

PROJET SPORTIF ROUTE FEMMES SAISON 2019



Région
Hauts-de-France



L'activité féminine sur la route dans la région HDF a du mal à se développer sur la quantité. Les actions mises en place permettent de peser désormais sur les grandes échéances nationales jeunes (coupe de France, championnats de France).

Le comité régional organise aujourd'hui des regroupements et déplace les meilleurs éléments sur plusieurs compétitions.

Le projet sportif 2019 doit continuer sur la lancée de ce qui a été mis en place depuis plusieurs saisons. Il doit permettre de consolider ce qui est mis en œuvre pour les jeunes catégories et arriver à prendre plus en compte notre accès à l'élite.

Plusieurs raisons peuvent expliquer les difficultés rencontrées par le cyclisme féminin :

- Les entraîneurs spécialisés : les femmes présentent des particularités physiologiques, psychologiques et hormonales qu'il faut savoir appréhender. Un bon entraîneur chez les hommes ne sera pas forcément un bon entraîneur chez les féminines. Nous manquons cruellement d'entraîneurs compétents dans le domaine féminin ce qui favorise le regroupement de nos filles dans des structures uniques et par la même diminue les confrontations régionales.
- Manque d'épreuves inter-régionales strictement féminines qui permettraient des confrontations avec plus d'effectifs, un niveau intermédiaire aux échéances nationales et des déplacements moins lointains.
- Les problèmes morphologiques : les femmes ont une anatomie différente de celles des hommes, une anatomie qui nécessite une grande attention au matériel utilisé et aux différents réglages de position. Ce qui pose le plus de problème en général est l'assise sur la selle qui peut engendrer des douleurs et des complications si on ne fait pas attention. Depuis plusieurs années, les équipementiers développent des produits adaptés à la morphologie féminine (vélos plus petits, poignées plus petites, selles spéciales...).
- Un milieu où il est compliqué de trouver sa place sportive ; depuis l'école de vélo, nos filles courent le plus souvent aux côtés des garçons qui les surpassent morphologiquement. Elles sont souvent alignées dans les catégories inférieures pour gommer cette inégalité physique mais cela ne présente pas une solution pertinente pour les motiver, les faire évoluer sportivement. Dans les courses féminines, l'échelon régional rencontre des coureuses de niveau international : imaginez-vous courir aux côtés des Arnaud DEMARE, Florian SENECHAL ou encore Adrien PETIT.

Proposer une offre de compétitions attractives pour toutes, former des cadres, amener les meilleurs éléments vers les épreuves nationales et internationales du calendrier, voilà les enjeux de développement du projet sportif féminin pour notre grande région.

Fort de l'expérience des dernières saisons, nous nous apercevons que le niveau des féminines séniors reste éloigné du niveau national, à l'exception des filles appartenant aux équipes UCI. En revanche, nos jeunes minimes-cadettes et juniors s'en approchent fortement. Le projet sportif 2019 doit pouvoir accompagner ces dernières en priorité.



Région
Hauts-de-France



Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

MINISTÈRE
DE LA VILLE,
DE LA JEUNESSE
ET DES SPORTS



DEVELOPPEMENT, DETECTION ET EVALUATION

Par développement, on entend ici des actions permettant d'amener nos licenciées vers la compétition, des regroupements communs pour faire dans un premier temps un état des lieux et des exercices communs.

Par détection, on entend des actions de tests physiques généraux ou spécifiques permettant de suivre l'évolution de nos filles et d'envisager le travail à mettre en place jusqu'à l'objectif.

Plusieurs regroupements pourront être proposés en région par les départements ou la commission féminine. Tous les regroupements sont ouverts à l'ensemble des licenciées féminines. L'ETR mettra, si besoin, un support technique humain et matériel pour coordonner ce regroupement. L'idée est ici de pouvoir proposer des regroupements locaux et voir au moins une fois chacune de nos féminines.

Les thèmes des stages seront définis en fonction de leur place dans la saison (PPG en décembre, volume, travail de rythme collectif, travail technique ...)

