

Plan de développement BMX 2014

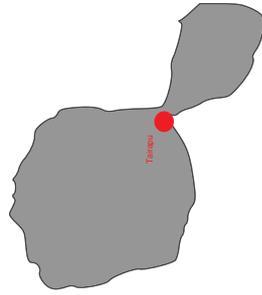


Dix-huit dossiers nous ont été transmis cette année dans le cadre du plan de développement mené conjointement par la FFC et la Fondation Française des Jeux.

Mise en place depuis 2009, cette action de soutien à la création de pistes démontre une nouvelle fois son succès comme en attestent le nombre de candidatures mais plus encore la qualité des projets qui nous ont été présentés.

Localisation des projets déposés dans le cadre du plan de développement 2014

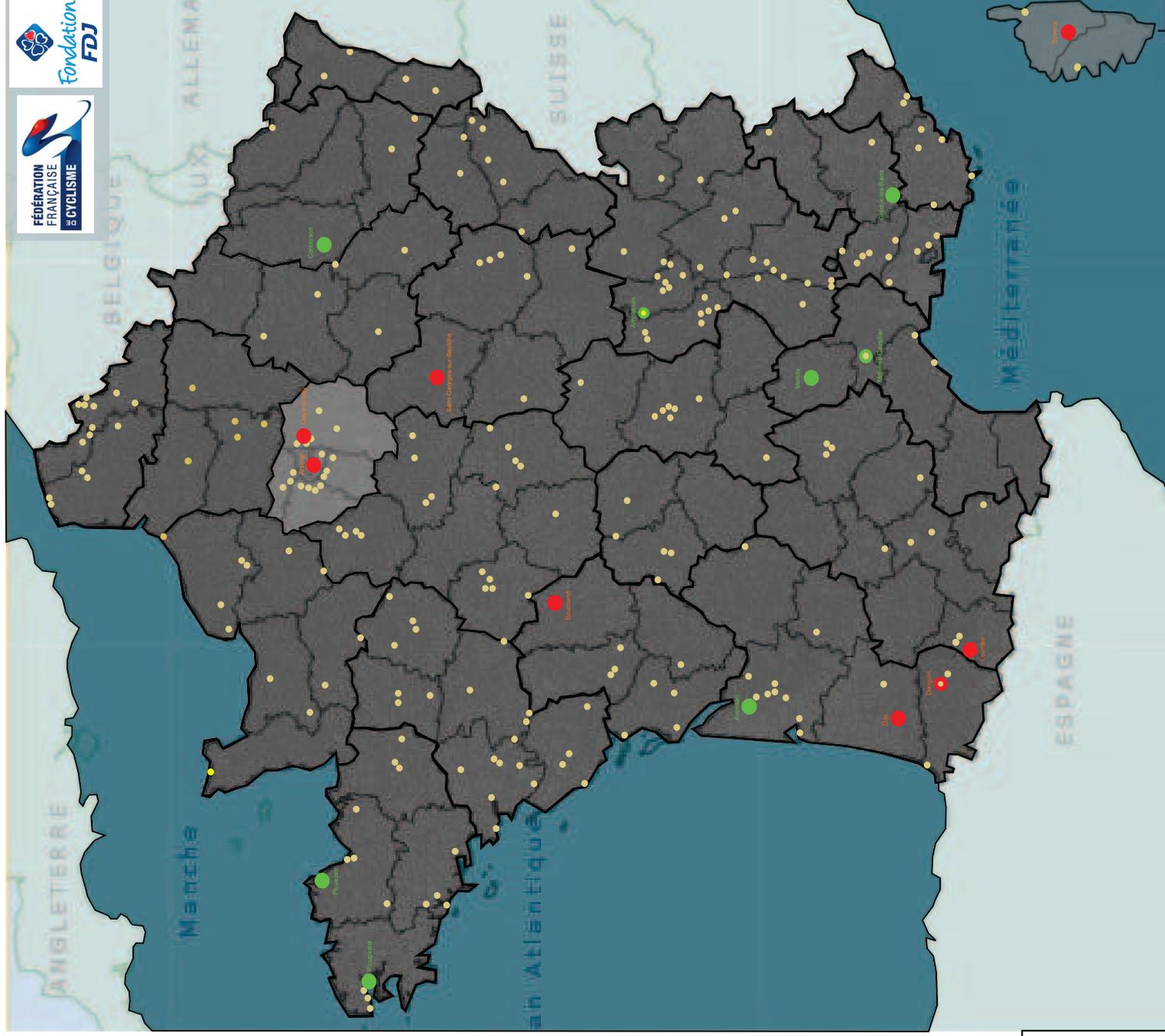
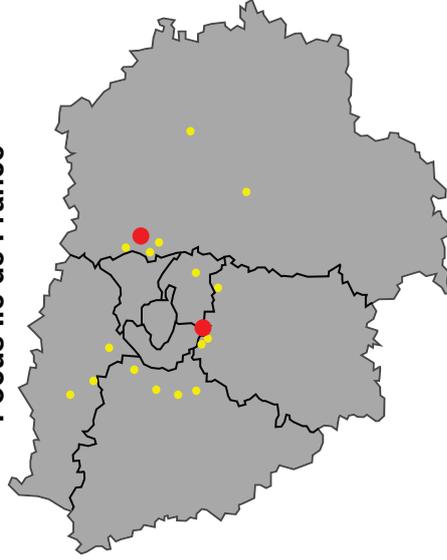
Polynésie Française



