



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

**2023-2024**

## **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

- Parmi les meilleurs clubs formateurs depuis des années
- Une DN2 est créée depuis la saison 2021 : la DN2 Montmélian Savoie BMX
- Environ 80 pilotes compétiteurs dont plus de 10 en coupe de France !
- 6 groupes compétiteurs au sein du club.
- 2 entraîneurs expérimentés : Julien Lukie et Dominique Leiser.
- **Section Amont :**  
Priorité au travail technique et au renforcement musculaire, permettant d'intégrer par la suite la section Ride&School.  
7 pilotes de 13 à 16 ans pour la saison en cours.  
En 2023-2024, cette section sera ouverte aux pilotes nés en 2011 et avant.
- **Section Ride&School :**  
Pilotes visant l'accès aux catégories Junior et Elite à court ou moyen terme. Entraînement technique et physique intense, visant le haut-niveau.  
11 pilotes de 15 à 22ans pour la saison en cours. En 2023-2024, cette section sera ouverte aux pilotes nés en 2009 et avant, selon le niveau technique.
- Une adaptation appréciée par les pilotes : changements des horaires pour permettre à un maximum de pilotes de s'entraîner en présentiel (notamment les jeunes travailleurs), 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.



## Horaires 2022-2023 (à titre indicatif)

### Section *Ride&School*

<i>Lundi</i>	<i>18h15 - 20h30</i>	<i>BMX Section</i>
<i>Mardi</i>	<i>19h - 21h</i>	<i>Musculation, haltérophilie</i>
<i>Mercredi</i>	<i>17h15 - 19h15</i>	<i>BMX Section/club</i>
<i>Jeudi</i>	<i>16h15 - 18h15 ou 18h15 - 20h15</i>	<i>BMX Section</i>
<i>Vendredi</i>	<i>18h - 20h</i>	<i>Musculation, haltérophilie</i>

### Section *Amont*

<i>Lundi</i>	<i>18h15 - 20h30</i>	<i>BMX section</i>
<i>Mardi</i>	<i>18h-19h30</i>	<i>Musculation, haltérophilie</i>
<i>Mercredi</i>	<i>15h30-17h30 ou 17h15-19h15</i>	<i>BMX Section/club</i>
<i>Jeudi</i>	<i>18h15 - 20h15</i>	<i>BMX Section</i>
<i>Vendredi</i>		<i>Repos ou roulage libre</i>



# 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 : filière générale (voir options sur le site du lycée) et bac Science et Technologie de Laboratoire (en projet).  
→ Le lycée est organisé autour des classes de sportifs, avec une réelle recherche de confort dans ce double-projet. Il permet notamment 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://lyc-louis-armand-chambery.ent.auvergnerhonealpes.fr/informations-scolaire/candidater-s-inscrire-se-reinscrire/comment-candidater-/>).
- Plusieurs projets sont en cours : Intervention d'un sophrologue pour les sportifs de l'internat. Peut-être une salle de musculation.
- **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.  
Pour information, le collège privé sous contrat de Notre-Dame de la Villette à La Ravoire dispose d'un internat (se renseigner auprès de l'établissement pour de plus amples renseignements).

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 et jeunes travailleurs

**La majeure partie des membres de la section Ride&School sont désormais étudiants ou jeunes travailleurs !**

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. Pour les jeunes travailleurs, des planifications individuelles peuvent être apportées et nous veillons à ce qu'ils puissent suivre les entraînements. 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

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 ces sections au sein du club.

Pilote Elite durant 6 années, notamment finaliste des championnats de France en 2017, 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.

Dominique LEISER est un passionné de BMX depuis 25 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.

Dans l'objectif d'amélioration de l'encadrement, l'entraînement en musculation et en haltérophilie est encadré depuis 2 ans par un entraîneur diplômé, Samuel GARNIER, double champion de France Junior d'haltérophilie en 2018 et 2019. Les séances se déroulent au CrossFit Elephas dans la zone des Landiers.

André-Jean Kruajitch intervient, lui, en préparation mentale (à la charge des familles).

Le lien entre les différents intervenants et la planification annuelle sont la mission des coaches BMX.

## Rythme d'entraînement

L'entraînement sera quotidien pour la section Ride&School, 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). La section Amont s'entraînera, elle, 4 jours par semaine.

**Un entraînement par mois sur une piste extérieure est en projet (en phase de test actuellement).**



# 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 et les inscriptions 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 (les frais d'hébergement et de nourriture restent à la charge des familles).

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	1600€ annuel	1050€ annuel
Participation frais musculation	✓ 2 séances hebdomadaires	✓ 1 séance hebdomadaire
Nombre d'entraînements section par semaine (dont club)	✓ 5 (1)	✓ 4 (2)
Entraînements extérieurs	✓	
Stages pris en charge	✓ 2	✓ 2
Vêtements Section	✓	✓

Aux quels vous devrez ajouter :

- Adhésion club : 125 € pour les licenciés ou futurs licenciés du club ; ou 250 € sinon
- Licence FFC : en fonction de la catégorie

Et pourrez ajouter, selon vos besoins :

- Prise en charge des 3 déplacements hebdomadaires vers la piste depuis l'établissement scolaire et l'internat : 250€

N'hésitez pas à vous rapprocher du conseil d'administration pour quelque question.

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), la première échéance devant intervenir avant le 30 septembre 2023.

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 9 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 disponible sur le site du lycée.

## Plus d'informations

N'hésitez pas à demander plus de renseignements auprès de l'entraîneur Julien Lukie (0640558713 / [julien.lukie@gmail.com](mailto:julien.lukie@gmail.com)) ou de la secrétaire Hélène Venturini (0611184267 / [secretaire@montmelian-savoie-bmx.com](mailto:secretaire@montmelian-savoie-bmx.com)).

Lycée Louis Armand : <https://lyc-louis-armand-chambery.ent.auvergnerhonealpes.fr/>

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

Lycée Professionnel du Nivolet : <https://nivolet.ent.auvergnerhonealpes.fr/>

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

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

