

SAISON 2024-2025



# PÔLE DE FORMATION

VELO CLUB LA POMME  
MARSEILLE

# SOMMAIRE

Présentation .....	P.3
Recrutement .....	P.4
La formation scolaire et sportive .....	P.5
Le suivi médical et sportif .....	P.6
Les installations et le staff .....	P.7
Planification sportive .....	P.8
Calendrier prévisionnel 2024 .....	P.9
Tarifs .....	P.10
Partenaires .....	P.11



# PRÉSENTATION

Dans le cadre du développement de sa formation sportive, le Vélo Club La Pomme Marseille met en place un projet intégrant le suivi sportif et scolaire de ses jeunes athlètes.

À l'image de Maxime Decomble et Hugo Tapiz qui ont rejoint les rangs de structures professionnelles (FDJ Continentale & Pro Team Kern Pharma) le Vélo Club La Pomme Marseille s'inscrit depuis de nombreuses années comme un club cycliste reconnu sur le plan national, pour sa chaîne de formation et qui a notamment fait éclore de nombreux champions depuis sa création. Chaque année, plusieurs coureurs passés dans les rangs amateurs de la structure participent au Tour de France.

Notre club est aujourd'hui une référence au niveau national et International (plus important club de la Région Sud PACA (en matière de licenciés) où les nombreux succès ont fait la notoriété de l'association.

Afin d'améliorer encore notre travail sur la formation des jeunes coureurs et leur permettre de bénéficier d'un suivi scolaire et sportif de qualité, nous avons mis en place un pôle destiné à des élèves ambitieux, âgés de 16 à 18 ans, dans le cadre d'un partenariat avec le Lycée Polyvalent Nelson Mandela (12ième Arr. de Marseille) et le Lycée Denis Diderot (13e Arr).

Ainsi, la mise en place d'une telle structure permet d'attirer les jeunes les plus prometteurs de la région, en leur permettant l'accessibilité vers le haut niveau.



# RECRUTEMENT

Le recrutement s'effectue sur dossier. Il est disponible sur demande au secrétariat du Vélo Club La Pomme Marseille ou téléchargeable sur le site internet de la structure \*



- Le Pôle Cycliste du Vélo Club La Pomme Marseille est ouvert en priorité aux athlètes licenciés en Région Sud PACA mais également à tout licencié de la FFC répondant aux critères fixés ci-dessous.
- Les athlètes désirant intégrer le Pôle de formation devront évoluer en U17 & U19.
- Dans tous les cas, le sportif devra présenter un potentiel régional ou national et avoir la capacité à mener à bien son double projet sportif et scolaire. Du point de vue scolaire, les résultats en matière de notes et d'appréciations seront soigneusement observés.
- Une attention toute particulière sera également accordée à l'aspect "comportemental". L'équilibre entre les champs sportif et scolaire est essentiel afin de pouvoir envisager sereinement l'expérience du Pôle de Formation.
- Le dossier d'inscription renseigne donc sur ces deux domaines, ainsi que sur le bilan médical de l'athlète.
- Le dossier est à retirer à partir du 22/01/2024 et à retourner avant le 11/03/2024. Une pré-sélection sera alors effectuée après une étude des dossiers d'inscriptions au plus tard le 31/03/2024. Les candidats retenus seront convoqués au siège du Vélo Club La Pomme Marseille pour un entretien avec les entraîneurs du Pôle, au plus tard le 15/05/2024.
- Les athlètes ayant satisfait à ces deux premières étapes devront ensuite se soumettre à des tests physiques et techniques en vue de la sélection finale.

# LA FORMATION SCOLAIRE

L'entrée au Pôle Cycliste implique, pour les jeunes athlètes, l'acceptation sans réserve du projet scolaire et sportif. Leur épanouissement passe obligatoirement par la réussite de ce double projet. Pour cette raison, le Pôle Cycliste du Vélo Club La Pomme Marseille s'évertuera à offrir, à ces jeunes, un équilibre entre leur passion et leurs obligations scolaires.

L'objectif du double projet reste d'assurer en priorité l'avenir socioprofessionnel des jeunes athlètes tout comme leur accessibilité vers le plus haut niveau sportif.