Martinique



Focus Ile de France



- Projets proposés par le jury
- Projets non retenus par le jury
- Pistes de BMX existantes

Propositions établies à l'issue du jury de sélection FFC/Fondation FDJ et validées par le Bureau Exécutif du 06 février 2014

Subvention de 13 000 euros (pistes de niveau 2)

- **Avensan** (Aquitaine)
- **Contrisson** (Lorraine)
- **Gréoux-les-Bains** (Provence)
- **Molières-Cavaillac** (Languedoc-Roussillon)
 - **Plouezec** (Bretagne)
 - **Plougastel** (Bretagne)

Subvention exceptionnelle de 6500 euros (pistes de niveau 3)

- **Amplepuis** (Rhône-Alpes)
- **Mende** (Languedoc-Roussillon)

Suppléant et priorité pour 2015

- **Saint-Joseph** (Martinique)
- **Tairapu** (Polynésie Française)

Annexe 2 - Désignations pour classement par épreuves officielles 2014



DATE 1	DATE 2	EPREUVE	LIEU	REFERENT NATIONAL	MEMBRE DE LA CNBMX	CLASSEMENT EFFECTUE
15/03/2014	16/03/2014	Coupe de France - 1ère et 2ème manches	Saint Quentin en Yvelines (IDF)	R. PERRAGUIN	J. PERRAGUIN	OUI
19/04/2014	20/04/2014	Challenge France Sud-Est	Les Pennes Mirabeau (PRO)	R. MELIN	E. VIOUGEAS	NON
19/04/2014	19/04/2014	Challenge France Sud-Ouest	Saint Jean d'Angély (POC)	Y.CHERBONNEL	P.MORA	Si aucun travaux sur la piste depuis dernière compétition nationale
19/04/2014	20/04/2014	Challenge France Nord-Ouest	Caen (NOR)	A. DELAPORTE	J. PERRAGUIN	NON
19/04/2014	20/04/2014	Challenge France Nord-Est	Champéy (FRC)	J. BONHOMME	B. QUAEGBEUR	NON
20/04/2014	20/04/2014	Challenge France Sud-Ouest	Saint Jean d'Angély (POC)	Y.CHERBONNEL	P.MORA	Si aucun travaux sur la piste depuis dernière compétition nationale
26/04/2014	27/04/2014	European Championship League - 3ème et 4ème manches	Besançon (FRC)	J. BONHOMME	E. VIOUGEAS	NON
03/05/2014	04/05/2014	Coupe de France - 5ème et 6ème manches	Vesoul (FRC)	J. BONHOMME	E. VIOUGEAS	NON
10/05/2014	11/05/2014	Challenge France Sud-Est	Montmélan (RHA)	G. MOREIRA	E. VIOUGEAS	NON
10/05/2014	11/05/2014	Challenge France Nord-Est	Messigny et Vantoux (BOU)	R. PERRAGUIN	B. QUAEGBEUR	Si aucun travaux sur la piste depuis dernière compétition nationale
10/05/2014	11/05/2014	Challenge France Nord-Ouest	Carquefou (PDL)	A. DELAPORTE	J. PERRAGUIN	OUI
07/06/2014	08/06/2014	Coupe de France - 7ème et 8ème manches	Troyes (CHA)	Th. POINCHEVAL	B. QUAEGBEUR	NON
14/06/2014	15/06/2014	Challenge France Sud-Est	Issoire (AUV)	G. MOREIRA	E. VIOUGEAS	NON
14/06/2014	15/06/2014	Challenge France Nord-Ouest	La Chapelle St Mesmin (REC)	Y.CHERBONNEL	J. PERRAGUIN	Si aucun travaux sur la piste depuis dernière compétition nationale
14/06/2014	15/06/2014	Challenge France Nord-Est	Lumbres (NPC)	Th. POINCHEVAL	B. QUAEGBEUR	NON
20/04/2014	20/04/2014	Challenge France Sud-Ouest	Saintes (POC)	Y.CHERBONNEL	P.MORA	Si aucun travaux sur la piste depuis dernière compétition nationale
11/10/2014	12/10/2014	Coupe de France - 9ème et 10ème manches	Saint Quentin en Yvelines (IDF)	R. PERRAGUIN	J. PERRAGUIN	NON
28/06/2014	29/06/2014	TFBMX	Saint Quentin (PIC)	Th. POINCHEVAL	B. QUAEGBEUR	NON
04/07/2014	06/07/2014	Challenge National & Championnats de France	Saint Quentin en Yvelines (IDF)	R. PERRAGUIN	J. PERRAGUIN	NON
13/12/2014	14/12/2014	Indoor National	Saint Etienne (RHA)	G. MOREIRA	E. VIOUGEAS	NON