REGROUPEMENTS 2019

Informations sur le site régional www.hautsdefrancecyclisme.com

LIEU ET DATES	INFORMATIONS	RESPONSABLE
16/12/2018 à Roubaix	Tests de détection Baptême et séance sur piste	Cindy MORVAN Cynthia WYPELIER
20/01/2019 à La Madeleine	Stage : PPG et route	Cindy MORVAN Cynthia WYPELIER Lucien CLOET
16 et 17/02/2019 à Saint Quentin en Yvelines	Stage sur sélection (piste + BMX + route) 7 places uniquement	Cindy MORVAN Fabien MARILLAUD
23 et 24/02/2019 à Calais	Stage sur 2 jours	Cindy MORVAN Cynthia WYPELIER Lucien CLOET
19 au 21/04/2019 à Beauvais	Stage + compétition	Cindy MORVAN Cynthia WYPELIER Lucien CLOET
05 au 07/08/2019 à Beauvais	Stage de préparation au championnat de France de l'avenir	Cindy MORVAN Cynthia WYPELIER Lucien CLOET



Région
Hauts-de-France



LIBERTÉ - ÉGALITÉ - FRATERNITÉ
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

MINISTÈRE
DE LA VILLE,
DE LA JEUNESSE
ET DES SPORTS



PERFECTIONNEMENT

Afin de faire évoluer nos meilleurs éléments au niveau national, voir international, l'identification d'un collectif inter-régional semble pertinente pour : permettre à nos meilleures filles et dames une confrontation de haut-niveau plus fréquente, former des potentiels sur des compétitions plus relevées, avoir un turn-over des filles et dames ne présentant pas pour le moment le niveau exigé de telles échéances, mutualiser les moyens humains, matériels et financiers.

À tout moment ce programme peut être modifié si le niveau requis pour concourir sportivement n'est pas jugé suffisant par l'ETR. **Il priorisera les catégories minimales cadettes et juniors** pour les déplacements en sélection régionales, en tenant compte de la progression des plus jeunes (minimes 1 et 2) et du niveau de notre élite pour leur permettre de continuer à se confronter aux meilleures françaises.

Afin de mettre en œuvre ce projet, la participation par jour de déplacement est fixée à 10€ et sera facturé directement au club.

Le programme du collectif des filles sera mixé avec des épreuves nationales et une participation souhaitée à certaines courses en Belgique (rappels braquets 48*14 en Belgique, 50*14 en France) :

La proximité avec la Belgique est une opportunité pour l'ensemble de nos effectifs pour se confronter à un meilleur niveau global ou encore retrouver des pelotons plus conséquents. Attention, les courses ne sont ouvertes en Belgique qu'à compter de la catégorie des cadettes.

L'encadrement des féminines sera fait par des membres de l'ETR sous la responsabilité de Cindy MORVAN, Cynthia WYPELIER et Lucien CLOET.

Un calendrier complémentaire aux épreuves régionales sera proposé aux filles et dames. Les membres de l'ETR éventuellement présents pourront assurer surplace une aide technique sur les différentes compétitions.

Calendrier prévisionnel Minimes-Cadettes :

- Dimanche 17 mars : Route l'Ouest Féminin (BRE)
- Vendredi 19 au dimanche 21 avril : Stage + compétition (IDF ; sous réserve)
- Samedi 18 et dimanche 19 mai : Compétition en Belgique (sous réserve)
- Samedi 20 et Dimanche 21 Juillet : Finale de la Coupe de France des CD (AURA)
- Mercredi 21 au samedi 24 août : Championnats de France de l'avenir (HDF)

Calendrier prévisionnel Juniors-Séniors :

- Dimanche 17 mars : Route l'Ouest Féminin (BRE)
- Mercredi 21 au samedi 25 août : Championnats de France de l'avenir (HDF) (*juniors et espoirs)



Région
Hauts-de-France



MINISTÈRE
DE LA VILLE,
DE LA JEUNESSE
ET DES SPORTS



PERFORMANCE

La performance au championnat de France reste la finalité pour nos délégations régionales. L'accompagnement sur les championnats de France répond à principalement à trois objectifs :

- Mettre nos meilleurs éléments dans les conditions les plus optimales de performance,
- Montrer la qualité de notre comité dans les domaines de la formation et de l'accompagnement des athlètes, par la performance « chiffrée » et le comportement de nos athlètes en course,
- Former nos plus jeunes potentielles aux exigences du haut-niveau national.

Le comité régional déplacera une équipe sur les championnats de France élites dames si, et seulement si, le niveau requis est jugé suffisant. La sélection aux championnats de France sur Route Elites et Espoirs Dames sera soumise aux modalités de sélection établies par le conseiller technique régional. Les équipes de DN femmes et hommes ayant la possibilité d'être présentes sur les championnats de France, la sélection sera établie avec des potentiels définis sur un critère de performance pour tous les coureurs femmes et hommes. L'intervention de l'ETR sera soumise à l'avancée budgétaire.

Le comité régional déplacera les jeunes potentielles sur les championnats de France de l'avenir. La sélection aux championnats de France sur Route de l'Avenir sera soumise aux modalités de sélection établies par le conseiller technique régional.

Fabien MARILLAUD,
CTR Hauts-de-France.