## **Horaires aménagés :**

Les jeunes athlètes bénéficieront tout au long de leur scolarité, d'horaires aménagés, d'un suivi scolaire personnalisé, d'un bilan trimestriel (3/an) et d'un accompagnement en vue de la construction d'un projet personnel de poursuite d'études supérieures leur permettant de poursuivre dans les meilleures conditions leur double projet. Ces horaires aménagés font l'objet d'une convention avec le Lycée Polyvalent Nelson Mandela (12e Arr. de Marseille) et le Lycée Denis Diderot (13e Arr. de Marseille). Les cours se terminent en début d'après-midi pour laisser place à la pratique sportive. Les entraînements se tiennent ainsi les mardis, mercredis et jeudis après-midi.

# LA FORMATION SPORTIVE

**Notre objectif : l'accès au plus haut niveau régional et national !**

## **Un travail personnalisé :**

Des tests d'évaluations, physiologiques et techniques seront mis en place dès la rentrée scolaire. Un entraîneur permanent, titulaire du Diplôme d'État de la Jeunesse, de l'Éducation Populaire et du Sport (DEJEPS) est seul habilité à déterminer et à planifier les charges d'entraînement adaptées à chaque athlète.

## **La formation :**

À ce niveau, le travail est principalement axé sur le développement optimum des qualités physiques et l'affinement de tous les gestes techniques associés aux problèmes tactiques du cyclisme moderne. Chaque athlète sera évalué sur son engagement et sa motivation, sa technicité, son efficacité, son intelligence de course ainsi que sur son niveau de performance physique.

# LE SUIVI MÉDICAL ET SPORTIF

Les athlètes du Pôle Cycliste du Vélo Club La Pomme Marseille pratiquent la compétition à haut niveau. Ainsi, la structure veillera à leur apporter le meilleur suivi médical et sportif afin de prévenir les blessures et mettre les jeunes cyclistes dans les meilleures conditions physiques. Pour ce faire, le Pôle Cycliste du Vélo Club La Pomme Marseille travaille en étroite collaboration avec des professionnels de santé.

Un soutien de très grande qualité, essentiel à la réussite du projet. Des conventions sont établies avec des établissements médicaux dans plusieurs domaines :

- **Clinique Provence Bourbonne** : Tests musculaires et suivi de santé liés à la pratique cycliste.
- **Kiné Sport 13** : Suivi kinésithérapie

Des interventions sont également programmées durant l'intersaison avec des techniciens professionnels, des nutritionnistes et préparateurs mentaux.

Grâce à une présence constante de ce service et à de nombreuses interactions avec les entraîneurs, le staff médical peut ainsi personnaliser son approche du haut niveau.

Le Centre Provençal de Médecine du Sport d'Aubagne et le Technosport de Luminy assurent à l'ensemble des membres du Pôle de Formation, le suivi médical réglementaire et principalement les tests d'effort, auquel sont assujettis tous les athlètes de haut niveau référencés sur les listes ministérielles ou membres inscrits dans le parcours d'excellence sportive de haut niveau.



# LES INSTALLATIONS

Le Vélo Club La Pomme Marseille bénéficie d'infrastructures permettant d'accueillir, dans les meilleures conditions, de jeunes athlètes de haut niveau, de par ses installations sportives (bureau, salle de réunion, service course, atelier), son service médical, ainsi que ses conventions avec des associations pour la préparation des athlètes (salle de musculation et d'entretien physique). La structure est également conventionnée avec le Lycée Denis Diderot qui possède un internat, afin de permettre aux élèves dont le domicile est éloigné, de bénéficier de tarifs modérés d'un hébergement de proximité.

Devant les moyens mis à disposition, pour ses réussites scolaires et sportives, chaque athlète doit être conscient de l'implication qui va lui être demandée tout au long de l'année. À l'entraînement, dans son travail et son comportement scolaire, dans la vie en collectivité, il devra être irréprochable et totalement investi dans son projet de vie.

