



COMITE D'ILE DE FRANCE de la FEDERATION FRANCAISE DE CYCLISME

VELODROME NATIONAL DE SAINT-QUENTIN-EN-
YVELINES

1 rue Laurent Fignon 78180 MONTIGNY LE BRETONNEUX

Tél. : 01 81 88 08 36

Site internet : www.cif-ffc.org

TEST CONTRE-LA-MONTRE U19 W

SELECTION CHAMPIONNAT DE FRANCE DE L'AVENIR CLM

Suite à l'absence de compétitions majeures sur la discipline du Contre-la-montre pour les U19 (Juniors Dames et Hommes), le Comité d'Ile-de-France de Cyclisme met en place un test chronométré le 26 juin 2021 et poursuivi le 27 pour les Juniors Hommes sélectionnés.

Cadres techniques responsables :

Oscar MEYER (Référént Route Dames)

o.meyer@ffc.fr – 06 82 52 94 97

Thomas ONG (Référént Route Juniors Hommes)

thomasong@outlook.fr – 06 22 66 19 99

Coureuses convoquées (par ordre alphabétique) :

DORIANE	KAUFMANN	SPRINTEUR CLUB FEMININ
LARA	LALLEMANT	CSM VILLENEUVE LA GARENNE
AMBRE	RADADI	CSM PUTEAUX
JULIETTE	ROBLIN	CSM VILLENEUVE LA GARENNE
LEANE	VERSCHELDE	CSM PUTEAUX

Ces coureuses sont inscrites via une candidature de leurs clubs comme indiqué sur le document [ICI](#) (visible sur le site internet du Comité d'Ile de France de Cyclisme). Toute coureuse souhaitant participer à ce test devra passer par ce protocole via son club avant le 20 juin 2021 comme indiqué sur le document.

En cas d'impossibilité de présence, merci de contacter Oscar MEYER (coordonnées en début de document).

Coueurs convoqués :

Pour les garçons, veuillez-vous inscrire via ce lien : [CLIQUER ICI](#)

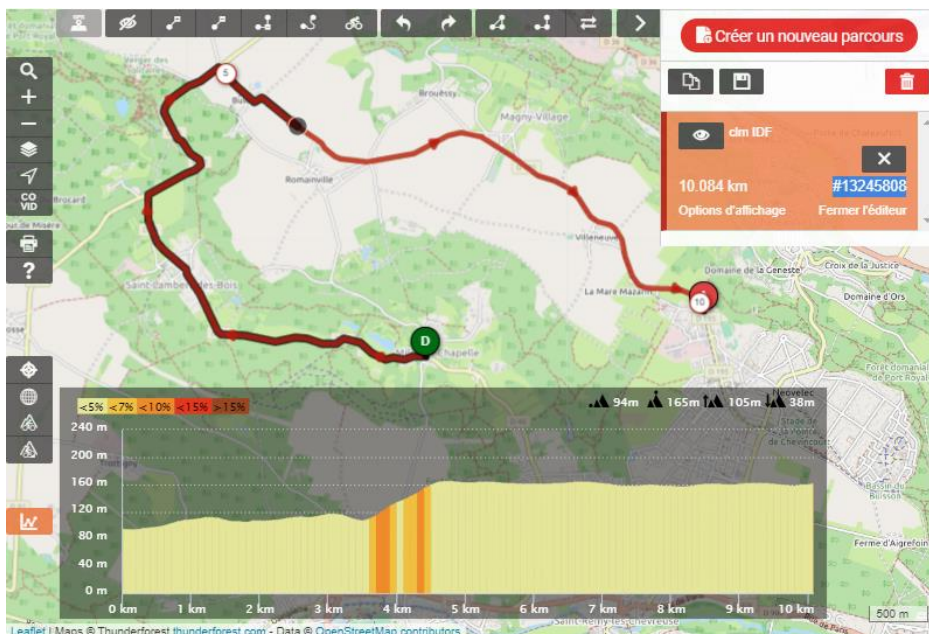
Programme :

Les Dames ne sont convoquées que le Samedi 26 puisque des stages seront par la suite mis en place et il leur sera demandé de s'y rendre.

- Samedi 26 juin 2021 (tous les inscrits) Dames et Hommes :
 - o Vélodrome National de Saint-Quentin-en-Yvelines :
 - 9h regroupement au Vélodrome (salle à confirmer), pour une vidéo conférence sur le CLM, et sur le contenu du test
 - 12h repas tirés des sacs des sportifs
 - 14h départ à vélo pour aller en Vallée de Chevreuse pour faire un test CLM de 10 km environ
 - 17h retour au Vélodrome pour débriefing Dames et Hommes et choix des sportifs poursuivant le WE (Hommes)

A la suite de la journée, le fichier de la sortie sera demandé aux coureuses pour analyse. La sélection sera annoncée par la suite après analyse des données et après observations visuelles.

- Dimanche 27 juin 2021 (les sélectionnés Hommes suite au test du samedi) :
 - o Regroupement à Lorrez-le-Bocage-Préaux (le lieu précis sera communiqué le samedi lors de la sélection des sportifs retenus)
 - 9h regroupement
 - 9h30 reconnaissance du parcours + exercices de CLM individuel
 - 12h repas sorti du sac
 - 14h exercices de CLM par équipe
 - 17h fin de journée



Matériel :

- Vélo de contre-la-montre
- Casque classique
- Roues à rayons d'une hauteur de jantes inférieure à 60 mm (les roues pleines et jantes plus hautes sont interdites)
- Compteur avec ceinture cardiaque au minimum et avec export des données possibles



**Le Comité d'Ile de France de
Cyclisme et son Equipe
Technique Régionale**