



## **Sections *Ride&School* et *Amont***

**2021-2022**

### **Dossier de Présentation**

La **Section *Ride&School*** du **Montmélian Savoie BMX**, puis la **section *Amont***, sont nées des recherches et travaux des dirigeants et entraîneurs du club. Dans les trois pôles suivants, le souci de qualité est resté le fil conducteur de cette structure :

- **La scolarité** (établissements scolaires, suivi pédagogique)
- **Les entraînements** (entraîneurs, lieux, activités)
- **La vie quotidienne** (hébergement, déplacements)

En relation avec les établissements partenaires, le but est d'offrir la possibilité aux pilotes passionnés, motivés, et sérieux, de concilier leur pratique à haut niveau en parallèle de leurs parcours scolaire et professionnel.



## Un club compétitif

- 2016-2017 : meilleur club formateur de France
  - 2017-2018 : meilleur club formateur de France
  - 2018-2019 : 3<sup>ème</sup> meilleur club français (15 ans et plus)
  - 2019-2020 : 2<sup>ème</sup> club formateur
  - 2020-2021 : création DN2 Montmélian Marshal Racing
- 
- Environ 80 pilotes compétiteurs dont plus de 20 en coupe de France !
  - 6 groupes compétiteurs au sein du club (dont 4 de 13 ans et plus)
  - 2 entraîneurs expérimentés : Julien Lukie et Dominique Leiser
- 
- Section Amont : 7 pilotes de 13 à 16 ans  
Priorité au travail technique et au renforcement musculaire, permettant d'intégrer par la suite la section Ride&School
- 
- Section Ride&School : 13 pilotes de 15 à 22 ans  
Pilotes visant l'accession aux catégories Junior et Elite à court ou moyen terme. Entraînement technique et physique intense, visant l'excellence.
- 
- Une adaptation liée à la crise sanitaire appréciée par les pilotes : changements des horaires pour permettre à un maximum de pilotes de s'entraîner en présentiel, séances envoyées aux pilotes qui en ont besoin, programmes à distance pendant les vacances.

### Projets pédagogiques par le sport

L'entraîneur principal des groupes de section, Julien Lukie, qui a toujours su allier le BMX à haut niveau et les études (Master 1), tient à transmettre son goût d'apprendre et donner un intérêt à l'école. Son discours mettra toujours l'accent sur l'importance d'apprendre et de comprendre.

Plusieurs idées concrètes ont déjà été mises en place. Elles seront évidemment à affiner en fonction du groupe. Parmi celles-ci, l'intérêt des langues étrangères dans la vie de tous les jours, et notamment dans le monde du BMX. Des entraînements sont donc réalisés en Anglais, et pourraient l'être en Espagnol.



## Horaires 2020-2021 (à titre indicatif)

### Section **Ride&School**

<b>Lundi</b>	<b>18h - 20h</b>	<b>Musculation</b>
<b>Mardi</b>	<b>16h - 18h</b>	<b>BMX Section</b>
<b>Mercredi</b>	<b>18h15 - 20h</b>	<b>BMX Section/club</b>
<b>Jeudi</b>	<b>18h – 20h</b>	<b>Musculation</b>
<b>Vendredi</b>	<b>15h30 – 17h30</b>	<b>BMX Section</b>

### Section **Amont**

<b>Lundi</b>		<b>Repos</b>
<b>Mardi</b>	<b>18h - 20h</b>	<b>BMX Entraînement club</b>
<b>Mercredi</b>	<b>15h45-18h30 ou 18h15-20h</b>	<b>BMX Section/club</b>
<b>Jeudi</b>	<b>17h45-19h30</b>	<b>Entraînement Section Amont renforcement musculaire + BMX</b>
<b>Vendredi</b>	<b>17h30-19h15</b>	<b>BMX Section Amont</b>



# La scolarité

## Etablissements scolaires

Les élèves peuvent être accueillis dans les établissements suivants :

- **Lycée général Louis Armand** : Classe Sportive en Amont du Haut Niveau (CSAHN), Chambéry.  
Le lycée gère notamment une section handball depuis 1982. Elle permet aux élèves de seconde, ainsi que de première et terminale d'avoir un aménagement de leurs horaires pour pouvoir pratiquer leur sport à haut-niveau en parallèle (<https://lycee-louis-armand.com/formation/dispositif-scolaire-excellence-sportive-dses/>).
- **Lycée Gaspard Monge (partie lycée professionnel)** : Le lycée propose plusieurs formations professionnelles.
- **Tout autre lycée peut-être démarché par le club si besoin.**
- **Collèges** : Chaque élève collégien reste dans son collège de secteur et nous nous efforçons de négocier au mieux les aménagements d'horaires avec les établissements.

