



PÔLE ESPOIRS BOURGOGNE - FRANCHE-COMTÉ



REGION
BOURGOGNE
FRANCHE
COMTE

SEF BFC ANTENNE DIJON

Dijon (21)

Depuis 1998

PRÉSENTATION DE LA STRUCTURE

Pratiques proposées : Cyclo-cross, Route

Genre : Masculin

Tranche d'âge : de 13 à 17 ans

Nombre de sportifs(ves) dans la structure :
10 maximum

LES ÉTABLISSEMENTS SCOLAIRES

Lycées généraux et technologiques :
Lycée des Arcades

Lycées professionnels : Lycée des Arcades

BTS, DUT, IUT...: Groupe Sup Arcades

Universités : STAPS Dijon

Diplômes d'État : CREPS Dijon

SERVICES PROPOSÉS PAR LA STRUCTURE

Préparation sportive : Stage de préparation, Activités cohésions, Home Trainer connecté, Retour vidéo, Course à pied, Natation, Randonnée, Multisports, VTT, Route, Cyclocross, CLM

Préparation physique : 2 séances hebdomadaires au sein des salles du CREPS

Préparation mentale : Préparateur mental et psychologue misent à disposition par le CREPS

Services médicaux : Service médical complet du CREPS

Nutrition : Nutritionniste mis à disposition par le CREPS

LES INSTALLATIONS DE LA STRUCTURE

La structure possède-t-elle une offre de logement ?

Oui, directement sur le site.

La structure possède-t-elle une offre de restauration ?

Oui, directement sur le site et à proximité du site

LE VOLET SPORTIF

Le nombre d'encadrants : 4

Les qualifications des encadrants : Licence STAPS, Master STAPS, DEJEPS.

Le volume horaire d'entraînement par semaine : Entre 12 et 14 heures

LES INSTALLATIONS SPORTIVES

Installations sportives : Salle de musculation; Atelier mécanique; Stockage des vélos; Salle(s) de réunion et/ou de cours; Centre de récupération / balnéothérapie; Piscine; Terrains multisports.

Installations cyclistes : Piste de BMX; Piste / circuit fermé; Vélodrome; Sentier de VTT; Circuit de cyclo-cross 3 saisons; Circuit de cyclo-cross 4 saisons; Home trainer; Système de chronométrage; Parcours routes diversifiés.

LES TARIFS (2020)

Coût annuel si licencié(e) dans le club résident ou le comité régional : 750 €.

Coût annuel si non licencié(e) dans le club résident ou le comité régional : 2 000 €.

Coût annuel de l'internat : 3 500 €.

Coûts annexes : Transports en communs

CONTACTS

- **Responsable de la structure :** RIGOLLOT Mathieu
- **Adresse mail de la structure :** rigollotmathieu@gmail.com
- **Numéro de téléphone de la structure :** 06 38 42 04 05
- **Facebook :** Pôle Espoir Cyclisme de Bourgogne Franche-Comté
- **Instagram :** poleespoircyclismedijon
- **Site internet :** <http://www.fcc-bfc.fr/page/pole-espoir>

SEF ANTENNE BESANÇON

Besançon (25)

Depuis 1995

"Notre structure permet aux jeunes athlètes de s'inscrire dans une démarche d'accès au haut niveau, en menant de front un triple projet; social, sportif et scolaire. Notre but étant de former nos athlètes sur le long terme tout en gardant les notions de plaisir, essentiel pour la réussite.

Notre philosophie; Expertise, rigueur, plaisir et bienveillance"

PRÉSENTATION DE LA STRUCTURE

Pratiques proposées : Cyclo-cross, Route, VTT

Genre : Mixte

Tranche d'âge : de 15 à 22 ans

Nombre de sportifs(ves) dans la structure :
12 maximum

LES ÉTABLISSEMENTS SCOLAIRES

Lycées généraux et technologiques :
Lycée Jules Haag

Universités : STAPS Besançon

Diplômes d'État : DEJEPS VTT et cyclisme traditionnel au CREPS de Besançon/Dijon

SERVICES PROPOSÉS PAR LA STRUCTURE

Préparation sportive : stages, séances spécifiques; route, VTT, cyclo-cross, technique, derrière scooter, récupération, mécanique etc.

