Siège social :
UCTT
Maison des Associations
Rue du Docteur Tournaire
26600 TAIN-L'HERMITAGE

Locaux :
UCTT
2 Allée Pierre de Coubertin
07300 TOURNON SUR RHÔNE
Tel : 06.40.34.59.65

REGLEMENT INTERIEUR DE L'ECOLE DE CYCLISME

L'UCTT est un club reconnu et réputé tant au niveau de ses coureurs, ses résultats, son encadrement que de son ambiance. Cet ensemble ne peut s'obtenir que si des règles strictes cadrent nos activités… d'où l'existence de ce règlement.

Objet :
L'école de vélo de l'UCTT est une structure qui propose une initiation et une formation des jeunes, dans le cadre de la découverte du cyclisme à travers des activités de loisir et de compétition.

Situation :
L'Ecole de cyclisme est une structure dépendante de l'UCTT affiliée à la FFC sous le numéro 41 26 013.
L'école de cyclisme de l'UCTT a le label « Ecole Française de Cyclisme ».

Fonctionnement :
Capacité d'accueil :
La capacité d'accueil est fixée à 36 jeunes, l'âge minimum requis est de 5 ans.

Jours et heures d'ouverture :

Périodes	Catégories	Jours et heures	Activités
De début septembre à fin octobre	Pré-licenciés, poussins, pupilles, benjamins, minimes	Le samedi de 14h00 à 16h00 (en dehors des jours de compétition)	Activité VTT
De début novembre à fin février	Pré-licenciés, poussins, pupilles, benjamins, minimes	Le samedi de 14h00 à 16h00 (en dehors des jours de compétition)	Activité VTT
	Benjamins, minimes	le mercredi de 13h30 à 16h00	Préparation physique générale
De début mars à fin juin	Pré-licenciés, poussins	Le mercredi de 11h00 à 12h00 Le samedi de 14h00 à 16h00 (en dehors des jours de compétition)	Activité Route
	Pupilles, benjamins, minimes	Le mercredi de 17h00 à 18h30 Le samedi de 14h00 à 16h00 (en dehors des jours de compétition)	Activité Route

Les rendez-vous se font toujours 15 minutes avant le début de la séance.
L'école est fermée pendant les grandes vacances, un stage est organisé à la journée durant chaque période de vacances, généralement la première semaine.

Trajet :
Les trajets, domicile-local UCTT-domicile s'effectuent sous l'entière responsabilité des parents.

Responsable :
Salomé Dujardin est la responsable de l'Ecole Française de Cyclisme, elle anime les séances avec les éducateurs et parents accompagnateurs de l'UCTT. La liste des encadrants est affichée au club (diplômés ou ayant suivi une première formation de parent accompagnateur). Les parents (autres que ceux figurant sur la liste) ont la possibilité d'accompagner les jeunes durant les entraînements uniquement s'ils ont l'accord préalable de la responsable de l'école et s'ils ne s'immiscent pas dans l'organisation des séances. Ils ont donc comme fonction d'assister les éducateurs et parents accompagnateurs en particulier au niveau de la sécurité.
Les parents souhaitant recevoir une formation de base de parent accompagnateur doivent se signaler auprès de Salomé.

Siège social :
UCTT
Maison des Associations
Rue du Docteur Tournaire
26600 TAIN-L'HERMITAGE

Locaux :
UCTT
2 Allée Pierre de Coubertin
07300 TOURNON SUR RHÔNE
Tel : 06.40.34.59.65

Ecole Française de cyclisme - Compétition – 30e Saison

Admission :

Adhésion :

Pour être admis, le jeune doit avoir souscrit une licence FFC à l'UCTT et avoir réglé sa cotisation. Un minime (U15) qui démarre en école de cyclisme et qui passe en section compétition aux vacances de la Toussaint régularisera la montant de sa cotisation (+60€) au moment de son passage.

Age :

L'école de vélo s'adresse aux jeunes enfants (garçons et filles) à partir de 5 à 14 ans, possédant un vélo adapté (VTT), réglé à leur taille et en état de fonctionnement (freins, dérailleur…), pour la route, un vélo pourra être loué par le club.

