



Fédération Sportive et Gymnique du Travail



**COMPTE RENDU DE LA REUNION
FORMATION VELO
DU 2 MARS 2018**

CONTENU :

- 1 - CR définitif de la réunion du 25 janvier 2018
- 2 - Fiche d'inscription
- 3 – Fiche de sécurité
- 4 – Fiche code de la route
- 5 – Référents Formation





Réunion formation du CNAV du 25 janvier 2018

Ont participé :

Jacques CALLAREC (D4), Rolland GEISSER et Pierre HOLDER (Alsace), Jean-Philippe MINOTTE (Ile de France), Maryse LAUSSEL et Gérard MOURENAS (Occitanie)

1- Finalisation du tableau « Référentiel des mentions du brevet fédéral activités vélo »

Le document, ainsi modifié, sera transmis par Rolland pour validation définitive en Mars

Dans les pré-requis d'inscription a été modifiée la modalité d'inscription : celle-ci devra obligatoirement se faire via le Président de club par un document Excel que proposera J. Philippe pour avis, modifications puis validation définitive en Mars

Il est convenu que, pour chaque région, un interlocuteur unique (deux, éventuellement, dans le cas de régions géographiquement très étendues) servira de relai entre sa région et le niveau national (Roland G., Jacques W., Jacques C.) : tout document

. national devant être répercuté sur la région (ex : PV réunions nationales de formation)

. ou régional devant être transmis au niveau national (ex : candidats, validation de diplômes...) passera par ce référent

La liste des « référents régionaux » devra être validée au plus tard lors de notre prochaine réunion.

2 – Répartition Niveau 1

10 heures d'enseignement théorique et pratique sont prévues à répartir en fonction des choix de la région (ex quatre demi-journées, cinq soirées de deux heures...)

Au programme :

Théorie :

La connaissance de la FSGT (historique. Asso 1901. Fédération affinitaire...) (1h /1h30 maxi) cf proposition de fiche Essonne

La sécurité (3 h avec pratique) cf proposition de fiche Essonne à compléter (ex : Ecoles, Cyclos) (débat sur « respect strict ou non du code de la route)

Physiologie et diététique : les rudiments (1 heure maxi : thèmes repris et développés en N2) : fiche à réaliser

Le cyclisme (historique rapide, diverses activités, la bicyclette : position, braquets...):

Pratique :

La pédagogie : l'enfant au cœur de l'activité. Observation, remédiation... Fiche : Jacques ?

Le cyclisme : la bonne position, le bon geste... Fiche : Jacques ?

Prochaine réunion 3 mars 2018

Validé 3 mars

Réunion encadrants du CNAV du 2 Mars 2018

Ont participé :

Jean-Marie BONNIN (CNAV), Roland GEISSER et Pierre HOLDER (Alsace), Jean-Philippe MINOTTE (Ile de France), Gérard MOURENAS (Gard), Yves PERRUSSET (Rhône-Alpes), Sylvie CREUZENET (Saône et Loire) et Michel DELAMARE remplaçant Denis THIERRY (Seine Maritime Le Havre)

Excusé : Jacques CALLAREC (D4),

1- « Boîte à outils »

Roland nous enverra le lien
PV du 25 janvier 2018 Validé

2 – Validation des documents du 25 Janvier

Le PV, la fiche d'inscription (avec ajout de trois lignes), la fiche N1-F1 « Connaissance de notre fédération » sont validés.

3- Fiche N1-Fiche 2 (« Sécurité »)

La fiche N1-F2 « sécurité » sera validée après ajout par Pierre de la partie propre à la pratique du cyclotourisme.

4 – Fiches N1-Fiche 3 (« Le cyclisme »), N1-Fiche 4 (« La pédagogie »), N1-Fiche 5 (« bases succinctes de physiologie, diététique et hydratation »)

Les fiches N1-F3, N1-F4 et N1-F5 sont à réaliser sur les bases suivantes :

N1-F3 : Le cyclisme :

- . historique succinct
- . évolution du matériel et matériels spécifiques
- . biomécanique : position sur les différents vélos
- . braquets : explication théorique du principe, pratique avec vélo : comment mesurer un développement (par ex. pour un contrôle de braquets ») et faire comprendre que si on « met gros » on va faire avancer le vélo plus loin que si on met « petit » mais qu'il faudra appuyer plus fort sur les pédales. Expliquer le pourquoi de la limitation des braquets chez les jeunes.

