

# Compte rendu du CTS sur le stage de détection de Moselle

Dimanche 28 février 2010

Très bonne action engagée par une mutualisation de clubs et le comité départemental. Ce n'est qu'en s'entraidant que nous pourrions faciliter le développement de la pratique. **Bravo** à vous tous pour vos projets communs et ce travail effectué. J'ai senti du professionnalisme dans la mise en place du stage et dans la gestion des groupes.

## 1. Au niveau des intervenants :

### **Merci pour leur implication dans le déroulement de ce stage.**

Je note une chose, un BF1 pour encadrer à partir de minimes commence à être juste au niveau de la transmission de connaissances, il faudrait dans l'optique d'une bonne détection et dans une volonté de former au mieux nos cyclistes, penser à aller vers des BF2 voire BF3, qui vous permettraient de mieux détecter le potentiel de chaque jeune et de mieux les former.

Attention aussi, à ne pas mélanger votre perception de l'activité et la perception des jeunes. En voyant les consignes que vous donniez aux minimes et cadets, on arrive à comprendre quel genre de pratiquant vous êtes. Cela ne devrait pas être le cas. Un éducateur doit être capable de voir les choses comme le perçoivent ses jeunes.

Attention également aux consignes données pour le franchissement des difficultés techniques. Ce sont des compétiteurs et non des randonneurs ou de jeunes benjamins, la technique à utiliser dans les passages techniques et l'approche que l'on peut en avoir sont différentes.

### **Respect de l'intégrité physique des coureurs, les éducateurs se sont adaptés aux âges de leurs pratiquants et ont proposés des situations qui vont dans le sens d'un développement harmonieux du corps de l'enfant de ses capacités sportives.**

La logistique du stage fut impeccable notamment sur le possible repli dans un gymnase en cas de problèmes météo. Bonne anticipation et préparation en amont. Les horaires de stages étaient connus de tous, tout c'est déroulé dans le bon ordre, avec une équipe qui avec seulement 1 année de recul semblait rodée à ce genre de stage.

Le choix du site de stage paraît pertinent car il permet la pratique de toutes les disciplines malgré les caprices météo. Les éducateurs connaissaient très bien les lieux ce qui leur a permis de mettre les situations en place rapidement et de s'adapter au mieux lorsqu'il fallait changer de zones pour un exercice nouveau.

## 2. La détection :

La formule de pratique des activités vtt (trial, descente, cross-country) me paraît être une bonne chose. Maintenant attention à ne pas confondre stage de formation et stage de détection. Le but pour le comité régional est de détecter les meilleurs de chaque départements qui viendront faire des tests Powertap que nous transmettons ensuite à la FFC. Il me semble intéressant de mettre en place au niveau des comités départementaux les tests de détections de la FFC pour les minimes et les cadets couplés à la pratique vététiste.

## 3. La détection des jeunes :

- Les pupilles : Il semblerait qu'un jeune pupille Danlion Mathias, à l'aise techniquement et attestant de bonnes capacités d'endurance soit à suivre dans les prochains tests de détection l'année prochaine et au cours de la saison de vtt régionale.
- Les Benjamins : Il ne semble pas y avoir un gros niveau de pratique dans cette catégorie dans laquelle un pupille arrive à se hisser à la deuxième place du classement. Je resterais tout de même vigilant quant aux résultats de Marasco Lorenzo.
- Les minimes : Le niveau de la catégorie minimes ne m'a pas paru très élevé. Ayant assisté à la partie « Descente » certains aspects techniques paraissent mal maîtrisés.
  - o Un travail orienté sur le positionnement du corps sur le vtt en fonction des difficultés du terrain serait pertinent :
    - Position des pédales en fonction du terrain, des virages...
  - o Travail sur les trajectoires :
    - Orientation du regard encore trop centré sur la roue avant.
    - Savoir repérer la trajectoire la plus courte / plus rapide. Sur l'exercice de virage en descente très peu sont allés prendre l'appui naturel qui permettait de moins freiner, de rester stable sur le vtt et d'éviter les chutes...
    - Lecture du terrain : ce n'est pas parce qu'il y a des traces de passage à un endroit que les jeunes doivent aller dessus et que c'est la bonne trajectoire... Les amener à voir les possibilités qui s'offrent à eux pour qu'ils comprennent la notion de rentabilité.
  - o Travail sur l'utilisation des freins.

Sont à suivre Desseaux Lucas, Valentin Pierre et Laupin Arnaud mais aucun d'eux n'a le niveau pour un test de détection à l'échelon régional.

- Les cadets : J'ai pu constater du niveau des cadets lors de la pratique du cross-country. Suite à cette observation plusieurs points sont apparus à mes yeux.
  - o Problème d'anticipation du braquet : La quasi-totalité n'abordait pas les difficultés avec la bonne démultiplication. Pour avoir vu un passage technique en côte, tous à l'exception de Romain Currat, sont arrivés avec un braquet trop facile et une hyper-vélocité qui :
    - les épuise avant la difficulté,
    - diminue leur stabilité et
    - arrivent avec une vitesse de passage trop faible par rapport à ce dont ils auraient besoin pour l'obstacle.

- Travail sur positionnement du corps sur vélo :
  - Position du corps en côte et en descente. Problème de roue arrière qui glisse sur le passage en côte.
- Travail sur la pression des pneus adaptée au terrain :
  - Certains étaient beaucoup trop gonflés (2à 3 bars) alors qu'ils ne pèsent que 60-65 Kg, qu'ils roulent en tubeless et que le terrain est humide.
  - D'autres étaient sous gonflés alors qu'ils étaient en chambre à air ce qui engendre une perte d'adhérence et un gros manque de rentabilité dans l'avancement.

### Conclusion :

Vous pourrez me dire que la critique est facile quand on vient avec un regard extérieur et que l'on a pas préparé les séances pour ces jeunes. Je vous répondrai que oui effectivement cela est facile. Je souhaite juste préciser que naturellement on est plus exigeant avec des personnes compétentes que des personnes avec de grosses lacunes.

**Donc bravo pour le travail de chacun et votre implication.**

**Ce fut un stage de qualité, avec des jeunes qui vont progresser j'en suis persuadé et des éducateurs à l'écoute.**

**Je suis épaté de voir les jeunes si respectueux des consignes et prêt à aider pour la mise en place des repas et autres. Cela atteste d'un bon travail dans les clubs en amont et je vous en félicite.**

PS : si vous voulez des éclaircissements concernant mes propos, n'hésitez pas à me téléphoner nous en parlerons.

Cyril Granier  
CTS Cyclisme Lorraine  
DRJSCS Lorraine