



PÔLE ESPOIRS NORMANDIE

SEF DE CAEN ET FLERS (CAEN ET FLERS)





SEF DE CAEN ET FLERS

Caen et Flers (14)

Depuis 1995 et 2001

PRÉSENTATION DE LA STRUCTURE

Pratiques proposées : Piste, Route, Cyclo-cross

Genre : Mixte

Tranche d'âge : à partir de 15 ans

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

LES ÉTABLISSEMENTS SCOLAIRES

Lycées généraux et technologiques :
Lycée Laplace et Lycee Dumont D'Urville

BTS, DUT, IUT...: IUT technique de Commercialisation

Universités : Université de Caen

SERVICES PROPOSÉS PAR LA STRUCTURE

Préparation sportive : Stage

Préparation physique : Musculation : 4h (2h mardi et 2h jeudi), natation le jeudi soir

Préparation mentale : Individuelle le jeudi

Services médicaux : Service medical du CSN Caen, Médecin du pôle (consultations possibles tous les jours), Kinésithérapeutes : (consultations possibles tous les jours), Balnéothérapie le jeudi soir de 17h à 19h

Nutrition : Rendez-vous possible le jeudi

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 : BEES 2 cyclisme Traditionnel, 1 DESJEPS Cyclisme - performance, 1 stagiaire DEJEPS Cyclisme

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, Gymnase

Installations cyclistes : Vélodrome, Sentier de VTT, Circuit de cyclo-cross 4 saisons, Home trainer, Hammer

LES TARIFS (2020)

Coût annuel si licencié(e) dans le club résident ou le comité régional : 2 600 €.

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

Coût annuel de l'internat : 1 400 €.

Coûts annexes : 'Pôle santé (Médecin, kiné, psy, diététicien), préparation physique, préparation mentale, balnéothérapie, entraînements individualisés

CONTACTS

- **Responsable de la structure :** LOUVET David
- **Adresse mail de la structure :** poleespoirvelocaen@yahoo.fr
- **Numéro de téléphone de la structure :** 06 16 55 34 04
- **Twitter :** @PoleCaen