



ÉCOLE D'INITIATION ET DE PERFECTIONNEMENT AUX SPORTS CYCLISTES DE L'A.V.A.Nice

(54ème ANNÉE)

L'École des Sports Cyclistes de l'A.V.A.N. ouvre à nouveau ses portes pour la ***saison 2021 - 2022*** à tous les jeunes intéressés.

Elle fonctionnera pendant la durée de l'année scolaire sous la direction de moniteurs diplômés U.F.O.L.E.P. (Ligue de l'Enseignement). Son but est d'éveiller l'intérêt des jeunes pour le sport en général, le cyclisme en particulier, en donnant les notions de base pratiques et théoriques indispensables.

CONDITIONS D'ADMISSION :

- être né (e) entre le 01.01.2005 et le 31.12.2009.
 - avoir subi une visite médicale d'aptitude au sport cycliste.
 - être régulièrement inscrit (e) comme membre de l'A.V.A.Nice et affilié (e) à l'UFOLEP par son intermédiaire (cotisation-licence pour l'année : ***GRATUITÉ***).
 - posséder une bicyclette en bon état de marche munie de braquets depuis 3,50 m (36x22) jusqu'à 7,62 m (50x14) pour une roue de 700.
- Développement maximum autorisé pour les jeunes.

PROGRAMME :

- initiation aux diverses pratiques de la bicyclette : recherche de la position, circulation en peloton, sécurité sur la route, etc ...
- mécanique et technique élémentaires de la bicyclette.
- notions du Code de la Route avec une séance préparée par la Police Nationale.
- notions de Secourisme élémentaire dispensées par un moniteur diplômé.
- sorties, promenades avec visites commentées (monuments, musées, lieux touristiques).
- brevets cyclotouristes, initiation à la randonnée et tests sportifs (facultatifs).

RENSEIGNEMENTS :

M. Serge BEY - 28, rue Paul Bounin - 06100 NICE – Tél : 04.93.52.44.88
ou au cours des permanences hebdomadaires : tous les lundis à 17 h. au siège du club :
16, av Notre-Dame 06000 NICE – 1^{er} étage - (Palais Bréa – au-dessus du magasin de jouets
CONTESSO – JOUETS CLUB).

ORGANISATION DES ACTIVITES :

Toutes les activités de l'Ecole se font le samedi matin sous la direction des moniteurs et avec l'encadrement des membres disponibles de la section cyclotouriste de l'A.V.A.N.

Durant l'automne et le début de l'hiver, de courtes sorties permettent d'amener progressivement les jeunes débutants à acquérir l'entraînement et la résistance indispensables à la participation aux organisations printanières. Ils seront ensuite appelés à participer à des brevets d'initiation de 25 km (octobre), 50 km (février), 80 km (mai), qui, alternés avec des sorties du samedi dont les difficultés sont déterminées en conséquence, leur permettent de participer sans problème au brevet des 100 km qui se déroule sur une journée entière (juin) avec pique-nique familial à midi.

Durant le mois de mai, ils pourront, s'ils le désirent, participer au **CRITERIUM REGIONAL CYCLOSPORTIF JEUNES UFOLEP** qui se dispute sur trois samedis consécutifs (parcours d'adresse, course en ligne, course de vitesse) dans leurs différentes catégories d'âge. Ce type d'épreuve de difficulté très modeste permet de tester les éventuelles aptitudes de nos jeunes à la compétition, mais reste **absolument facultatif**.

Une sortie de plusieurs jours à la Pentecôte est prévue chaque année afin de faire découvrir à nos jeunes les diverses régions de France (Corse, Camargue, Gorges du Verdon, Hautes-Alpes, Var etc ...)

Un classement d'**ASSIDUITE** sera établi qui tiendra compte des sorties effectuées, des brevets et de la tenue individuelle au cours des différentes activités. Le vainqueur recevra le titre de **CHAMPION CYCLOTOURISME JEUNE de l'A.V.A.N.** pour chaque catégorie (Poussin, Benjamin, Minime, Cadet et Féminine).

La remise des récompenses du Championnat se fera au cours d'une réception où les familles sont invitées à venir nombreuses.