N1-F4 : Pédagogie :

- . l'enfant au cœur de l'activité. Les sorties doivent donc conserver un caractère varié et ludique. Le vélo à la FSGT, c'est un « sport plaisir » avant tout.
- . comment faire faire aux jeunes des exercices même si, techniquement on n'en est pas capable (comment évaluer la « faisabilité », calcul du risque, mise en place du dispositif d'encadrants qui permettra de le limiter au maximum)
- . donner aux jeunes des bases saines qui contribueront à désamorcer le rôle négatif des parents « hystériques ». Le plaisir avant tout, pas de championnite...

N1-F5 : Bases très succinctes de physiologie, diététique, hydratation (notions qui seront développées en N2 mais tous les N1 ne passeront pas par le N2)

5- Formations en cours

Seine-Maritime Le Havre : une vingtaine de N1 Réalisée

Toulouse : une équivalence N3 Réalisée

Bastia : une dizaine de N1 Réalisée

Essonne : une quinzaine de N1 en février, six N3 en mars

Gard : à venir, stage du 23 au 28 avril

Alsace : une dizaine de N1 prévus en Octobre 2018

6- Document « référents formateurs »

Travail d'actualisation du document vieux de trois/quatre ans. Une fois les modifications reportées, Jean-Marie l'enverra à l'ensemble des destinataires de ce PV.

7- Procédure préalable

Roland rappelle que, avant tout stage de formation, il convient de prendre contact avec Julie et de remplir le document Word « Démarche d'habilitation d'une formation au Brevet fédéral d'Animation » qu'il nous transmettra.

Réunion Commissaires du CNAV du 2 Mars 2018

Ont participé :

Jean-Marie BONNIN (CNAV), Roland GEISSER et Pierre HOLDER (Alsace), Jean-Philippe MINOTTE (Ile de France), Gérard MOURENAS (Gard), Yves PERRUSSET (Rhône-Alpes), Sylvie CREUZENET (Saône et Loire) et Michel DELAMARE remplaçant Denis THIERRY (Seine Maritime Le Havre)

Excusé : Jacques CALLAREC (D4),

Jean-Marie nous donne copie d'un mail de Jacques dans lequel il dit, notamment :

« Le « PowerPoint » des cours de commissaires est e, cours de finition. Il sera en deux parties : une pour les cours de commissaire départemental et la deuxième partie pour les cours de commissaire régional.

Dans un troisième temps, celui de commissaire national (mais, est-ce vraiment utile, à la FSGT ?).

Je suis en train de réfléchir pour, après une formation de commissaire, faire des fiches pour un petit examen théorique : qu'en pensez-vous ?

Je pense que, tous les deux ans, il faut faire une remise à niveau des commissaires en fonction et, (...) en plus de la remise à niveau, faire le point des différents problèmes rencontrés sur les épreuves et du règlement de la région »

Après discussion, le principe d'un petit examen théorique et d'une remise à niveau tous les deux ans est retenu. Reste à en déterminer les conditions de contenu et d'organisation.

Débat sur ce qu'on attend d'un « commissaire » : grosse différence entre, notamment

- . celui qui fait le compte tours et l'appel,
- . celui qui est capable de faire très correctement un pointage de lâchés ou de doublés, dans une voiture,
- . celui qui est capable de faire rapidement et très correctement des classements (route, cyclo-cross, VTT),
- . celui qui maîtrise le règlement et a l'« aura » nécessaire pour jouer le rôle de « commissaire principal » sur une course

Lors de notre prochaine réunion, il conviendra donc de se poser la question : qui, à la FSGT, justifie l'attribution d'une carte de commissaire ?

