

# Section VTT - Club des Sports de Chamonix

## Saison 2009 / 2010

Ouvert aux enfants et jeunes à partir de 7 ans (2003), et aux adultes.

*(pratiquant déjà le VTT, possédant un VTT en bon état, un casque, toutes les protections pour les groupes descentes et freeride).*

### Groupes enfants et jeunes.

Les groupes enfants et jeunes sont organisés cette année de la façon suivante :

- « **Ecole de VTT - Découverte et loisir** », 3 ou 4 groupes en fonction des âges, pour les jeunes de 7 à 14 ans, avec 1 entraînement par semaine (samedi ou mercredi). L'apprentissage du VTT est abordé sous toutes ses formes (cross-country, maniabilité et approche trial, initiation descente, orientation, mécanique...). Objectif : s'orienter ensuite vers des groupes plus compétition.
- « **Ecole de VTT - Compétition** », pour les jeunes les plus motivés (jusqu'à Cadet), qui suivent régulièrement les épreuves du TDJV (trophée départemental du jeune vététiste) et qui souhaitent éventuellement participer à celles du TRJV (trophée régional du jeune vététiste). Entraînement samedi et mercredi.
- « **Ecole de VTT - Découverte Compétition** », pour les jeunes motivés par la compétition, mais qu'y n'ont pas le niveau technique et physique pour suivre le groupe compétition. Entraînement samedi et mercredi.
- « **Freeride** », à partir de minimes, jusqu'à juniors, pour les jeunes qui veulent faire du VTT ludique, du trial, et découvrir la descente. Entraînement 1 fois par semaine (sans doute le dimanche).
- « **Team Descente** », à partir de cadet, pour les jeunes qui courent en descente au niveau régional et national. Entraînement le dimanche au printemps et en automne (cohésion de groupe, préparation physique, BMX, déplacements sur différents sites de descente, mécanique...).
- « **Team Cross-country** », à partir de cadet (jusqu'à Master), pour les personnes qui courent au niveau régional et national. Les membres du groupe s'organisent entre eux pour s'entraîner 1 à 2 fois par semaine.

Les périodes d'entraînement sont :

- **Début septembre à fin octobre** (en fonction de la météo) avec tous les groupes
- **Hiver**, possibilité d'entraînement ponctuel pour les groupes « Team Descente », « Team Cross Country », « Ecole de VTT - Compétition » (home trainer, sortie Fayet, Sallanches, piste à Genève) Il est recommandé à tous de faire un sport d'endurance (ski de fond, ski de randonnée, course à pied ou raquettes, du home trainer).
- **Fin avril (en fonction de la météo) à fin juin** avec tous les groupes
- **Juillet / août**. Un entraîneur encadre du lundi au vendredi, par journées ou demi-journées, les différents groupes de la section. Organisation aussi de mini stages.

### Adultes

La cotisation adulte est à 22 €. Elle permet d'être membre du club, d'acheter une tenue VTT, de prendre une licence, de participer aux stages et compétitions (avec participations aux frais), mais aussi de suivre des entraînements (non réguliers, non formalisés).

Des membres de la section participent régulièrement (aussi bien en Cross country qu'en descente) aux épreuves des Coupes régionales, aux coupes de France, mais aussi à des courses départementales (américaines, nocturne), à des épreuves de masse (Forestière, X-Trem sur Loue, Roc d'Azur...).

### Stages

Nous organisons des mini stages adultes ou jeunes (1 à 3 jours).

Nous prenons en charge des formations de moniteur fédéral (très utile pour l'encadrement de nos jeunes. Pas besoin d'avoir un très bon niveau).

### Cotisations 2009 / 2010

Cotisation à la section VTT :

- 68 € pour les mineurs (comprend les entraînements de samedi), et les jeunes adultes du groupe « descente »
- 22 € pour les adultes

Licence FFC (Fédération française de cyclisme), 32€ pour les jeunes né en 1994 et après, 45 € pour les personnes née en 1993 et avant (Pass' cyclisme).

Licences compétition (pour classement coupe de France), juniors 68 €, espoirs et adultes 95 €.

