



# PÔLE ESPOIRS AUVERGNE-RHÔNE ALPES



**La Région**  
Auvergne-Rhône-Alpes



## SEF TALENTS 1

## Bourg en Bresse (01)

Depuis 2020

*"Progresser à son rythme dans un double projet (scolaire et sportif) en donnant le meilleur de soi-même"*

### PRÉSENTATION DE LA STRUCTURE

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

**Genre :** Mixte

**Tranche d'âge :** de 16 à 20 ans

**Nombre de sportifs(ves) dans la structure :**  
20 maximum

### LES ÉTABLISSEMENTS SCOLAIRES

**Lycées généraux et technologiques :**  
Lycée Carriat, et lycée Saint Pierre

**Lycées professionnels :** Lycée Carriat

**BTS, DUT, IUT...:** Lycée Carriat

### SERVICES PROPOSÉS PAR LA STRUCTURE

**Préparation sportive :** Pluridisciplinarité des activités, entraînements individualisés, tests d'effort.

**Préparation physique :** 1 à 2 en fonction de la saison. Salle de musculation dans l'établissement scolaire.

**Préparation mentale :** Préparation mentale sur demande, en fonction des besoins des athlètes.

**Services médicaux :** Partenariat avec un centre de kiné, avec le CMS, médecin référent en cas de besoin

**Nutrition :** Présence hebdomadaire d'un nutritionniste

## 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 :**  
BEESAC + Educateur fédéral ou Stagiaire DEJEPS

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

## LES INSTALLATIONS SPORTIVES

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

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

## LES TARIFS (2020)

**Coût annuel si licencié(e) dans le club résident ou le comité régional :** 540 €.

**Coût annuel si non licencié(e) dans le club résident ou le comité régional :** 540 €.

**Coût annuel de l'internat :** 1 500 €.

**Coûts annexes :** Achat de tenues cyclistes supplémentaires (en plus du paquetage offert) : 120€ (en moyenne), licence UNSS : 15€.

## CONTACTS

- **Responsable de la structure :** RICHARD Yann
- **Adresse mail de la structure :** richard.yann@orange.fr
- **Numéro de téléphone de la structure :** 06.07.19.77.11
- **Facebook :** Talents01
- **Instagram :** talents01ain
- **Site internet :** www.cyclisme01.fr



## SEF LXB

## Nantua (01)

Depuis 2020

### PRÉSENTATION DE LA STRUCTURE

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

**Genre :** Mixte

**Tranche d'âge :** de 15 à 19 ans

**Nombre de sportifs(ves) dans la structure :**  
15 maximum

### SERVICES PROPOSÉS PAR LA STRUCTURE

**Préparation sportive :** Stage de préparation hivernale, cycle de musculation de 15 à 20 semaines, trail et ski de fond en préparation foncière, Programmation individualisée.

**Préparation physique :** 3 séances hebdomadaires

**Préparation mentale :** Suivi général scolaire/sportif chaque trimestre.

**Services médicaux :** Une visite médicale médecin du sport chaque année. Infirmière du lycée disponible toute l'année

**Nutrition :** Travail avec un nutritionniste

### LES ÉTABLISSEMENTS SCOLAIRES

**Lycées généraux et technologiques :**  
Lycée Xavier Bichat

**Lycées professionnels :** Lycée Xavier Bichat

**BTS, DUT, IUT...:** Lycée Carriat

## 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 :**  
BEESAC + DE cyclisme traditionnel

**Le volume horaire d'entraînement par semaine :** Entre 6 et 8 heures

## LES INSTALLATIONS SPORTIVES

**Installations sportives :** Salle de musculation; atelier mécanique; stockage des vélos; salle(s) de réunion et ou de cours, Gymnase.

**Installations cyclistes :** Sentier de VTT, circuit de cyclo-cross 3 saisons, Home trainer, zone de trail artificiel dans la cours du lycée.