Inscription :

Lors de l'inscription, un dossier est remis aux parents. Ils devront le retourner complété et signé.

Période d'essai :

Dans la mesure où un jeune désirerait découvrir l'école de cyclisme avant de s'inscrire au club (non licencié), il pourra effectuer un maximum de 3 séances avant de prendre sa décision.

Habillement :

Lors de son inscription définitive, le jeune se verra remettre un maillot manches courtes et un cuissard aux couleurs du club. La tenue complète du club devra être portée lors des compétitions (Règlement FFC). Lorsque ces derniers seront trop petits, ils lui seront échangés. **Si le jeune quitte l'école de cyclisme, il rendra sa tenue**. Si en cours de saison, la tenue s'avère trop petite, elle pourra être échangée contre une tenue déjà portée.
Des tenues sont en vente au club si le jeune veut une tenue supplémentaire ou compléter son équipement.

Vie à l'école de vélo :

Comportement

L'encadrement de l'école de vélo prend toutes les dispositions nécessaires pour garantir la sécurité des jeunes qui lui sont confiés avec en particulier :

- La vérification des organes de sécurité sur le vélo
- Le port du casque qui est obligatoire
- Le respect des règles de vie communes (respect d'autrui, du matériel, discipline lors des séances, assiduité aux cours, prudence)

En cas de non-respect de ces consignes, l'encadrement sera amené à prendre des mesures adaptées qui peuvent aller jusqu'à l'exclusion temporaire, voir définitive après en avoir informé les parents (sans remboursement de la licence et de la cotisation).

Liste du matériel :

Les jeunes doivent avoir à chaque séance, le matériel dont la liste est donnée ci-dessous :

- Casque adapté, réglé et conforme aux normes en vigueurs
- Vélo en bon état (freins, pneus, transmission, braquets adaptés)
- Ravitaillement liquide
- Gants
- Vêtements adaptés aux conditions climatiques.

Progression :

La progression ne pourra se faire sans une présence assidue aux séances d'entraînement et aux compétitions. Un appel sera fait à chaque entraînement, et les plus assidus se verront récompensés lors de l'AG de l'UCTT.

Siège social :
UCTT
Maison des Associations
Rue du Docteur Tournaire
26600 TAIN-L'HERMITAGE

Locaux :
UCTT
2 Allée Pierre de Coubertin
07300 TOURNON SUR RHÔNE
Tel : 06.40.34.59.65

Ecole Française de cyclisme - Compétition – 30e Saison

Compétitions :

L'école de cyclisme de l'UCTT participe à deux trophées qui regroupent 6 à 9 épreuves. La participation à ces épreuves fait partie de l'apprentissage du jeune cycliste. **Nous insistons sur l'importance de participer à ces épreuves pour favoriser l'esprit d'équipe, et permettre aux jeunes de progresser ensemble**.

Récompenses :

Chaque manche du trophée donne lieu à un classement général individuel et par équipe, à l'issue de chacune des manches, le classement du trophée est mis à jour. A la fin du trophée, les 3 premiers de chaque catégorie sont récompensés et le meilleur club remporte le trophée.

Sur chacune des manches, tous les participants sont récompensés. Les 3 premiers gagnent généralement une coupe.

Il est demandé aux jeunes d'assister à l'ensemble des remises des prix des courses auxquelles ils ont participé. Il devront porter le maillot du club lors de ces remises.

Déplacement sur les courses :

A l'approche d'une épreuve, un rendez-vous est donné au local, un second est donné directement sur le site de la manche. Les parents ont donc la possibilité de rejoindre en convoi le lieu de la compétition (possibilité de covoiturage) ou d'y aller directement. L'UCTT met généralement à disposition son camion pour transporter les jeunes et leur vélo si les parents ne peuvent pas les accompagner.

Engagements :

Salomé s'occupe des engagements aux compétitions, lors des entraînements qui les précèdent. Cela implique qu'un jeune doit participer aux entraînements pour participer aux compétitions. En cas doute, l'engagement peut se faire sur place (un jeune qui s'engage à l'avance se doit d'être présent sur la compétition).

