



PÔLE ESPOIRS BRETAGNE



SEF DU FINISTÈRE

Brest (29)

Depuis 2001

"Progresser en se formant"

PRÉSENTATION DE LA STRUCTURE

Pratiques proposées : Route, Cyclo-cross

Genre : Mixte

Tranche d'âge : de 16 à 18 ans

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

SERVICES PROPOSÉS PAR LA STRUCTURE

Préparation sportive : Entraînement outdoor et indoor, tests en laboratoire.

Préparation physique : 2 séances (en fonction des emplois du temps) de préparation physique.

Préparation mentale : En fonction du besoin, une psychologue est disponible au Centre de Médecine Sportive. Une intervention en préparation mentale peut être envisagée.

Services médicaux : Le Centre de Médecine Sportive de Brest est très proche du lieu de vie. 1 médecin se déplace à l'internat 2 fois par semaine.

LES ÉTABLISSEMENTS SCOLAIRES

Lycées généraux et technologiques :
Lycée Lapérouse Kérichen, Lycée Jules Lesven

Lycées professionnels : Lycée Jules Lesven

Universités : Université de Bretagne Occidentale

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

LES INSTALLATIONS SPORTIVES

Installations sportives : Stockage des vélos; Salle(s) de réunion et/ou de cours; gymnase

Installations cyclistes : Vélodrome; Home trainer;

LE VOLET SPORTIF

Le nombre d'encadrants : 1

Les qualifications des encadrants : BE

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

LES TARIFS (2020)

Coût annuel si licencié(e) dans le club résident ou le comité régional : 0 €.

Coût annuel si non licencié(e) dans le club résident ou le comité régional : 0 €.

Coût annuel de l'internat : 2 000 €.

Coûts annexes : Carte Abonnement Bus

CONTACTS

- **Responsable de la structure :** THOMAS Yves
- **Adresse mail de la structure :** contact.cd29@cyclisme.bzh
- **Numéro de téléphone de la structure :** 06 61 03 52 02

SEF D'ILE ET VILAINE**Cesson-Sevigné (35)**

Depuis les années 1990

Permettre à chacun de progresser, de s'approprier les outils de la performance sans oublier l'essentiel : prendre du plaisir à pratiquer le cyclisme !

PRÉSENTATION DE LA STRUCTURE

Pratiques proposées : Cyclo-cross, Piste, Route, VTT

Genre : Mixte

Tranche d'âge : de 15 à 18 ans

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

LES ÉTABLISSEMENTS SCOLAIRES

Lycées généraux et technologiques :
Lycée Frederic Ozanam

Lycées professionnels : Lycée Frederic Ozanam

BTS, DUT, IUT...: Lycée Frederic Ozanam

SERVICES PROPOSÉS PAR LA STRUCTURE

Préparation sportive : Batterie de Tests sur home-trainer connecté pour évaluation et suivi de planification.

Stages de préparation sportive (vacances d'hiver, de printemps et d'été)

Déplacement sur des sites de compétitions pour préparation (circuits cyclo-cross, vélodrome, championnat...).

Préparation physique : 3 séances/semaine proposées. Variation des activités en fonction des périodes et des objectifs parmi le cyclisme traditionnel, le VTT et la préparation physique en salle de musculation (pratiquée avec ou sans poids de charge)

Préparation mentale : Initiation aux techniques de préparation mentale, intervention d'un spécialiste (ou étudiant en psychologie du sport)

Nutrition : Bilan diététique sommaire en complément d'une intervention d'un spécialiste de la nutrition sportive pour affiner ses repas et alimentation en course

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.

LES INSTALLATIONS SPORTIVES

Installations sportives : Stockage des vélos; Salle(s) de réunion et/ou de cours; gymnase;

Installations cyclistes : Vélodrome; Home trainer

LE VOLET SPORTIF

Le nombre d'encadrants : 5

Les qualifications des encadrants : BEES 1er degré, L3 STAPS "cyclisme"

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

LES TARIFS (2020)

Coût annuel si licencié(e) dans le club résident ou le comité régional : 0 €.

Coût annuel si non licencié(e) dans le club résident ou le comité régional : 0 €.

Coût annuel de l'internat : Entre 826 et 295 €.

Coûts annexes : 3 stages de préparation

CONTACTS

- **Responsable de la structure :** Thomas LEJE UNE
- **Adresse mail de la structure :** ctd35cyclisme@gmail.com
- **Numéro de téléphone de la structure :** 06 66 89 68 45
- **Facebook :** <https://www.facebook.com/cd35cyclisme>

SEF BMX SAINT BRIEUC

Saint Brieuc (22)

Depuis 2017

PRÉSENTATION DE LA STRUCTURE

Pratiques proposées : BMX

Genre : Mixte

Tranche d'âge : de 14 à 18 ans

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

LES ÉTABLISSEMENTS SCOLAIRES

Collèges : Collège Saint Yves

Lycées généraux et technologiques :
Lycée Sacré Coeur

Lycées professionnels : Lycée Sacré Coeur

SERVICES PROPOSÉS PAR LA STRUCTURE

Préparation sportive : 1 stage en Espagne à Alicante en février En période hivernale pratique du vtt et vélo de route, séance vidéo

Préparation physique : Accès à 2 salles de musculation. 2 séances de musculation par semaine, ou 3 pour certains coureurs.