## LE STAFF

- Jean-Michel Boggianti : Responsable sportif de la structure
- Baptiste Caillard : Entraîneur
- Mathieu Delarozière : Kinésithérapeute
- Claude Marbled : Médecin du sport
- Robert Ciampi : Proviseur du Lycée Nelson Mandela
- Nicolas Tramoni : Proviseur du Lycée Denis Diderot
- Gaëtan Contrino : Étude posturale dynamique (Aux Bonnes Côtes)
- Thierry Vanoli : Praticien en psychologie positive
- Julian Alos : Diététicien / Nutritionniste



# PLANIFICATION SPORTIVE

Le volume d'entraînement pourra représenter jusqu'à quinze heures d'activité suivant le découpage ci-dessous :

## ➤ Entraînements, stages et compétitions

Le responsable sportif et l'entraîneur du Pôle de Formation du Vélo Club La Pomme définissent pour la saison 2023-2024, la planification des jours d'entraînements, le calendrier des compétitions et les stages. Ils sont définis de la manière suivante :

- **Entraînements :** Mardi : de 15h00 à 17h30  
Mercredi : de 14h00 à 17h30  
Jeudi : de 15h00 à 17h30

Les athlètes sont pris en charge à la sortie des Lycées Nelson Mandela & Denis Diderot avec les véhicules de la structure.

- **Stages :** Un stage de trois jours lors la première semaine des vacances de Noël  
Un stage d'une semaine lors de la première semaine des vacances d'hiver

- **Compétitions :** voir calendrier à la page suivante





# CALENDRIER PRÉVISIONNEL 2024



## Mais aussi :

- Côte d'Or Classic UCI
- Côte d'Or Classic UCI
- Ronde Sud Bourgogne
- Aubel Thimister Stavelot UCI
- Classique des Bourbons
- Classique Jean-Patrick Dubuisson
- Classic Région Sud UCI
- Tour du Carmaussin Segala
- Classic Région Sud UCI
- Bruxelles Kuurne Juniors UCI
- Tour Junior Causse Aigoual Cévennes & Pays de Sommières
- Trophée Madiot U17

# TARIFS

Le Vélo Club La Pomme Marseille assure les frais financiers relatifs à l'emploi des salariés de la structure. Il prend en charge la partie financière liée au suivi médical, à la gestion des véhicules mis à disposition, aux déplacements sur les entraînements, ainsi que sur le matériel technique et pédagogique.

Une participation de 900,00€ / an est demandée aux athlètes licenciés au VCPM et de 1200,00€ pour ceux qui ne sont pas adhérents de la structure.

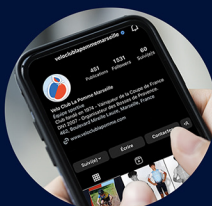
Ce montant correspond principalement aux frais liés à l'utilisation des différentes installations sportives (piscine, musculation), aux équipements vestimentaires des coureurs (colant long, maillot manches longues, maillot, cuissard) et aux suivis des entraînements.

Le paiement pourra s'effectuer de façon mensuelle. La première échéance devant intervenir avant le 31 août 2024.

Les frais de séjour et de pensionnat scolaire auprès du Lycée Denis Diderot (13e. Arr de Marseille) sont indépendants du fonctionnement et sont à régler auprès de la structure en charge de l'hébergement des coureurs. Le montant pour l'année en demi-pension est de 1700,00€. Une attention toute particulière pourra être adressée aux élèves très modestes en bénéficiant d'une bourse d'accompagnement du Conseil Départemental ou Régional.

Aucun remboursement ne pourra être demandé en cas de départ anticipé du Pôle Cycliste du Vélo Club La Pomme Marseille, pour des raisons disciplinaires ou par convenance personnelle. Seul un départ pour un motif valable, de santé par exemple ou en cas de force majeure pourra donner lieu à un remboursement, après accord entre le Vélo Club La Pomme Marseille et les responsables légaux.

**SUIVEZ- NOUS SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX**



**INSTAGRAM**

**@VELOCLUBLAPOMMEMARSEILLE**



**FACEBOOK**

**VELO CLUB LA POMME MARSEILLE**



**SITE WEB**

**WWW.VELOCLUBLAPOMME.COM**

*Ils nous accompagnent*



MARSEILLE