Pour toute autre orientation, veuillez contacter le club pour rentrer en contact avec les établissements et voir quelles solutions peuvent être trouvées.

## Etudiants post-bac

### **De nombreux étudiants font désormais partie de la section Ride&School !**

Les secteurs de Chambéry/Le Bourget-du-lac mais aussi de Grenoble offrent de grandes possibilités d'études dans de nombreux domaines. Des horaires aménagés ou autres allègements sont déjà en place dans de nombreuses universités et écoles post-bac, du fait de l'attractivité sportive et culturelle du département savoyard. N'hésitez pas à nous solliciter pour vous conseiller.



## Suivi pédagogique

Le suivi pédagogique est une des priorités du Montmélian Savoie BMX. Les parents sont évidemment les premiers concernés, mais les entraîneurs sont toujours disponibles pour être à l'écoute des jeunes et des parents, et s'efforceront d'être présents aux côtés du jeune et des parents pour veiller au bien-être de celui-ci ainsi qu'au bon déroulement de la scolarité.

## L'entraînement

### Les entraîneurs

Julien LUKIE est lui-même issu du club de Montmélian où il a commencé le BMX à 4 ans. Les seules années qu'il ait faites en dehors du club de Montmélian l'ont été dans deux sections sportives/sport-études très réputées (Mours et Saint-Etienne), pour cause d'absence de structure à Montmélian. C'est pourquoi il a tenu à créer cette section au sein du club.

Pilote Elite durant 6 années, il a passé tous les paliers en ayant des résultats scolaires satisfaisants, obtenant son baccalauréat, puis une licence et finalement un Master 1 en management.

Ces expériences lui permettent aujourd'hui d'avoir une notion de l'équilibre à adopter en termes d'entraînement technique et physique, et plus globalement d'un point de vue organisationnel.

Dominique LEISER est un passionné de BMX depuis plus de 20 ans également. Ayant commencé le BMX sur le tard, il a naturellement pris la place de coach depuis ses débuts dans ce sport, de par ses valeurs pédagogiques. En parallèle de son métier d'animateur socioculturel puis de directeur adjoint en espace jeunes, il a donc toujours coaché bénévolement, en prenant notamment en charge le groupe compétition de l'UVCA Troyes ces dernières années.

Deux passionnés donc, travaillant main dans la main pour la progression des jeunes. Cette année, Julien gère 95% des entraînements de la section *Ride&School*, et les deux entraîneurs se partagent la section *Amont*.

### Rythme d'entraînement

L'entraînement sera quotidien pour les cadets et plus, suivant le rythme scolaire, soit du lundi au vendredi. Selon les jours, il durera entre 1h30 et 2h30 et sera composé de séances techniques, physiques, et d'un travail de musculation et d'haltérophilie (ou renforcement musculaire en fonction de l'âge des pilotes). Les pilotes minimes s'entraîneront eux 4 jours par semaine en moyenne.



# La vie quotidienne

## Hébergement

Les élèves pourront être accueillis dans les internats des différents lycées. En cas de volonté d'une famille d'accueil à la semaine ou pour les weekends, veuillez prendre contact avec le responsable de la section pour discuter des éventuelles possibilités.

ATTENTION : LES FRAIS D'HÉBERGEMENT NE SONT PAS INCLUS DANS LE TARIF MENSUEL ET SONT A LA CHARGE DES FAMILLES.

## Déplacements

LIEU DE SCOLARISATION – LIEU D'ENTRAÎNEMENT – LIEU D'HEBERGEMENT (section *Ride&School*)

Les pilotes sont pris en charge depuis le lycée Louis Armand et le lycée Monge. Pour les élèves d'autres établissements scolaires, des arrangements sont trouvés pour trouver un point de récupération. Ils sont ensuite conduits aux divers lieux d'entraînement. A l'issue de la séance sportive, ils sont raccompagnés sur leur lieu d'hébergement.

La section *Amont* est, elle, autonome en transport.

Le matériel personnel est laissé dans les locaux du *Montmélian Savoie BMX*, dans des casiers fermés par un cadenas à code (fournis par les familles).

