

Programme des découvertes de la Piste

PLOUAY – VANNES

Catégories : Poussins, Pupilles et Benjamins

Buts :

- Découvrir l'activité Piste (Vélodrome, matériel, pédagogie)
- Détecter les jeunes des Ecoles de Vélo techniquement et physiquement

Programme.

A réaliser par les clubs lors des entrainements :

- **Présentation du vélodrome** (lignes droites, virages, marquages, parc coureurs, piste d'échauffement, etc.)
- **Présentation du matériel piste** (Vélo, roues, pignon fixe, etc.)
- **Apprentissage technique :**
 - ✓ évoluer seul sur une piste ; évoluer à différents niveaux sur la piste (ligne de mensuration, couloir des sprinters, entre la rouge et la ligne des stayers, au-dessus de la ligne des stayers ; évoluer en faisant une vague dans un virage ; évoluer en faisant deux vagues dans un virage
 - ✓ évoluer en groupe sur une piste (selon la catégorie, effectuer des relais en ligne droite ou en virage)

Journée de qualification :

A réaliser par les comités de la piste respectifs :

- **Exercices chronométrés :**
 - ✓ Poussins : 125 m départ arrêté
 - ✓ Pupilles : 125 m départ arrêté
 - ✓ Benjamins : 250 m départ arrêté
- **Exercices en groupe (par série de 4 coureurs) et par handicap** – en fonction des temps réalisés :
(Temps 1 à 4 du test précédent : le 4^{ème} part ; le 3^{ème} part 5m après ; le 2^{ème} part 10m après ; le 1^{er} part 15m après)
 - ✓ Poussins : 250 m départ arrêté
 - ✓ Pupilles : 375 m départ arrêté
 - ✓ Benjamins : 500 m départ arrêté
- **Exercice en peloton** : mini keirin, séries réalisées selon le classement des 2 premières épreuves. Série à 6 participants maximum, l'allure sera régulée par un scooter :
 - poussins 2 tours dont 1 régulé
 - pupilles 3 tours dont 1,5 régulés
 - benjamins 4 tours dont 2 régulés

Chaque épreuve rapporte 10 points au 1er, 8 au 2^e, 6 au 3^e, 5, 4, 3, 2, 1 au 8^e. Le vainqueur est celui qui a marqué le plus de points.

Les quatre premiers de chaque catégorie, garçons et filles sont qualifiés pour la finale.

Finale le 24 août 2018 à PLOUAY

2 épreuves compteront pour cette finale des journées de découvertes de la piste.

- L'exercice chronométré et le mini keirin dans les mêmes conditions que la manche de qualification.

A l'issue de ces 2 épreuves un classement individuel sera réalisé par catégorie. 10 points seront attribués au 1^{er}, 8 au 2^e, 6 au 3^e, 5,,,,,1 au 8^e afin d'établir le classement par club.

**Le club déclaré vainqueur sera celui ayant totalisé le plus grand nombre de points lors de la finale.
En cas d'égalité, le classement des benjamins sera prépondérant.**

Pour la finale sera organisée, en démonstration, une épreuve de vitesse par équipe hors classement de la journée.

Les équipes seront composées de la façon suivante :

- 1^{er} poussin, 1^{er} pupille et 1^{er} benjamin de la manche qualificative de Plouay contre le 1^{er} poussin, 1^{er} pupille et 1^{er} benjamin de la manche qualificative de Vannes.

Ainsi de suite pour les autres équipes garçons, soit 4 équipes pour chaque vélodrome. Pour les filles les équipes seront réalisées sur place selon le nombre de participantes.

Les départs seront donnés en opposition, arrêtés, sur la ligne de poursuite, le poussin effectuera un demi-tour avant de s'écarter, le pupille également et le benjamin effectuera un tour complet. Le temps de l'équipe sera pris sur la roue avant du benjamin.

Un classement sera établi séparément pour les équipes garçons et filles.