Attention, il y a de très nombreuses licences, en cas de doute, nous contacter.

La licence est obligatoire pour les moins de 18 ans.

Pour les jeunes possédant la carte M'Ra (lycéens et étudiants), et ne l'ayant pas utilisée pour une licence à un autre club, nous donner votre numéro, pour vous faire bénéficier d'une réduction de 30 € (qui sera remboursée ultérieurement).

### Participation financière forfaitaire aux courses.

Les jeunes (moins de 18 ans, les jeunes adultes non autonomes financièrement et de niveau régional minimum) payent une participation forfaitaire pour les déplacements aux courses, plus 100 % du montant des engagements.

(Compter 10 € pour les TDJV, 25 € pour les déplacements régionaux et coupe de France avec une nuit, 40 € pour les déplacements régionaux et coupe de France avec 2 nuits)

Les adultes autonomes payent les déplacements au tarif réel

Pour les courses de masse, participation financière au coût réel.

#### **Assurance.**

La licence est obligatoire pour les mineurs de moins de 18 ans. Elle comporte une responsabilité civile, ainsi qu'une assurance qui rembourse certain frais en cas d'accident (« dommages corporels »).

Le niveau de couverture est peu élevé. Pour avoir un meilleur niveau de couverture, vous pouvez

- souscrire une option supplémentaire avec la licence,
- le club des sports propose également une assurance complémentaire avec Générali
- vous souscrivez à titre individuel.

*Pour les adultes non licenciés, vous n'avez aucune assurance en cas d'accident.*

*Vous devez obligatoirement présenter une assurance en responsabilité civile, et nous vous conseillons de vérifier votre assurance « dommages corporels ».*

#### **Divers.**

*Un règlement intérieur devra être signé en début de saison par les jeunes et leurs parents.*

Il stipule entre autre que les jeunes et parents doivent obligatoirement être bénévoles pour l'organisation des courses VTT et manifestations organisées par la section VTT.

Une tenue VTT (maillots et cuissard) de la section sera en vente dès le début de saison. L'achat d'un maillot est obligatoire pour les jeunes (partiellement financé par la section).

Le calendrier des compétitions sera communiqué à tous dans l'hiver. Pour avoir déjà des infos, vous pouvez consulter les sites Internet suivant :

- le site de la fédération française de cyclisme : <http://www.ffc.fr>
- le site du comité régional : <http://www.ffc-rhonealpes.com>
- le site du comité départemental : <http://www.cd74cyclisme.com>
- la page de la section VTT : <http://www.chamonixsport.com>

Une adresse mail et un accès Internet sont quasiment indispensables (informations clubs, rendez-vous pour les entraînements et courses, bénévolat pour les manifestations).

#### **Manifestations CS Chamonix VTT.**

Déplacement sur compétitions automne :

- Roc d'Azur du 9 au 11 octobre 2009.

L'assemblée générale de la section VTT aura lieu en novembre. Elle devrait avoir lieu à l'UCPA et être suivie d'un repas. C'est un moment important de la vie de la section, suivi d'un repas convivial, présence indispensable.

Cette année, c'est une AG électorale, avec l'élection d'un nouveau comité. Les personnes qui souhaitent entrer au comité de la section doivent contacter Sophie.

Assemblée générale du club des sports le vendredi 11 décembre.

Barbecue section VTT, à l'UCPA d'Argentière, en mai. Comme d'habitude, participation de 5 €, la section fournit viande, salade et boissons, les participants amènent une entrée ou un dessert.

Courses VTT organisées par la section :

- nous essayons de programmer une coupe régionale de cross country et un TDJV (trophée départemental du jeune vététiste) en juin

#### **Répondeur. Numéro : 06 73 29 55 91**

La section possède un répondeur, dont la consultation est indispensable pour connaître les lieux et heures de rendez-vous pour les entraînements et compétitions. Il est indispensable de laisser un message pour confirmer présence ou non.

Sophie VERRIER

présidente

#### **Contact.**

tel: 06 82 97 59 73

[luc.verrier-1805@orange.fr](mailto:luc.verrier-1805@orange.fr)