Trophée Régional du jeune cycliste :

Dans le courant du mois d'avril une sélection des meilleurs jeunes du département est faite par le comité Drôme. Les critères de sélection sont : l'assiduité aux compétitions, les résultats cyclo-cross et route, la participation aux stages, le comportement. Cette sélection permet au jeune d'intégrer l'équipe Drôme pour participer au trophée régional du jeune cycliste qui regroupe les 12 départements de la région Auvergne-Rhône-Alpes. Les meilleurs coureurs de ce trophée régional auront peut-être la chance d'être sélectionné en équipe Rhône-Alpes pour participer au trophée France.

Participation des parents :

Nous encourageons les parents à nous aider au bon fonctionnement du club. Cela peut se faire notamment en participant à l'organisation de nos épreuves (n'oublions pas que tous les encadrants et dirigeants du club sont bénévoles et œuvrent pour proposer une activité de qualité à votre enfant). Ces « coups de mains » sont souvent de bons moments pour tous où l'esprit club prend tout son sens.

Communication :

La communication se fait essentiellement par mail, évitez les coups de téléphone tardifs ou inutiles, les encadrants et dirigeants ne gèrent pas que votre enfant.

Siège social :
UCTT
Maison des Associations
Rue du Docteur Tournaire
26600 TAIN-L'HERMITAGE

Locaux :
UCTT
2 Allée Pierre de Coubertin
07300 TOURNON SUR RHÔNE
Tel : 06.40.34.59.65

Ecole Française de cyclisme - Compétition – 30e Saison

NE PAS OUBLIER… (POUR LES JEUNES)

Pour les entrainements

- Si je veux progresser et m'amuser tout au long de la saison, je dois venir aux entraînements, même si je n'ai pas trop envie ! Si toutefois je suis malade, mieux vaut rester bien au chaud !
- Je dois être à l'heure au local,
- Je regarde le temps qu'il fait avant de m'habiller et je mets des affaires en fonction du temps,
- Je n'oublie pas de prendre ma gourde, mon casque, mes gants et mon vélo s'il est chez moi,
- Une fois à l'entrainement j'écoute les entraineurs et j'essaye de réussir les exercices en me comportant correctement,
- Lorsque c'est mon anniversaire j'apporte des gâteaux et des bonbons pour mes copains du vélo ainsi que les entraineurs,
- Lorsque je rentre de l'entrainement ou dans les jours qui suivent je lave mon vélo lorsqu'il est chez moi afin qu'il soit propre pour la course du week-end.

Avant les courses

- Je préviens Salomé de ma participation à la course lors de l'entraînement et ce, une semaine avant la compétition. Cela permettra à Salomé de t'engager à l'avance, donc d'avoir ton dossard plus rapidement et d'être dans certains cas mieux placé sur la ligne de départ. Si tu es absent à l'entraînement précédent la course, tu peux prévenir Salomé par téléphone (06.40.34.59.65).
- Pour les courses, je prépare mon sac la veille.

A mettre dans le sac :

- Mon casque
- Mes gants
- Mon cuissard et mon maillot si je ne les mets pas directement sur moi
- Mes chaussures
- Une veste et des affaires chaudes pour après la course
- Ma gourde
- Mes épingles à nourrice pour le dossard
- Une barre de céréale pour avant ou après la course
- Une chambre à air au cas où je crève lors de l'échauffement

Le jour de la course :

Je viens à l'heure au local ou directement sur place, Si j'ai un empêchement de dernière minute, je préviens Salomé,
Je m'échauffe et je repère le circuit avec les autres,
Durant la course je fais mon maximum et je me donne à fond,
Je reste pour la remise des prix et je me tiens bien droit pour montrer le maillot de l'UCTT.

Et ayez toujours en tête que participer c'est bien mais gagner c'est mieux !!!

NE PAS OUBLIER… (POUR LES PARENTS)

10 commandements pour vous aider à prendre du recul

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.

Pour conclure, il n'y a pas de relation idéale mais des relations uniques, singulières à entretenir continuellement pour le bien-être et la performance de vos enfants. Bien évidemment, pour bien accompagner son enfant, il est nécessaire de bien s'accompagner soi-même ! Pour cela, il est bon d'avoir conscience de sa façon d'être, de fonctionner, de gérer ses émotions, pour éviter de lui transférer ce qui nous appartient.