

STAGE AUTOMNE 2018 JEUNES DU CLUB



Le VTT FUN CLUB organisait, comme chaque année, un stage club destiné à l'intégration des jeunes licenciés du club, avec une initiation ou formation de différentes disciplines du vtt les 22-23-24 octobre 2018.

A l'encadrement : Benoit GASPARETTI, Madeleine GASPARETTI, Eric LE GAGNE, Alain PORTAL,

Maël SAVIGNARD : entraîneur jeunes, Dorian DEREMETZ et Simon BOULZAT : étudiants à l'UFR STAPS

Aurélien DUPERCHY, en service civique au CDOS détaché au club avec l'assistance de Valentin MALBOS pour la DH, Maxel LACOTE et Antonin MARSOT pour le TRIAL.

Lundi 22 octobre 2018 : pratique du TRIAL dans les anciennes carrières du Zénith sur le site prêté par le MOTO CLUB STANILAS que nous remercions. Les modules trial sont les mêmes en moto et en vélo pour les experts. Il fait bien frais.

Après quelques exercices d'échauffement initiés par Antonin et Louis, tous les groupes se dispersent sur les zones de trial mis en place par Benoit, Eric. Le matin, initiation par niveau. Pique-nique dans une salle chauffée pour certains, mais d'autres ont profité de la tiédeur de la météo pour s'installer à l'extérieur. L'après-midi évaluations sur quatre zones. Maxel et Antonin décident de prendre une zone et noterons les stagiaires le plus sérieusement du monde, en apportant leur appui avec commentaires et préconisations. Nous avons vu la progression des stagiaires au fur et à mesure de la journée, avec de l'assurance et une certaine « aisance » en ce qui concerne l'équilibre.



Mardi 23 octobre 2018, le rendez-vous est fixé à FAULX pour la descente. Distribution des protections : dorsale, casque intégral, genouillères, et ruée vers les deux véhicules servant pour les remontées, et conduites par Bernard MONVOISIN et Charlie DUPAYS qui feront les navettes toute la journée. Travail par segment, ensuite reconnaissances et après la pause de midi, une descente avant les deux manches chronométrées. Le meilleur temps des deux étant retenu pour le classement. C'est Valentin, et Louis qui rentre de blessure, qui feront les ouvreurs. Après eux, c'est Antonin qui claquera le meilleur chrono, suivi de Nicolas et Maxel.





Mercredi 24 octobre 2018, la petite troupe avait rendez-vous au plateau de LUDRES pour une initiation sur la piste de BMX, et sur les modules de différents couleurs indiquant les niveaux de difficultés, ces deux activités rencontrent beaucoup de succès, même si le ponton de départ en bois cause quelques frayeurs aux plus jeunes. Ce bike-park était à l'origine dessiné et créé par Rémy ABSALON et Gwen FOUCHE durant leur cursus à l'UFR STAPS et mis à la disposition des clubs par Métropole Grand Nancy.

Après le pique-nique dans un froid de canard, XC ELIMINATOR pour se réchauffer, ça aussi ça plait bien. Départs lancés à quatre, avec retenue des deux premiers ; les derniers étant éliminés, et nouveau passage avec de nouveaux adversaires pour une nouvelle qualification, etc... Pendant ce temps, Simon avait installé un atelier avec passage à deux entre les plots, ramassage de bidon, etc.

Ensuite direction le camp d'Afrique pour un parcours de maniabilité en simulation course de cross-country olympique. Départs lancés pour chaque catégorie avec en supplément un parcours très technique près des falaises pour les cadets-juniors. Encouragements chaleureux des jeunes.

Nous avons vu les progrès au fil des ateliers et des exercices et nous félicitons tous nos jeunes stagiaires pour leur comportement exemplaire et leur détermination.

Merci aux bénévoles et notamment aux deux mamans : Marie-Claire FELTIN, Séverine MASSEL et bien sûr à Charlie et Bernard, aux remontées mécaniques.