Et, du coup, réfléchir sur l'éventualité d'une distinction entre : commissaires 1^{er} niveau (ex : compte-tours et appel), 2^{ème} niveau, voire 3^{ème} niveau. Et ne proposer de remise à niveau qu'aux commissaires 2 et 3^{ème} niveaux (nota : lors de nos échanges, ces appellations n'ont pas été discutées et sont juste de « commodité » pour le texte ; idem pour les niveaux justifiant une remise à niveau)



DEMARCHE D'HABILITATION

D'une formation au Brevet Fédéral d'Animation

*A transmettre au Domaine Formation
par le Comité départemental ou régional organisateur*

Demande réalisée le :

- **Intitulé de la formation :**

- **Coordonnateurs de la Formation**

- Comité FSGT :

Président(e) :

Adresse :

Référent Formation du Comité :

Téléphone :

Courriel :

- Commission d'activité :

Nom du délégué de la spécialité / CFA :

- Responsable pédagogique de la formation :

(Il s'agit du contact qui sera diffusé sur le calendrier des formations sur www.fsgt.org rubrique formation)

Téléphone :

Courriel :

Responsabilités à la FSGT et structure de référence :

- **La Formation :**

Les dates de début et de fin de formation :

Le coût de la formation (pour le stagiaire) :

Volume horaire et lieu des séquences en « centre de formation » :

Nombres de séances de mise en situation d'animation :

Précisez si nécessaire les modalités d'organisation de la formation (sur un stage, en week-end, en soirée...):

Les formateurs (rices) : précisez leurs Nom-Prénom, leurs responsabilités FSGT, leurs qualifications et leurs structures de référence.

-
-
-

➤ **Les évaluations certificatives :**

Dates des évaluations finales (ou périodes prévues) :

Précisez les modalités d'évaluations :

Les évaluateurs : précisez leurs Nom-Prénom, leurs responsabilités FSGT, leurs qualifications, leurs structures de référence.

-
-

Cette fiche devra obligatoirement être complétée du programme de la formation

Contenant les différentes séquences de formation, leurs objectifs, les thématiques abordées ainsi que leurs modalités d'organisation pédagogiques (séance théorique ou pratique).

L'ensemble est transmis par le comité FSGT organisateur, 1 mois avant le début de la formation à l'attention de Julie CANONNE (julie.canonne@fgst.org)

Sur l'avis d'un responsable formation de la CFA et d'un membre du Collectif Brevet Fédéral, un numéro d'habilitation sera délivré et notifié par courrier.

Fait à :

Le :

Fiche sécurité

LE MATERIEL

- . vérifier prioritairement l'état des freins (câbles, patins...) et l'état des pneus
- . vérifier que le jeune peut freiner de manière réactive (ceci est surtout vrai pour les vélos de route ou cyclo-cross, dont les freins sont parfois « un peu loin », du fait d'une potence trop longue. On peut y remédier partiellement en poussant la selle au maximum vers l'avant)
- . l'enfant doit avoir impérativement avec lui : chambre à air, pompe, démonte-pneus
- . l'encadrant doit avoir une « trousse d'urgence » avec : prolongateur de valve, dérive-chaîne, maillons rapides, clé à rayons, colle à Rustines, quelques Rustines, démonte-pneus, un petit morceau de renfort pour obturer une entaille importante du pneu...)

LE CYCLISTE

Règle d'or, « incontournable » : port du casque en toutes circonstances.

Port de gants plus que recommandé !

Tenue adaptée, tout particulièrement s'il fait froid ou pluvieux (*en cas de tenue totalement inadaptée, ne pas accepter le jeune, car ça peut occasionner de belles « galères » !*)

En début de saison (avant passage à l'heure d'été) : gilet fluo, éclairage.

Pour l'encadrant :

- . rappeler, constamment, les règles de sécurité
- . avoir un téléphone avec les bons numéros (notamment, ceux de tous les parents)
- . éventuellement (surtout pour les entraînements en sous-bois), avoir, outre la « trousse d'urgence matériel » (cf ci-dessus), une mini-trousse de secours (désinfectant, Tricostéril pré-découpé ou Tricostéril bande + mini ciseaux...)