## LES TARIFS (2020)

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

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

**Coût annuel de l'internat :** 1 750 €.

**Coûts annexes :** stage hivernal (200 €), achat de la tenue (entre 30 et 100 €).

## CONTACTS

- **Responsable de la structure :** GAUDILLERE Nicolas
- **Adresse mail de la structure :** ce.0010032e@ac-lyon.fr
- **Numéro de téléphone de la structure :** 06 75 21 29 28
- **Facebook :** Pôle Espoir Cyclisme LXB
- **Instagram :** lxb.cyclisme



# SEF CHAMBERY FEMININ

# Chambéry (73)

Depuis 2020

"Concevoir un processus adapté et adaptable au double projet sport féminin et étude."

## PRÉSENTATION DE LA STRUCTURE

**Pratiques proposées :** Route; VTT; Cyclo-cross

**Genre :** Féminin

**Tranche d'âge :** de 15 à 22 ans

**Nombre de sportifs(ves) dans la structure :** 18 maximum

## LES ÉTABLISSEMENTS SCOLAIRES

**Lycées généraux et technologiques :** Lycée Louis Armand de Chambéry

## SERVICES PROPOSÉS PAR LA STRUCTURE

**Préparation sportive :** Stage de cohésion du groupe "Sports d'hiver" (3 jours), stage de préparation entraînement (1 semaine), programmation de l'entraînement personnalisée.

**Préparation physique :** 4 séances d'entraînement encadrée par semaine, programme et suivi d'entraînement personnalisé le week-end et les vacances, accès gratuit à une salle de musculation, encadrement de séances de ski de fond pendant l'hiver.

**Préparation mentale :** Intervention 1 fois tous les 2 mois d'une psychologue du sport avec une suivi hebdomadaire personnel en visio conférence.

**Services médicaux :** Suivi médical par un médecin du sport. Accès au "pole médical" de la structure pour une prise en charge prioritaire (kiné, ostéopathe).

**Nutrition :** Suivi diététique personnalisé pendant toute la saison, intervention "pratique" de notre diététicienne.

## LES INSTALLATIONS DE LA STRUCTURE

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

Non.

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

Non.

## LES INSTALLATIONS SPORTIVES

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

**Installations cyclistes :** Sentier de VTT; Circuit de cyclo-cross 4 saisons; Home trainer;

## LE VOLET SPORTIF

**Le nombre d'encadrants :** 4

**Les qualifications des encadrants :** DEJEPS VTT, DEJEPS Route, DEJEPS route, licence STAPS

**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 :** 1 600 €.

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

**Coût annuel de l'internat :** se rapprocher de la structure.

**Coûts annexes :** /

## CONTACTS

- **Responsable de la structure :** COLIN Marion
- **Adresse mail de la structure :** polecyclismefeminin@gmail.com
- **Numéro de téléphone de la structure :** 06 77 41 15 32
- **Facebook :** Pole Performance Espoir du Sport Féminin Chambery
- **Instagram :** polecyclismefeminin73
- **Site internet :** <https://polecyclismefeminin.fr/>





## SEF VTT

## Voiron (38)

Depuis 2012

### PRÉSENTATION DE LA STRUCTURE

**Pratiques proposées :** Cyclo-cross, Route, VTT, VTT Descente, VTT Trial

**Genre :** Mixte

**Tranche d'âge :** de 13 à 19 ans

**Nombre de sportifs(ves) dans la structure :**  
20 maximum

### LES ÉTABLISSEMENTS SCOLAIRES

**Collèges :** Collège Notre Dame de Victoire

**Lycées généraux et technologiques :**  
Lycée Ferdinand Buisson

**Lycées professionnels :** Lycée Les Prairies

### SERVICES PROPOSÉS PAR LA STRUCTURE

**Préparation sportive :** Accès à Trainingpeaks, séance vidéo, intervention des stagiaires de l'Institut de Formation du Vélo sur des séances techniques (vidéos...) Zone de trial à proximité. Stage de préparation possible pendant les vacances de février, accès TrainingPeaks ou Nolio

