



STADE VTT XCO ET STADE VTT

CAHIER DES CHARGES
TECHNIQUE





TABLE DES MATIÈRES

Le concept de Stade VTT et les fondamentaux.....	3
Les aménagements et ateliers.....	4
Portion pavée et/ou goudronnée (option niveau 2)	
Descente rapide	
Virage relevé	
Zone de rocher « Rock Garden »	
Marche et escalier	
Module bois et North Shore (option niveau 2)	
Saut	
Pumptrack (option niveau 2)	
Montée	
Secteur de positionnement (option niveau 2)	
Secteur en double trace (option niveau 2)	
Zone d'apprentissage	
Balisage des parcours.....	9
Panneau d'information à l'entrée du site	
Parcours balisés	
Le concept de Stade VTT et les fondamentaux.....	10
Equipements et services spécifiques au niveau 1 Stade VTT XCO.....	11
Hébergement	
Service de restauration	
Installations sportives	
Centre médical	
Bâtiment d'accueil et un local technique	
Vestiaires / Sanitaires	
Lavage et kit d'outillage vélo	



LE CONCEPT DE STADE VTT ET SES FONDAMENTAUX



Aménagement d'un parcours associant sentiers naturels et zones techniques aménagées et s'appuyant sur un maillage de tronçons, permettant des combinaisons multiples. Chaque passage propose une ou plusieurs alternatives, de différents niveaux techniques et des échappatoires éventuels.

L'aménagement du stade doit être composé au maximum avec les caractéristiques naturelles du terrain.

Le maillage des tronçons doit permettre de modifier, composer, varier les parcours et les entrainements en fonction des objectifs recherchés et des niveaux de pratique. Il n'y a donc pas un seul itinéraire, mais différents tronçons à combiner les uns avec les autres.

A minima, le stade doit compter 2,5 km de linéaire. L'ensemble du maillage des tronçons doit pouvoir proposer entre 4 à 8 km de parcours VTT différents en cumulé.

La connexion avec l'espace naturel et un réseau de sentiers VTT-FFC est une réelle plus-value au projet et facilite l'élargissement du socle potentiel d'utilisateurs, mais permet aussi d'accueillir des compétitions.

La différence entre le niveau 1, Stade VTT XCO, et le niveau 2, Stade VTT, tient aux services et aux équipements annexés au stade, dans une logique d'accueil d'équipes et d'athlètes de haut-niveau (hébergement, restauration, salle de musculation, etc.).





LES AMÉNAGEMENTS ET ATELIERS

Tous obligatoires pour le niveau 1 (XCO) et certains optionnels sur le niveau 2.

Se référer à la Norme AFNOR VTT Descente NF S52-110 et le guide de conception VTT Descente de la FFC pour les aménagements typés VTT de descente (pointés DH dans le document).

PORTIONS PAVÉES ET/OU GOUDRONNÉES (OPTION NIVEAU 2)

La distance à parcourir sur routes pavées ou goudronnées ne doit pas excéder 15 % du parcours total. Idéalement positionnée au départ du stade, ce type de sections peut permettre de lancer les coureurs dans le cas d'organisation de compétitions.

DESCENTE RAIDE

- Passages à forte déclivité, sur rochers ou sentiers naturels, demandant une adaptation technique.
- Pente > 15° (26%) sur minimum 3 m.
- Epingles et virages serrés possibles.



VIRAGE RELEVÉ

- En montée ou en descente, permettant de conserver de la vitesse.
- Constitué d'un revêtement non fuyant, en terre, en bois (DH) ou roche.





ZONE DE ROCHER «ROCK GARDEN»

- Section composée de rochers à faible vitesse de progression, trialisante, sur minimum 10 m.
- Propose différents choix de trajectoires.
- Pierres et blocs fixes, de diamètre > 30 cm.



MARCHE ET ESCALIER

- A basse ou haute vitesse, en fonction du parcours.
- En bois ou rocher.
- Marches de différentes hauteurs, avec 3 niveaux principaux 10 – 30 – 50 cm, pouvant être positionnées en virages.
- Section avec enchaînement de marches 30 à 50 cm et d'escaliers (minimum 10 m et 5 marches).
- Pouvant proposer des options de sauts pour éviter une partie des obstacles.





MODULE BOIS ET NORTH NSHORE (OPTION NIVEAU 2)

- Module en bois (DH) type « bike park ».
- Section formée de passerelles en bois (DH), plus ou moins en hauteur, avec des sauts, des passages sur demi-tronc, des bascules, etc.
- Permettant d'éviter des parties naturelles fragiles (cours d'eau, tourbière, zones humides, sensibles à l'érosion)
- Permettant d'effacer des zones dangereuses (trou, rocher) ou favorisant le franchissement ou le rendement.
- Proposant un changement d'adhérence ou nécessitant un travail de précision sur la trajectoire.



SAUT

- Franchissements aériens (DH) de différentes formes, naturels ou artificiels, en terre, bois ou rocher.
- Avec existence systématique d'une échappatoire si passage à l'enroulé impossible.
- Avec une signalétique conforme à la norme AFNOR des pistes de descentes DH « AFNOR NF S 52-110-pistes de descente VTT ».
- Proposant différentes options de hauteurs et longueurs.

TYPES DE SAUTS OBLIGATOIRES :

- Saut gravitaire « step-down », avec pente à la réception ou zone plate.
- Saut à l'aveugle, sans voir la zone de réception dans la trajectoire d'approche.
- Saut type BMX : double (avec et sans tables en fonction des niveaux), triple, whoops.