DOMICILE – ETABLISSEMENT SCOLAIRE

Les déplacements entre le domicile, le lieu d'hébergement et l'établissement scolaire sont à la charge des pilotes et/ou de leurs familles.

COMPETITIONS

ATTENTION : Les frais de déplacements sur les compétitions ne sont pas inclus dans les cotisations. Cependant, le club proposera les solutions les plus économiques possibles pour s'y rendre.

STAGES

2 stages, sur des pistes de compétitions nationales dans la mesure du possible, sinon autres, sont inclus dans la cotisation.

Si des stages supplémentaires sont organisés, les frais inhérents à leur participation pourront être à la charge des pilotes et/ou de leurs familles. Il en est de même si les pilotes souhaitent participer à un stage autre que ceux proposés par la structure. Bien entendu, ils devront en informer l'entraîneur.

## Santé

L'entraîneur ou l'équipe dirigeante de la structure gèrent les pilotes en cas de blessure. Les parents sont immédiatement avertis.



## Frais à prévoir

	<i>Section Ride&amp;School</i>	<i>Section Amont</i>
Prix	1350€ annuel	800€ annuel
Déplacements quotidiens (école – entraînement – internat)	250€ annuel	autonomes
Adhésion club	125€ (si licencié ou futur licencié du club, 250€ sinon)	
Licence FFC	En fonction de la catégorie	
Adhésion club haltérophilie (salle de musculation)	125€ (prix indicatif, année 2020-2021)	Renforcement musculaire au club, donc rien à payer
Nombre d'entraînements section par semaine (dont club)	5 (1)	4 (2)
Stages pris en charge	2	2
Vêtement section	✓	✓

En cas de blessure, aucun remboursement ne pourra être fait. Néanmoins, les coachs s'activent dans ces moments-là pour adapter les programmes et les séances en fonction de la pathologie.

Il est à noter que pour réserver votre place dans la section *Ride&School*, un chèque d'acompte de 450 euros vous sera demandé après l'acceptation en section. Pour la section *Amont*, le montant demandé sera de 300 euros. L'acompte sera encaissé entre mai et août et pourra être effectué en plusieurs paiements au besoin. Il sera à remettre en même temps que le dossier d'inscription qui vous sera transmis.

Le paiement à l'ordre du *Montmélian Savoie BMX* peut intervenir, au choix, en une seule fois au moment de la rentrée scolaire ou par virement bancaire sur 10 mois (avec chèque de caution du montant annuel restant en début d'année), ou en délivrant 5 chèques, la première échéance devant intervenir avant le 30 septembre 2021.

Les frais de scolarité et de pension sont déterminés par le lieu de scolarisation et d'hébergement et sont facturés directement aux familles.



## Pièces à fournir

Dossier de candidature complet (sur demande auprès de l'entraîneur après premier contact).

Attestation de carte vitale.

Photocopies des bulletins scolaires de l'année en cours et de l'année précédente.

Le tout est à retourner par mail en copie à : [julien.lukie@gmail.com](mailto:julien.lukie@gmail.com) et [secretaire@montmelian-savoie-bmx.com](mailto:secretaire@montmelian-savoie-bmx.com)

## Calendrier

Le dossier de candidature est à envoyer **au plus tard le 10 mai**. Il est malgré tout largement conseillé de prendre contact et d'envoyer vos candidatures le plus tôt possible, notamment pour les orientations professionnelles et les collégiens, qui nécessitent une démarche particulière auprès des établissements. De la même manière, si vous souhaitez une famille d'accueil, il faudra essayer d'anticiper le plus possible pour en trouver une.

Le dossier de candidature pour les classes DSES (Dispositif Scolaire d'Excellence Sportive) du lycée général Louis Armand est à demander à l'entraîneur.

## Plus d'informations

N'hésitez pas à demander plus de renseignements auprès de Julien Lukie (entraîneur/responsable *Section Ride&School*) :

Par téléphone : 0640558713

Par mail : [julien.lukie@gmail.com](mailto:julien.lukie@gmail.com)

Lycée Louis Armand : <http://www.lycee-louis-armand.com/>

Lycée Professionnel du Nivolet : <http://www.ac-grenoble.fr/lycee/nivolet.la-ravoire/>

Lycée Monge : <http://www.lycee-monge.fr/>

Site Montmélian Savoie BMX : <https://montmelian-savoie-bmx.com/>

Facebook Montmélian Savoie BMX: <https://www.facebook.com/montmeliansavoiebmx/>