**Préparation physique :** Préparation physique d'une à deux séances hebdomadaires avec accès à la salle de musculation.

**Préparation mentale :** 12 séances en groupe de préparation mentale. Possibilité d'un suivi individuel en option

**Services médicaux :** Présence médecin 1 fois dans la semaine. Infirmier présence 4 fois dans la semaine. Présence de 3 kinés sur le site ainsi qu'un "réathlétiseur"

**Nutrition :** Intervention d'un diététicien une à deux fois dans l'année. Nutrition adaptée aux sportifs

## 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 :** 4

**Les qualifications des encadrants :** BEESAC, BE VTT 2ème degré, DEJEPS, STAPS...

**Le volume horaire d'entraînement par semaine :** Entre 8 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, zone de trial, mini stade XC

**Installations cyclistes :** Piste de BMX, Butte de départ, Butte de départ de niveau internationale, Grille de départ, 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 :** à partir de 1 400 €.

**Coût annuel si non licencié(e) dans le club résident ou le comité régional :** à partir de 1 400 €.

**Coût annuel de l'internat :** 3 800 €.

**Coûts annexes :** Entraînements, 1400 euros par an

## CONTACTS

- **Responsable de la structure :** VAUDAUX VINCENT
- **Adresse mail de la structure :** generationbike@gmail.com
- **Numéro de téléphone de la structure :** 06 76 00 96 85
- **Facebook :** <https://www.facebook.com/PoleEspoirsVTT>
- **Site internet :** [www.generationbike.com](http://www.generationbike.com)
- **Vidéo de présentation :** <https://www.youtube.com/watch?v=Rno7Q9ZPq5g>



## SEF SAINT ETIENNE

## Saint Etienne (42)

Depuis 1997

" Double projet études et sport "

### PRÉSENTATION DE LA STRUCTURE

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

**Genre :** Masculine

**Tranche d'âge :** de 16 à 22 ans

**Nombre de sportifs(ves) dans la structure :**  
30 maximum

### LES ÉTABLISSEMENTS SCOLAIRES

**Collèges :** Groupe scolaire Tézenas du Montcel, Groupe scolaire Lasale

**Lycées généraux et technologiques :**  
Groupe scolaire Tézenas du Montcel, Groupe scolaire Lasale

**Lycées professionnels :** Groupe scolaire Lasale

**BTS, DUT, IUT...:** Groupe scolaire Tézenas du Montcel ( 3 BTS), IUT de Saint Étienne (7 DUT)

**Universités** Université de Saint Étienne

### SERVICES PROPOSÉS PAR LA STRUCTURE

**Préparation sportive :** Cyclisme traditionnel

**Préparation physique :** 3 entraînements hebdomadaires, salle de musculation de l'Université

**Préparation mentale :** Si besoin, suivi individuel

**Services médicaux :** Un médecin du Pôle, 2 kinésithérapeutes, une Psychologue

**Nutrition :** Le médecin du Pôle



## 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 ?**

Oui, à proximité du site

## LE VOLET SPORTIF

**Le nombre d'encadrants :** 3

**Les qualifications des encadrants :**  
BEESAC et BEES 2ème degré

**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 :** Vélodrome, Sentier de VTT, Circuit de cyclo-cross 3 saisons;

## 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 :** 750 €.

**Coût annuel de l'internat :** 4 200 €.

**Coûts annexes :** Dispositif étude et sport 60 €/mois; Contribution lycée (entre 49 et 144 €/mois)

## CONTACTS

- **Responsable de la structure :** OLAGNIER Henri ou Cédric BONNEFOY
- **Adresse mail de la structure :** polecyclisme@gmail.com
- **Numéro de téléphone de la structure :** 06 17 70 55 72 ou 06 19 77 41 42
- **Facebook :** <https://fr-fr.facebook.com/P%C3%B4le-espoirs-cyclisme-Saint-%C3%89tienne-Loire-138445552876873/>
- **Instagram :** <https://www.instagram.com/polecyclismesainttienne/>
- **Site internet :** <http://polecyclisme.fr/>