



Montreuil, vendredi 4 novembre 2011.

FORMATION CADRES TECHNIQUES IDF 2011 - 2012

BF1

TRONC COMMUN (15 places par session)

Session 1: ~~12 et 13 novembre~~ Vélodrome du bois de Vincennes ~~8h30 à 17h30~~

Session 2: ~~17 et 18 décembre~~ Vélodrome du bois de Vincennes ~~8h30 à 17h30~~

Session 3: 21 et 22 janvier Vélodrome du bois de Vincennes 8h30 à 17h30

OPTIONS

1. SPECIFIQUE PEDAGOGIE CYCLISME TRADITIONNEL (Route Piste Cyclo-cross) 15 places
Session 1: 11 et 12 février base de loisirs de Buthiers (hébergement sur place le samedi soir)
2. SPECIFIQUE PEDAGOGIE VTT (Cross country – Descente – Trial – Orientation) 15 places
Session 1: 11 et 12 février base de loisirs de Buthiers (hébergement sur place le samedi soir)
3. SPECIFIQUE PEDAGOGIE BMX (Race) 15 places
Session 1. Piste de MASSY PALAISEAU le 3 décembre et 11 Février 2012 de 8h30 à 17h30

Les inscriptions seront prises en considération dans l'ordre d'arrivée, par courrier ou par mail, et après réception du règlement au CIF.

Dans le cas d'un trop grand nombre de candidatures, une troisième session de Tronc commun pourra éventuellement être mise en place. Cependant, si tel devait être le cas, les formations seraient réservées en priorité aux personnes majeures à la date de l'examen final.

Cout: BF1 Cyclisme traditionnel et VTT: 168 euros (hébergement et restauration à Buthiers compris)

BF1 BMX: 120 euros

Francis COQUOZ
Conseiller Technique Régional
Comité d'Ile-de-France
francis.coquoz@free.fr



Montreuil, vendredi 4 novembre 2011.

FORMATION 2011 2012 FORMULAIRE INSCRIPTION BF1				
NOM	Prénom	Club	Licence	D. de Nais.
			Email:	
Tronc commun		12 – 13 nov 2011		
		17 – 18 déc 2011		
		21 et 22 janvier		
Options		Cyclisme Traditionnel		
		VTT		
		BMX		
<p><u>Cocher les cases</u> - correspondantes à vos choix</p>				

BF2

VTT : Base de loisirs de Buthiers (à confirmer) du 16 au 20 avril 2012
Cout: (en attente du devis de la base de Loisirs)

BMX: Piste de Massy Palaiseau : 7 - 8 - 21 et 22 janvier Examen le 4 février 2012
Cout : 155 euros

Inscription par mail ou courrier, précisant: Nom, Prénom, Club, D.Nais. et la date d'obtention de votre BF1. Inscription validée à réception du règlement au service comptabilité du CIF.

Pour toutes les formations programmées, les listes des candidatures officiellement validées, seront actualisées sur le site Internet du CIF: <http://www.cif-ffc.org/>

Francis COQUOZ
Conseiller Technique Régional
Comité d'Ile-de-France
francis.coquoz@free.fr



Montreuil, vendredi 4 novembre 2011.

JOURNEES PERFECTIONNEMENT

Des sessions de perfectionnement seront organisées tout au long de la saison sous la forme de journées complètes, sur divers samedis, répartis tout au long de la saison 2012. Ses journées de perfectionnement seront organisées sur plusieurs sites répondants aux besoins, et en fonction du nombre de candidatures par thème.

Ces formations s'adressent aux personnes majeures, licenciées à la Fédération Française de Cyclisme, dirigeants de club, ou cadres techniques diplômés BF2 minimum, (15 personnes maxi par thème).

Quatre thèmes, définis ci-dessous, seront abordés dans le détail avec la participation d'intervenants professionnels, tous experts, techniciens, mais aussi juristes et personnels de professions médicales. Chaque thème se déroulera sur une seule journée de 8h30 à 17h30.

Le cout journalier de ces formations a été fixé à 140 euros (déjeuner compris)

Afin de mettre officiellement en place ces différentes journées de perfectionnement, il est demandé, dès à présent, aux personnes intéressées de bien vouloir se pré-positionner à l'aide du document ci-dessous à retourner par mail ou par courrier avant le 25 novembre 2011.

JOURNEES PERFECTIONNEMENTS 2012				
FORMULAIRE INSCRIPTION				
NOM	Prénom	Club	Licence	D. de Nais.
Dates			Email:	
Thème	Directeur Sportif			
	Mécanicien			
	Gestion d'un club			
	Assistant			
<u>Cocher les cases</u> correspondantes à vos choix				

Francis COQUOZ
 Conseiller Technique Régional
 Comité d'Ile-de-France
francis.coquoz@free.fr



Montreuil, vendredi 4 novembre 2011.

THEMES

LE MECANICIEN D'EQUIPE

Contenu

- **Les composants du vélo**
- **Les réglages de bases (Réglage dérailleurs, jeu de direction, freins)**
- **Les réglages d'entretien (changement câble et gaine, changement chaines)**
- **Les réparations et les changements de pièces : Monter – Démonter un vélo .**
- **Que faire en course ? (préparer sa voiture, nettoyer les vélos, les gonflages, la gestion de son temps, comment dépanner...)**

L'ASSISTANT D'ÉQUIPE

Contenu

- **Le rôle de l'Assistant**
- **Les tâches de l'Assistant**
- **Préparer un ravitaillement, les quantités...**
- **Comment organiser, en fonction des circonstances de course, du profil, de la météo, du nombre de coureurs, etc. un ravitaillement (Placement, passage de bidons, ou de musettes)**
- **Initiation à l'application de crème (par un assistant d'équipe pro)**
- **Que faire avant, pendant et après la course ?**

Francis COQUOZ
Conseiller Technique Régional
Comité d'Ile-de-France
francis.coquoz@free.fr



Montreuil, vendredi 4 novembre 2011.

LE DIRECTEUR SPORTIF

Contenu

- **Le rôle du Directeur Sportif dans sa globalité**
- **Les tâches du Directeur Sportif**
- **La pédagogie propre à l'individu et à un groupe**
- **Le briefing et le débriefing**
- **La communication interne et externe**

LA GESTION D'UN CLUB

Séance 1 : Le cadre législatif et fédéral

- **Séance 2 : La communication interne et externe, savoir monter un dossier sponsoring**
- **Séance 3 : Les demandes de subventions, valoriser ses actions,**
- **Séance 4 : La comptabilité du club (intervention d'un comptable)**
- **Séance 5 : Comment obtenir de nouveau licencié, comment intervenir en milieu scolaire ou périscolaire**

Francis COQUOZ
Conseiller Technique Régional
Comité d'Ile-de-France
francis.coquoz@free.fr