PUMPTRACK (OPTION NIVEAU 2)

- Passages type « Pumptrack » avec enchainement de petites bosses, type « whoops ».
- Revêtement de type durci, en terre, goudron ou tout autre surface adéquate.



MONTÉE

- Sur sentiers ou chemins larges, avec différentes trajectoires ou options (plus long sur pente plus faible, option plus courte avec forte pente).
- Passages techniques (racines, pierriers, marches, devers).
- Une côte de progression, à pente modérée, permettant un travail d'effort long (200 à 300 m minimum) et proposant un dénivelé positif total entre 40 et 50 m au kilomètre linéaire.
- Une montée courte raide, minimum 10° (16%), d'une longueur de 30 à 50 m.



SECTEUR DE POSITIONNEMENT (OPTION NIVEAU 2)

- Passages en montée ou en descente, avec des rétrécissements (piste vers monotrace avec effet entonnoir).
- Choix de trajectoires multiples, permettant de travailler la stratégie de course.
- Avec des rétrécissements/élargissements (gestion des dépassements et placements).



SORTIE EN DOUBLE TRACE (OPTION NIVEAU 2)

- Type « dual slalom ».
- En montée ou en descente.



ZONE DE DÉPART-SPRINT (OPTION NIVEAU 2)

- Positionnée au départ du parcours.
- Matérialisé par une ligne au sol et/ou une arche.
- Minimum longueur 60 à 100 m - largeur 6 à 8 m.



ZONE D'APPRENTISSAGE

- Atelier et modules ludiques dans l'esprit des exigences d'un parcours olympique (équilibre, propulsion, conduite).
- Niveau initiation et découverte de l'habilité et la maniabilité.





PANNEAU D'INFORMATION À L'ENTRÉE DU SITE

- Cartographie de type plan de piste, avec les différents tronçons, ainsi que la nature des aménagements et des ateliers mis en place.
- Les tronçons, aménagements et ateliers bénéficient d'une identification (nom ou numéro) et d'une cotation de difficulté.
- Règles et conditions d'utilisation du stade (dont la mention CASQUE OBLIGATOIRE).
- Focus sur les ateliers les plus exigeants ou emblématiques.
- Les logos du label Stade VTT et de la FFC



PARCOURS BALISÉS

- Des flèches de direction jalonnant le parcours, couleur sur fond blanc ou inversement, indiquant le sens de l'itinéraire et le niveau de difficulté (vert, bleu, rouge, noir et dimension 10*8 cm ou 12*10 cm - cf. cahier des charges fédérales).

TRÈS FACILE	FACILE	DIFFICILE	TRÈS DIFFICILE
VERT	BLEU	ROUGE	NOIR

- Balises en polypropylène, Dibon, Trespa, alu ou autre.
- Hauteur des balises positionnée au niveau du champs de vision et minimum à 1 m du sol.
- Visées sur les arbres (cf. préconisation balisage VTT fédéral) et/ou positionnées sur des poteaux spécifiques.
- Les flèches disposées de préférence du côté droit du parcours, sauf pour les intersections et configurations particulières.
- Signalement par des balises spécifiques (cf. cahier des charges fédéral) de toutes les situations potentiellement dangereuses et les ateliers présentant un engagement ou une exposition particulière (en particulier les sauts).





ÉQUIPEMENTS DE PROTECTION

- Les zones les plus dangereuses doivent faire l'objet de protection spécifique (ex : crash pad), sans limiter l'aptitude à effectuer le parcours à vélo.
- Des filets de protection (maille max. 5*5 cm) conformes aux normes de sécurité doivent être tendus près des zones à risques de chute.
- Les ponts ou les rampes en bois doivent être recouverts d'une matière antidérapante (tapis, grillage, stries ou peinture antiglisse spéciale).

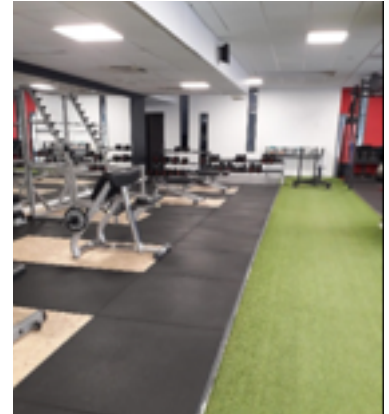




ÉQUIPEMENT ET SERVICES SPÉCIFIQUES STADE VTT XCO (NIVEAU 1)

L'ensemble des équipements et services doivent être accessibles sur le site ou à proximité immédiate et sur toute la durée d'ouverture du Stade VTT XCO.

- Hébergement
- Service de restauration
- Installations sportives :
 - Salle de musculation
 - Salle de sports
 - Salle de stretching
- Centre médical :
 - Permanences médecin et kinésithérapeute, sur le site ou pouvant être externalisé
- Bâtiment d'accueil et un local technique :
 - Point d'accueil et d'information disponible sur la plage d'ouverture du stade
 - Stockage sécurité des vélos
- Vestiaires / Sanitaires
- Lavages et kit d'outillage vélo



POUR TOUT RENSEIGNEMENT, CONTACTEZ

JÉRÔME KRIER

RESPONSABLE DES ÉQUIPEMENTS SPORTIFS ET DES SITES DE PRATIQUE

✉ j.krier@ffc.fr

☎ +33 (0)6 99 17 51 90

☎ +33 (0)1 81 88 09 58

1, rue Laurent Fignon
78180 MONTIGNY LE BRETONNEUX
www.ffc.fr