Préparation mentale : /

Services médicaux : Nous avons un suivi kiné à proximité de l'Ecole. En fonction des besoins les jeunes dispose d un rendez vous dans les jours qui suivent . Nous travaillons également avec un médecin du sport qui se trouve à proximité de l'école

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.

LE VOLET SPORTIF

Le nombre d'encadrants : 2

Les qualifications des encadrants : BEES activité du cyclisme

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

LES INSTALLATIONS SPORTIVES

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

Installations cyclistes : Piste de BMX, Butte de départ, Grille de départ, Éclairage, Piste / circuit fermé, Sentier de VTT, Système de chronométrage, Watt-bike, Home trainer

LES TARIFS (2020)

Coût annuel si licencié(e) dans le club résident ou le comité régional : 700 €.

Coût annuel si non licencié(e) dans le club résident ou le comité régional : 1 100€.

Coût annuel de l'internat : Entre 2 900 et 4 000 €.

Coûts annexes : Trajet Domicile / établissement scolaire

CONTACTS

- **Responsable de la structure :** THOUIN Eric
- **Adresse mail de la structure :** Saint.brieuc.bmx@orange.fr
- **Numéro de téléphone de la structure :** 06 29 97 31 25
- **Facebook :** Saint-Brieuc BMX cotés d armor
- **Instagram :** Saint-Brieuc BMX
- **site internet :** www.saintbrieucbmx.com

SEF AGELAP LA TOUCHE

Ploërmel (56)

Depuis 2015

PRÉSENTATION DE LA STRUCTURE

Pratiques proposées : VTT

Genre : Mixte

Tranche d'âge : de 15 à 18 ans

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

LES ÉTABLISSEMENTS SCOLAIRES

Lycées généraux et technologiques :
Lycée La Touche

Lycées professionnels : Lycée La Touche

SERVICES PROPOSÉS PAR LA STRUCTURE

Préparation sportive : Séance technique vtt, Renforcement musculaire, natation, préparation spécifique sur VTT, Vélo route et home trainer

Préparation physique : 4 séances hebdomadaires, + séance en autonomie le week end, accès piscine, salle de musculation

Préparation mentale : /

Services médicaux : /

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.

LE VOLET SPORTIF

Le nombre d'encadrants : 3

Les qualifications des encadrants : Licence STAPS et entraîneur fédéral, enseignant EPS, Educateur fédéral, DEJEPS VTT

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, Piscine

Installations cyclistes : Pump-track, Piste / circuit fermé, Sentier de VTT, Home trainer

LES TARIFS (2020)

Coût annuel si licencié(e) dans le club résident ou le comité régional : 549 €.

Coût annuel si non licencié(e) dans le club résident ou le comité régional : 549 €.

Coût annuel de l'internat : Entre 591 et 750 €.

Coûts annexes : /

CONTACTS

- **Responsable de la structure :** LE BOULANGER Arnaud
- **Adresse mail de la structure :** contact@lycee-latouche.fr
- **Numéro de téléphone de la structure :** 06 43 13 96 14
- **Facebook :** <https://www.facebook.com/Team-VTT-Lyc%C3%A9e-La-Touche-731413410312128/>



SEF DE SAINT BRIEUX

Saint Brieuc (22)

Depuis 1994

PRÉSENTATION DE LA STRUCTURE

Pratiques proposées : Cyclo-cross, Piste, Route, VTT

Genre : Mixte

Tranche d'âge : de 13 à 20 ans

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

LES ÉTABLISSEMENTS SCOLAIRES

Collèges : Collège Saint-Yves

Lycées généraux et technologiques :
Lycée Sacré-Coeur

Lycées professionnels : Lycée Sacré-Coeur

BTS, DUT, IUT...: Lycée Sacré-Coeur La Salle

Universités : Rennes 2

SERVICES PROPOSÉS PAR LA STRUCTURE

Préparation sportive : Stage avec le Comité départemental 22 et le comité ROUTE, CX, PISTE et VTT, séance sur l'alimentation et l'entraînement.

Préparation physique : salle de musculation, gymnase, piscine, local vélo et mécanique

Préparation mentale : Formation en visio avec le comité

Services médicaux : A disposition le Docteur Boulard médecine du sport (à la demande)

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.

LE VOLET SPORTIF

Le nombre d'encadrants : 2

Les qualifications des encadrants : DEJEPS ET BE2 CYCLISME traditionnel

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, Piscine, gymnase et salle de gym

Installations cyclistes : Vélodrome, Sentier de VTT, Circuit de cyclo-cross 3 saisons, Watt-bike, Home trainer

LES TARIFS (2020)

Coût annuel si licencié(e) dans le club résident ou le comité régional : Veuillez-vous rapprocher de la structure.

Coût annuel si non licencié(e) dans le club résident ou le comité régional : Veuillez-vous rapprocher de la structure.

Coût annuel de l'internat : Veuillez-vous rapprocher de la structure.

Coûts annexes : Veuillez-vous rapprocher de la structure.

CONTACTS

- **Responsable de la structure :** LE DOLÉDEC Rolland
- **Adresse mail de la structure :** rolledoledec@orange.fr
- **Numéro de téléphone de la structure :** 06 62 79 61 26
- **Site internet :** www.lycéessacrecoeursaintbrieuc