



# CENTRE VAL DE LOIRE







## SEF DE SAINT AMAND MONTROND

## Saint Amand Montrond (18)

Depuis 1995

### PRÉSENTATION DE LA STRUCTURE

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

**Genre :** Mixte

**Tranche d'âge :** de 15 à 19 ans

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

### LES ÉTABLISSEMENTS SCOLAIRES

**Lycées généraux et technologiques :**  
Lycée Jean Moulin

### SERVICES PROPOSÉS PAR LA STRUCTURE

**Préparation sportive :** Disciplines proposées: route/piste/cx stage de préparation

**Préparation physique :** salle de renforcement musculaire, accès gymnases, centre balnéo ( bassin et remise en forme)

**Préparation mentale :** séance en collaboration avec les intervenants médicaux du Pôle Espoirs si besoin

**Services médicaux :** 3 visites médicales (bilan...) et si besoin diététicienne et psychologue du Pôle espoirs

**Nutrition :** séance en collaboration avec les intervenants médicaux du Pôle Espoirs si besoin. En collaboration avec le lycée, les sportifs ont la possibilité de participer à un conseil pour donner leur avis



## 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 :** 1 DEJEPS, 1 BEESAC, 1 diplôme fédéral

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

**Installations cyclistes :** Vélodrome, Sentier de VTT, Circuit de cyclo-cross 3 saisons, Circuit de cyclo-cross 4 saisons, Home trainer;

## LES TARIFS (2020)

**Coût annuel si licencié(e) dans le club résident ou le comité régional :** 303 €.

**Coût annuel si non licencié(e) dans le club résident ou le comité régional :** 303 €.

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

**Coûts annexes :** frais hébergement par dimanche soir 20€ (nuit/petit dej)

## CONTACTS

- **Responsable de la structure :** BAILLY Emilie
- **Adresse mail de la structure :** pole.espoir.cycliste@ville-saint-amand-montrond.fr
- **Numéro de téléphone de la structure :** 02 48 96 96 08

## SEF CYCLISME MIXTE CENTRE-VAL DE LOIRE

## Chateau Renault (37)

Depuis 1989

"Structure d'accession au haut niveau répondant à une demande de formation en Lycée Professionnel."

### PRÉSENTATION DE LA STRUCTURE

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

**Genre :** Mixte

**Tranche d'âge :** de 14 à 19 ans

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

### LES ÉTABLISSEMENTS SCOLAIRES

**Lycées professionnels :** Lycée des métiers  
Beauregard

**Diplôme d'État :** Lycée des métiers  
Beauregard

### SERVICES PROPOSÉS PAR LA STRUCTURE

**Préparation sportive :** Test d'effort en laboratoire, suivi des entrainement individualisés par plateforme (Nolio), stage de préparation (montagne), séance de préparation physique, formation fédérale

**Préparation physique :** Accès à la salle de musculation 1 à 2 séance par semaine en fonction de la période, et 1 à 3 entrainement spécifiques vélo en fonction de la période. Nouveau gymnase à la rentrée 2022.

**Préparation mentale :** Intervention en groupe (webinaire) avec suivi individuel proposé. Une personne ressource en cas de besoin.

**Services médicaux :** 1 test d'effort annuel en CHR.

**Nutrition :** Intervenant extérieurs nutritionniste, relation avec le service restauration du lycée

## 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 :** DEJEPS

**Le volume horaire d'entraînement par semaine :** Entre 8 et 10 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 :** Sentier de VTT, Home trainer, Circuit de cyclo-cross 3 saisons

## LES TARIFS (2020)

**Coût annuel si licencié(e) dans le club résident ou le comité régional :** 240 €.

**Coût annuel si non licencié(e) dans le club résident ou le comité régional :** 240 €.

**Coût annuel de l'internat :** 1 600 €.

**Coûts annexes :** /

## CONTACTS

- **Responsable de la structure :** PERRIN Nicolas
- **Adresse mail de la structure :** n.perrin@ffc.fr
- **Numéro de téléphone de la structure :** 06 09 61 18 82
- **Site internet :** <http://www.ffc-centre-orleanais.fr/>