STAGES BMX FEMININ 2013 / 2014



Compte rendu stage N°1

Nombre de participantes : 100 pilotes féminines, réparties sur 4 stages

- 25 filles à Vallet (44)
- 25 filles à Bordeaux (33)
- 25 filles à Compiègne-Clairoix (60)
- 25 filles à Dardilly (69)

Les encadrants : 8 encadrants au total

- | | |
|------------------------------|--|
| -Anne ROUGIE (BEESAC) | -Eva AILLOUD (Elite Dame) |
| -Blandine COTTEREAU (BEESAC) | -Laëtitia LE CORGUILLE (Ex Elite Dame) |
| -Damien GODET (BEESAC) | -Amélie CORLAY (Elite Dame, BF1) |
| -Olivier ROHLION (BEESAC) | -Mégane LAJMI (Elite Dame) |

Catégories représentées : De la catégorie Benjamine à Elite Dame

Niveau des stagiaires : Niveau hétérogène. Mise en place de groupes en fonction du niveau de pratique (compétition ou loisir) et selon l'âge des pratiquantes.

Programme :

- 9h/9h30 : Accueil des participantes
- 9h30 : Début du stage
- 12h30 : Pause repas
- 14h : Reprise du stage
- 17h : Fin du stage

Contenu des stages : Basés essentiellement sur une approche « technique » de la discipline.

- Découverte et développement des différents gestes techniques (manuals, sauts, cabrés, starts, virages. . .)
- Mise en place d'une routine d'échauffement (articulaire, musculaire) et de retour au calme (étirements)
- Retour vidéo sur les différents passages de la journée.



Retour des encadrants :

Les intervenants ont remarqué un déficit technique important, et cela au niveau des 4 stages. Ce déficit est également présent pour des pilotes évoluant sur les compétitions nationales et internationales. Certaines bases ne sont pas acquises.

Il faut tout de même noter que certaines jeunes pilotes sortent du lot, et offre un bagage technique impressionnant.

Les encadrants ont apprécié la formule 100% filles, qui a permis aux stagiaires de se libérer sportivement sur cette journée. Les pilotes ont été motivées et volontaires tout au long de la journée.

La journée de stage passe très vite, compte tenu de la somme des sujets à aborder.

Retour des pratiquantes et accompagnateurs :

La formule 100% filles a été adoptée à l'unanimité ! La gratuité du stage a aussi contribué à la réussite de cette action.

Les pratiquantes reconnaissent l'utilité de ce type de regroupement, par lequel, elles arrivent avec l'aide des encadrants à réaliser de réels progrès.

Perspectives :

Le 2^{ème} stage BMX Féminins aura lieu en février 2014. Dans la perspective d'une action à long terme, il serait intéressant de pouvoir organiser ce type de regroupement sur 2 jours complets, et de pouvoir cibler des catégories précises.

Photos :



Compiègne-Clairoix



Dardilly



Bordeaux



Vallet



Les filles lors de l'échauffement articulaire



Les filles lors de l'échauffement musculaire



Les conseils du Coach



Exercice de « Manuals »



Mise en pratique



Les filles à l'écoute !



Travail du « start »





Passage rapide !



Ici en « saut »



Fin de piste !