ENCADRANTS

Un devant le groupe, un derrière (cf « entraînement urbain », ci-dessous)

SUR ROUTE

Entraînement urbain	Entraînement « campagne »
<p>Eviter les routes à forte circulation Sauf cas particuliers, ne pas rouler à deux de front « Tu as bien regardé à droite ? » Vigilance permanente : le danger est partout et ne vient pas seulement des voitures</p> <p>S'il y a deux encadrants pour le groupe, celui de fin de groupe se met « en protection », c'est-à-dire légèrement décalé sur la gauche, pour protéger les jeunes qui le précèdent –notamment en cas d'éventuelles « embardées »–</p> <p>Gestion des giratoires : celui qui est en tête de groupe se met au milieu de l'axe de circulation pour protéger le groupe. Il sera ensuite remplacé en tête par le deuxième encadrant (et ainsi que suite...)</p> <p>Courtoisie. Le cycliste a une très mauvaise image auprès des automobilistes. Contribuer à atténuer cette situation fâcheuse (mais souvent justifiée...)</p>	<p>Le tracé du parcours doit être prioritairement fait en fonction de la sécurité :</p> <p>Privilégier</p> <ul style="list-style-type: none"> . les petites routes secondaires, peu fréquentées . les pistes cyclables (malheureusement, elles ne sont pas toutes adaptées, ni en état !) . les voies vertes dans les régions où cela existe <p>Jamais à plus de deux de front et toujours faire mettre le groupe en file indienne dès l'approche d'une voiture (<i>rappel : il est très difficile, pour un automobiliste de doubler dans de bonnes conditions de sécurité un groupe de plus de cinq/six cyclistes</i>)</p> <p>Si la jonction entre deux « petites routes » se fait obligatoirement par une route à fort trafic, en file indienne et si possible, si elle existe, sur la « bande dérasée » (<i>étroite partie droite de la route, goudronnée, non utilisable par les voitures sauf pour un accotement</i>)</p> <p>Attention aux jeunes, spécialistes des « sprints de panneaux », qui sont prêts à toute imprudence pour tenter de</p>

	dépasser le copain !
Compétition	Cyclotourisme
<p>. Pour les débutants : leur rappeler qu'ils ne seront pas « seuls dans le peloton » : leur apprendre, à l'entraînement, à respecter leur trajectoire, à ne pas faire de brutales embardées pour se lancer à la poursuite d'un copain, à frotter sans être dangereux...</p> <p>. Pour les « largués » : la course continue... mais dans le respect du code de la route ! Attention à ne pas couper les virages sans visibilité (<i>la circulation en contre-sens n'étant, en général pas stoppée</i>)</p> <p>. Un petit « truc de métier » pour les plus aguerris qui souhaitent, dans le peloton, regarder derrière eux : prendre appui sur l'épaule de celui qui est à votre droite (ou à gauche pour les gauchers), ce qui évitera de dévier de trajectoire et toucher une roue arrière</p>	<p><u>Rouler en groupe</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - La gestuelle & le verbal en groupe - Le tourne à gauche en groupe - Le relais à 2 de front - Le relais sur 1 seule file - Les incidents sur la route (trous – crevaison – incident mécanique) <p><u>Mener un groupe</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Brevets à allure imposée type Audax - L'esprit Audax - La conduite des pelotons : les capitaines de route - Leurs attributions <p><u>Préparer une manifestation</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Les dates – Le choix des itinéraires – l'administratif <p><u>Les aménagements cyclistes</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Les pistes – les bandes – les voies vertes

TOUT TERRAIN (VTT, cyclo-cross)

Les questions de sécurité dépendent surtout de la gestion de « l'environnement » (dangers naturels : ex descentes caillouteuses, etc...)

Attention à ne pas se laisser dépasser par la fougue des jeunes, toujours prompts à devancer le responsable d'ouverture et à prendre des risques.

La prise de risque doit être calculée : aborder l'obstacle, évaluer sa difficulté et son environnement.

Conseil pour évaluer la « faisabilité » d'un passage très technique : le passer à pied en reconnaissance en faisant rouler le vélo à côté de soi, pour juger de la trajectoire et de la pente (ne va-t-on pas « planter » la roue au passage du ruisseau, la pente n'est-elle pas trop raide ?)

Dès lors qu'il y a eu évaluation du danger par l'encadrant (même s'il ne se sent pas techniquement capable de le faire lui-même) et mise en place des encadrants en protection, aux endroits techniquement les plus sensibles, si le jeune est partant pour passer l'obstacle, le laisser faire. S'il n'a pas envie, ne pas le forcer mais lui donner envie de surmonter son appréhension.

