont calées sur les années scolaires (septembre à juin). Les licences des autres catégories sont valables pour les années civiles.

CATEGORIES	AGE	ANNEE	LICENCE	ADHESION	TOTAL
<u>Licence Ecole de vélo</u> U9 à U13	7 à 12 ans	2012 à 2017	59 €	73 €	132 €
<u>Licence Jeunes</u> U15 / U17	13 à 16 ans	2008 / 2011	59 €	113 €	172 €
<u>Licence compétition</u> <u>ACCESS</u> 1 ^{ère} , 2 ^{ème} , 3 ^{ème} et 4 ^{ème} catégorie en Dpt FFC	Plus de 17 ans		77 €	105 €	182 €
Licence sport Épreuve de masse	Plus de 17 ans		59 €	73 €	132 €
Licence Sport Loisir	Plus de 17 ans		59 €	73 €	132 €

POUR TOUTE INSCRIPTION, la fourniture des documents suivants est demandée :

- Demande de licence (à faire sur le site FFC <https://licence.ffc.fr/>). Un certificat médical peut être demandé par la FFC pour délivrer la licence.
- Fiche d'adhésion,
- Fiche sanitaire pour les jeunes.

Règlements par chèque à l'ordre de l'E.C.V.V.T., règlement en ligne sur le site web. Nous acceptons également les chèques ANCV et les coupons Pass +.

6 - Vêtements :

Nous proposons une gamme de vêtements aux couleurs du club, adaptées à la pratique de notre sport. Toute participation à une compétition doit se faire sous les couleurs du club.

Lors de l'adhésion, un maillot manche courte et une veste thermique aux couleurs du club seront proposés pour un montant de 80 € pour les jeunes (moins de 16 ans : école de vélo, minimes et cadets) et de 100 € pour les adultes. Les vêtements sont repris et remboursés pour les jeunes si l'activité est arrêtée dans les six mois (vêtements en bon état).

Les descriptifs des différents vêtements proposés et leurs tarifs sont disponibles sur le site du club.

7 - Matériel

Deux types de vélo sont utilisés pour les entraînements des jeunes:

- VTT pour le Trial, VTT, cyclo-cross (si pas de vélo spécifique)
- Vélo de route pour les jeux d'adresse, la vitesse, la route, ainsi que le cyclo-cross (Pneus spécifiques).

Le braquet ne peut dépasser :

- 5,60 m pour les catégories : U9 à U13
- 6,14 m pour la catégorie U15

Avant de procéder à un achat neuf ou d'occasion prenez contact avec un entraîneur qui saura vous conseiller.

Le club propose **une formule de location** pour la saison (15/09 au 30/06) pour un coût annuel de :

Vélo « KID »	70 €
Vélo « JUNIOR »	92 €
Vélo « COURSE »	120 €
Vélo « COMPETITION »	150 €
Vélo « CARBONE »	200 €

Un chèque de caution non encaissé (d'un montant de 250 € à 500 € en fonction du vélo) sera également demandé.

Pour des raisons de sécurité l'entraîneur se réserve le droit de refuser tout enfant se présentant aux entraînements avec un matériel défectueux.

8 - Habillement

Dans tous les cas, le port du casque est obligatoire.

En hiver :

- Cuissard long.
- Maillot de corps thermique (Damart ou autres).
- Maillot manche longue.
- Veste thermique du club.
- Gants longs.
- Chaussettes thermiques.
- Bonnet sous casque.
- Couvre chaussures.
- Cape de protection transparente (en cas de pluie).

En été

- Cuissard court du club (si possible).
- Maillot manches courtes du club.
- Gants courts.
- Socquettes.

9 - Accessoires

1 Chaussures :

- Pour les U9 des baskets sont suffisantes.
- Pour les autres catégories, il est très fortement recommandé d'utiliser des chaussures de cyclisme.

2 Pédales :

- En fonction des chaussures et des cales utilisées. Nous recommandons pour les jeunes U9 à U13 des pédales automatiques VTT qui sont plus faciles à utiliser et qui permettent la marche.
- Pour les autres catégories, pédales de route.

3 **Compteur** : Pour les U15/U17, un compteur kilométrique (avec une fonction cadence de pédalage) serait un plus.

4 **Cardio-fréquence mètre** : Très utile voir **indispensable** pour les entraînements sur route (U15/U17)

Lors des entraînements chaque enfant / adulte doit avoir avec lui :

- Un vélo propre, en bon état avec les pneus gonflés.
- Une chambre à air de rechange (adaptée à la taille des pneus).
- Des barres céréales.
- Une boisson non gazeuse (eau de préférence avec éventuellement du jus de fruit).

10 - Section mobilités douces

Le club met en place une section mobilité douces. Son objectif est de favoriser la pratique du vélo pour tous avec les actions suivantes :

- Atelier de maintenance et réparation de vélos ouvert à tous
- Participations aux actions locales visant au développement des mobilités douces
- Récupération, remise en état et revente de vélos.
- Des sorties sur des distances de 30 km environ pourront être proposées en fonction des demandes.

Plus d'informations sur le site du club.

11 - Informations utiles

Siège social : ECVVT
La Maison des Associations
« Les Buissons »
83, boulevard de l'Europe
78540 VERNOUILLET

Président : Thierry PASSIEUX
15, rue de Triel
78570 CHANTELOUP LES VIGNES

Local club : Parc des Buissons
83, boulevard de l'Europe
78540 VERNOUILLET

Le club possède son site internet www.ecvvt.fr et vous y trouverez les informations suivantes : les résultats, le calendrier des entraînements, des photos, les contacts

Président	Thierry PASSIEUX	06.78.42.84.14	president.ecvvt@gmail.com
Secrétaire	Sylvain MOISON	06 50 73 21 48	sylvainmoison@yahoo.fr
Trésorier	Marguerite CALAIS	06 80 55 40 95	marguerite.calais@gmail.com
École de Cyclisme	Vincent CANON	06 70 03 83 41	vincentcanon@hotmail.com
U15 – U17 - Access	Philippe JACQUET	06 72 76 35 46	pjacquet92000@gmail.com
Cyclotourisme	Dominique GOUTARD	06 16 93 82 94	goutard78@gmail.com
Mobilités douces	Benoît CALAIS	06 72 65 95 44	benoit.calais@gmail.com