Préparation physique : salle de musculation sur place, 2 séances par semaine

Préparation mentale : préparateur mental ! séance en groupe et suivi personnel

Services médicaux : médecin du sport du Pôle, disponible à la demande

Nutrition : une nutritionniste / diététicienne; séance en groupe + bilan individuel

LES INSTALLATIONS DE LA STRUCTURE

La structure possède-t-elle une offre de logement ?

Oui, à proximité du site

La structure possède-t-elle une offre de restauration ?

Non

LE VOLET SPORTIF

Le nombre d'encadrants : 3

Les qualifications des encadrants : 1 entraîneur coordinateur: BEESAC + master staps 1 alternant en master 2 STAPS 1 stagiaire L3 STAPS

Le volume horaire d'entraînement par semaine : Entre 8 et 10 heures

LES INSTALLATIONS SPORTIVES

Installations sportives : Salle de musculation, Atelier mécanique, Stockage des vélos, Salle(s) de réunion et ou de cours

Installations cyclistes : Piste / circuit fermé, Sentier de VTT, Circuit de cyclo-cross 3 saisons, Circuit de cyclo-cross 4 saisons, Home trainer

LES TARIFS (2020)

Coût annuel si licencié(e) dans le club résident ou le comité régional : 750 €.

Coût annuel si non licencié(e) dans le club résident ou le comité régional : 2 000 €.

Coût annuel de l'internat : entre 1 566 et 1 678 €.

Coûts annexes : matériel cycliste

CONTACTS

- **Responsable de la structure :** HASSENFRAZT Claire
- **Adresse mail de la structure :** claire.hassenfratz@gmail.com
- **Numéro de téléphone de la structure :** 06 45 15 99 50
- **Facebook :** <https://www.facebook.com/PolecyclismeBFC>
- **Instagram :** [poleespoircyclismebesancon](https://www.instagram.com/poleespoircyclismebesancon)
- **Site internet :** <http://www.ffc-bfc.fr/page/pole-espoir>

SEF SECTION SPORTIVE BMX

Besançon (25)

Depuis 2019

PRÉSENTATION DE LA STRUCTURE

Pratiques proposées : BMX

Genre : Mixte

Tranche d'âge : de 13 à 18 ans

Nombre de sportifs(ves) dans la structure :
22 maximum

LES ÉTABLISSEMENTS SCOLAIRES

Collèges : Collège Pompidou de Pouilley les Vignes

Lycées généraux et technologiques :
Lycée Jules Haag

SERVICES PROPOSÉS PAR LA STRUCTURE

Préparation sportive : Entraînement BMX, Stages extérieurs, Séances spécifiques, séances vidéo

Préparation physique : 2 séances par semaine en salle de musculation

Préparation mentale : préparation mentale individuelle et préparation mentale de groupe au travers d'exercices spécifiques

Services médicaux : médecin du club et kinésithérapeute (séances à la demande et suivi mensuel)

Nutrition : intervention d'un nutritionniste au sein de la structure

LES INSTALLATIONS DE LA STRUCTURE

La structure possède-t-elle une offre de logement ?

Oui, à proximité du site

La structure possède-t-elle une offre de restauration ?

Non

LE VOLET SPORTIF

Le nombre d'encadrants : 1

Les qualifications des encadrants : DEJEPS
Perfectionnement BMX

Le volume horaire d'entraînement par semaine : Entre 10 et 12 heures

LES INSTALLATIONS SPORTIVES

Installations sportives : Salle de musculation, Atelier mécanique, Stockage des vélos, Salle(s) de réunion et ou de cours, cryothérapie

Installations cyclistes : Piste de BMX, Butte de départ, Butte de départ de niveau internationale, Grille de départ, Éclairage, Pump-track, Sentier de VTT, Système de chronométrage, Home trainer

LES TARIFS (2020)

Coût annuel si licencié(e) dans le club résident ou le comité régional : 1 500 €.

Coût annuel si non licencié(e) dans le club résident ou le comité régional : 2 500 €.

Coût annuel de l'internat : 1 830 €.

Coûts annexes : Carte bus / tram 16€ par mois stage spécifique 150 €

CONTACTS

- **Responsable de la structure :** BARROCA Stéphane
- **Adresse mail de la structure :** stephane.bmxbesancon@yahoo.fr
- **Numéro de téléphone de la structure :** 06 72 89 78 60
- **Facebook :** section sportive Bmx Besançon
- **Site internet :** www.bmxbesancon.fr