La sécurité, en « tous terrains » passe donc par la prévention : les apprentissages de base (travailler l'équilibre du freinage entre les deux freins, travailler les trajectoires, faire mettre les fesses en arrière pour que le centre de gravité soit idéalement placé, apprendre à sauter les obstacles en montant progressivement la hauteur...) vont permettre, à terme, d'acquérir le sens d'une prise de risque contrôlée dans le cadre d'une compétition (*où, bien entendu, on ne va pas s'arrêter pour juger du risque !*)

Fiche Code de la route

. **Circulation de nuit ou de jour si la visibilité est insuffisante, sans porter, hors agglomération un gilet de haute visibilité conforme à la réglementation (...)** R 431-1 : 22 € dans les trois jours/35 € au-delà

. **Conducteur de cycle à deux roues circulant de front à plus de deux sur la chaussée** R 431-7 : même tarif
(« Les conducteurs de cycle à deux roues (...) ne doivent jamais rouler à plus de deux de front sur la chaussée. Ils doivent se mettre en file simple dès la chute du jour et dans tous les cas où les conditions de la circulation l'exigent, notamment lorsqu'un véhicule désirant les dépasser annonce son approche »)

Interprétation : Si le véhicule voulant doubler ne s'annonce pas d'un coup de klaxon par exemple, les cyclistes peuvent continuer "légalement" à rouler à deux de front. Mais le plus élémentaire respect des autres imposerait tout de même que les cyclistes qui ont entendu une voiture arriver se rabattent si la route n'est pas très large !

. **Conduite de cycle (...) pourvu d'un dispositif d'éclairage non réglementaire / Conduite de nuit ou par visibilité insuffisante de cycle non muni de feu de position arrière conforme** R 313-1 et 313-5 : 11 €

Les équipements obligatoires à tous moments, de jour comme de nuit, sont :

Catadioptré arrière rouge (R313-18, 1ère classe), catadioptrés orange latéraux (R313-19, 1ère classe),

Catadioptré avant blanc (R313-20, 1ère classe), catadioptré sur les pédales (R313-20, 1ère classe)

Précision : Heureusement pour nous, une certaine tolérance est de mise concernant ces équipements.

Les équipements obligatoires seulement la nuit, ou le jour lorsque la visibilité est insuffisante (tunnel, brouillard,...) sont :

feu de position avant jaune ou blanc (R313-4, 1ère classe), feu de position arrière rouge (R313-54, 1ère classe)

gilet haute visibilité lorsqu'on circule hors agglomération (R431-1-1, 2ème classe)

Là, la tolérance n'est pas de mise car il s'agit de règles premières de sécurité.

« Tout dispositif d'éclairage ou de signalisation, autre que ceux prévus dans le code de la route et conformes à la réglementation, est interdit » (R313-1, 1ère classe) ; le vélo ne doit donc pas être équipé que d'un seul feu que ce soit à l'avant ou à l'arrière et sont interdits en particulier les clignotants rouges qu'ils soient attachés à un casque, à un brassard ou à même le vélo.

A noter l'autorisation des dispositifs écarteurs de danger à l'arrière et à gauche (R313-20).

. **Conduite de cycle (...) non équipé de deux dispositifs de freinage efficaces** R 315-3 : 11 €

. **Circulation de cycle hors-piste ou bande cyclable** R 431-9 : 22 € dans les trois jours/35 € au-delà

Précision : Depuis le 1er janvier 1999, les cyclistes n'ont plus l'obligation d'utiliser les pistes et bandes cyclables lorsqu'elles existent, sauf si cette obligation est instituée par l'autorité investie du pouvoir de police (le maire en général) (art. R431-9) ; de fait de nombreuses pistes cyclables existant antérieurement à 1999 ont conservé la signalisation "obligatoire" (panneau rond).

Mais si la piste est propre et sécurisante, un bon conseil : il faut l'emprunter !