L'ATTENTION DES PARENTS EST TOUT PARTICULIEREMENT ATTIRÉE SUR LES POINTS SUIVANTS :

- Aucune sortie n'est obligatoire (les participations aux concentrations Départementale et Régionale ainsi qu'au brevet des 100 km sont vivement souhaitées), mais il est évident que la participation de jeunes enfants à certaines sorties ou épreuves est subordonnée à leurs capacités physiques, et qu'une grande assiduité est donc indispensable. Les programmes d'activités sont étudiés de telle sorte que tout débutant qui effectue avec assiduité les sorties du samedi sera en état de participer sans difficultés exagérées aux manifestations énumérées ci-dessus.

- LE PORT DU CASQUE CYCLISTE A COQUE RIGIDE EST OBLIGATOIRE.

- Veiller à ce que les braquets soient suffisamment réduits lors de l'achat de la bicyclette depuis 3,50 m environ (36x22) **jusqu'à 7,62 m (50x14), développement maximum autorisé pour les jeunes.**

- Veiller au parfait état de fonctionnement de la bicyclette en particulier FREINS, PNEUS, SERRAGE DE DIRECTION. Une chambre à air de rechange ou un nécessaire de réparation et une pompe sont obligatoires.

- Le départ d'une sortie sera refusé à toute machine susceptible d'engendrer un danger pour son utilisateur ou pour les autres participants.

- Veiller à ce que l'équipement soit **SUFFISAMMENT CHAUD.**

- En cas de temps incertain, prévoir un imperméable. En cas de pluie, la sortie est annulée (décision à 9 h. sur place).

RENDEZ – VOUS :

- Départ tous les samedis de l'année scolaire à 8 h.30 – à FERBER (au niveau de la Piste Cyclable de la Station d'Épuration des Eaux HALIOTIS).

Sauf exception annoncée au cours de la sortie précédente ou dans la presse le samedi.

- Les parents peuvent contrôler l'assiduité de leurs enfants en consultant la liste de présence établie à chaque sortie.
- Sauf instruction contraire écrite des parents, les enfants participent à toutes les activités dont les moniteurs les jugent capables en fonction de leurs aptitudes et de leur entraînement. Une autorisation parentale dans ce sens doit être signée par les parents à l'inscription.
- Les jeunes de l'École de Cyclisme peuvent participer aux sorties cyclotouristes du dimanche pratiquement sans restriction pendant la fin de l'automne et l'hiver.

Ils participent à deux sorties dominicales pour les rassemblements Départemental et Régional comptant pour leur championnat.

Pour les sorties adultes du printemps et d'été, les parents doivent prendre l'avis des responsables du club sur les difficultés de la sortie envisagée et les capacités de l'enfant à l'effectuer.

- les Brevets (25, 50, 80 et 100 km) ont pour but de vérifier les progrès réalisés. Le fait de les avoir obtenus lors de la saison précédente ne dispense pas de la participation (même sur les distances inférieures).

- enfin, pour conclure, l'attention des parents est attirée sur les dangers de la compétition cycliste avant l'âge de 16 ans.

Devant la prolifération de telles épreuves ouvertes à de très jeunes enfants, le Bureau Directeur de l'A.V.A.N., considérant que les épreuves d'initiation de l'U.F.O.L.E.P. (dont le nombre est volontairement limité) constituent une activité de compétition très suffisante, met en garde les parents contre la participation à des compétitions avec une fréquence exagérée et leur demande de consulter les responsables de l'École des Sports Cyclistes de l'A.V.A.N. sur les aptitudes de leur enfant à participer à des courses avant de les engager. (Il est rappelé qu'une course sur une distance très réduite nécessite un effort violent, d'autant plus préjudiciable qu'il est bref et répété).

PIÈCES À FOURNIR POUR L'INSCRIPTION OU LA RÉINSCRIPTION :

- Bulletin d'adhésion. **(1) Inutile pour les anciens membres**
- Autorisation Parentale. **(1)**
- Demande de licence. **(1)**
- Certificat médical d'aptitude au sport cycliste.
- Cotisation-licence-assurance pour l'année : **GRATUITÉ (2)**
- 2 enveloppes (16x11,5) timbrées à 1,08 Euros (tarif lettre verte) libellées à l'adresse des parents. (5 enveloppes si pas d'adresse Internet).

(1) à votre disposition auprès des responsables du club ou sur le site : www.avanice.fr

(2) tarif spécial pour les familles, coupons sport de la Ville de Nice accepté.

Pour l'assurance dégâts matériels, veuillez nous contacter lors des permanences hebdomadaires.