. **Un peloton est-il assimilé à un seul véhicule ?**

R412-12 : infraction de 4ème classe «lorsque deux véhicules se suivent, le conducteur du second doit maintenir une distance de sécurité suffisante, correspondant à la distance parcourue par le véhicule pendant un délai d'au moins deux secondes »

Interprétation : Ainsi, le code de la route précise bien qu'un peloton n'est pas égal à un seul véhicule. De ce fait, un groupe de cycliste arrivant sur un rond-point ne peut se considérer comme un seul et même véhicule : si les premiers du groupe ont pu s'engager mais qu'entre-temps une voiture arrive, les cyclistes suivants doivent s'arrêter. Ils ne sont en aucun cas prioritaires et ne doivent pas forcer la voiture à s'arrêter.

De même, les cyclistes qui roulent en groupe pour s'abriter mutuellement du vent sont en infraction.

. **Obligations des automobilistes envers les cyclistes :**

R413-17, infraction de 4ème classe : «Le conducteur doit réduire sa vitesse lors du croisement ou du dépassement de cyclistes isolés ou en groupe. Pour effectuer un dépassement le conducteur ne doit pas s'approcher latéralement d'un cycliste à moins d'un mètre en agglomération et un mètre et demi hors agglomération»

. Téléphone au guidon :

«L'usage d'un téléphone tenu en main par le conducteur d'un véhicule en circulation est interdit»

Cet article s'applique donc aux cyclistes et la contravention est passée à 135€ !

. Perte de points sur le permis de conduire ???

Le permis de conduire est obligatoire pour les véhicules à moteur mais pas pour les vélos.

Aux termes du code de la route le retrait de points s'applique à tout conducteur de véhicule qui commet une infraction.

Toutefois, selon la doctrine de l'administration établie par la circulaire NOR/INT/D/04/00031/C du 11 mars 2004 qui rappelle les décisions du Conseil d'état du 8 décembre 1995, il ne peut y avoir de retrait de points que pour les infractions commises avec un véhicule pour la conduite duquel un permis de conduire est exigé, donc pas pour une infraction commise à vélo.

Par contre, la suspension du permis de conduire peut être décidée par le juge, même si l'infraction a été commise à vélo. Il existe de nombreux cas de suspension du permis de conduire.

. Effectif maximum d'un groupe, à l'entraînement

19, maxi. A partir de vingt, il y a autorisation nécessaire

. Les équipements obligatoires :

Deux freins, avant et arrière.

Un feu avant jaune ou blanc et un feu arrière rouge.

Un avertisseur sonore.

Des catadioptrés (dispositifs rétro réfléchissants) : de couleur rouge à l'arrière, de couleur blanche à l'avant, de couleur orange sur les côtés et sur les pédales.

Le port d'un gilet rétro réfléchissant certifié est obligatoire pour tout cycliste **circulant hors agglomération, la nuit, ou par mauvaise visibilité** (néanmoins, si vous empruntez régulièrement des routes fréquentées à l'aube ou pendant le crépuscule, il est vivement conseillé de porter un gilet jaune afin d'**augmenter au maximum sa visibilité**).

Tableau des référents formations

Région Vélo	Comités	Référents	Route	VTT	Cyclo	Ecole de Vélo
Nord	59/62/02/80	R.Geisser				
Nord Est	10/51/89	D.Bouteiller & JM Bonnin				
Est	67/68/90/25/54/57/88	R.Geisser	R.Geisser	R.Geisser	P.Holde r	
Centre Est	03/07/26/38/42/63/69/73/74	Y.Perrusset				
Sud Est	06/83/13/04/05	R.Geisser				
Sud Est	20	L.Bonnemaison				
Sud	30/34/66/11/48	G.Mourenas & M. Laussel			B.Ferrat	H.Marcerou
Grand Sud Est	09/12/15/31/33/40/46/47//64/65/81/82	G.Pelfort				
Ile de France	27/28/60/75/77/78/91/92/93/94/95	JP.Minotte	JP.Minotte			C.Mélo
Centre	21/39/58/71					
Bretagne	22/29/56/35					
Centre Ouest	14/37/44/49/53/61/72/76LH/76 RO	M.Delamare	T.Denis	E.Lancien		

Prochaine réunion Formation le vendredi 5 octobre 2018 à partir de 10 h oo