



VIVRE VÉLO



FÉDÉRATION
FRANÇAISE
DE CYCLISME



[ffc.fr](https://www.ffc.fr) [f](#) FFCofficiel [t](#) FFCyclisme

ABONNEZ-VOUS !

FRANCE CYCLISME

LE MAGAZINE DE LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE CYCLISME



2 FORMULES D'ABONNEMENT

Version complète (Papier et numérique) ou Version numérique

ABONNEMENT 1 AN (4 NUMÉROS)

MARS - JUILLET - OCTOBRE - DÉCEMBRE



Inclus dans tout
abonnement

POSSIBILITÉ D'ACHAT AU NUMÉRO

Rendez-vous sur le site www.ffc.fr
Rubrique « France Cyclisme »

BULLETIN D'ABONNEMENT 2019

Bulletin à remplir et à retourner, accompagné de votre règlement à l'ordre "FFC France Cyclisme" :

FFC, France Cyclisme - Vélodrome National de Saint-Quentin-en-Yvelines
1, rue Laurent Fignon - 78180 MONTIGNY LE BRETONNEUX



Coordonnées

Nom Prénom

Adresse

Code Postal Ville

Numéro de Licence Courriel

Conformément à la loi informatique et liberté du 6 janvier 1978, je dispose d'un droit d'accès et de modification aux données me concernant.

Choix de la formule

- Je m'abonne pour un an à la **version complète de France Cyclisme (papier et numérique)**
- Je suis licencié à la FFC, je joins mon règlement de 51 € par chèque
- Je ne suis pas licencié à la FFC, je joins mon règlement de 55 € par chèque
- Je réside à l'étranger, je joins mon règlement de 65 € par chèque

- Je m'abonne pour un an à la **version numérique de France Cyclisme**
- Je suis licencié à la FFC, je joins mon règlement de 35 € par chèque
- Je ne suis pas licencié à la FFC, je joins mon règlement de 39 € par chèque

Vous pouvez également vous abonner en ligne directement sur le site internet de la FFC à l'adresse suivante : www.ffc.fr/boutique-france-cyclisme



ÉDITO

En 2024, les yeux du monde entier seront tournés vers la France. Les défis sont nombreux à l'orée des Jeux Olympiques que notre pays aura la chance d'accueillir. La FFC souhaite profiter de cette dynamique pour créer des vocations et continuer à former les plus grand(e)s Champion(ne)s de demain.

Compétition, loisir, sport santé, cyclisme féminin, para-cyclisme... Cette année encore, les comités et les 2 600 clubs de la FFC accueilleront par milliers des enfants, adolescents et adultes, hommes et femmes, intéressés par la pratique de notre sport.

S'initier, progresser, se perfectionner, se déplacer, voyager, partager des moments forts avec ses amis et sa famille... le Vivre Vélo se conjugue à tous les temps. Un seul objectif pour la FFC : rendre le cyclisme accessible au plus grand nombre !

La FFC s'est d'ailleurs rapprochée du Ministère des Sports pour l'accompagner sur la thématique du « Savoir rouler », initiée dans le cadre du « Plan Vélo » dévoilé par le gouvernement français en septembre 2018. Une priorité afin de permettre à chacune et chacun de se déplacer en toute sécurité. La FFC cherche également à innover et à se démarquer. Notre fédération, plus que centenaire, se modernise, à l'image de la sortie de l'application mobile « My Coach Vélo », qui vous assiste dans votre pratique au quotidien.

Notre pays est une véritable terre d'excellence pour nos cyclistes. 24 millions de personnes et 2 millions de pratiquants réguliers déclarent faire du vélo en France.

Rejoindre la communauté FFC, c'est faire partie d'une véritable famille de passionnés. Pour ses valeurs, pour un encadrement de qualité, dans le cadre d'une pratique loisir ou de compétition. Les nombreux lieux de pratique variés et les disciplines qui composent notre Fédération répondent à des attentes et besoins totalement différents, faisant du cyclisme un sport si passionnant !

Intégrer un club, c'est peut-être également pour certains le rêve de porter un jour le maillot tricolore de l'Équipe de France. Nos athlètes, parmi lesquels Mathilde Gros, Pauline Ferrand-Prévot, Sylvain André, Loïc Bruni, Sébastien Vigier ou encore Julian Alaphilippe, vainqueur notamment de deux étapes sur le Tour de France 2018 et porteur du maillot à pois sur les Champs-Élysées, sont de véritables exemples pour les jeunes cyclistes qui rejoignent les rangs de nos Écoles Françaises de Cyclisme et de nos clubs.

Ce guide vous fournira toutes les informations utiles à votre future pratique.

Bienvenue aux nouveaux licenciés FFC et merci à ceux qui nous font déjà confiance.

Rejoignez-nous, il y a forcément un club près de chez vous !



Michel CALLOT
Président de la Fédération
Française de Cyclisme

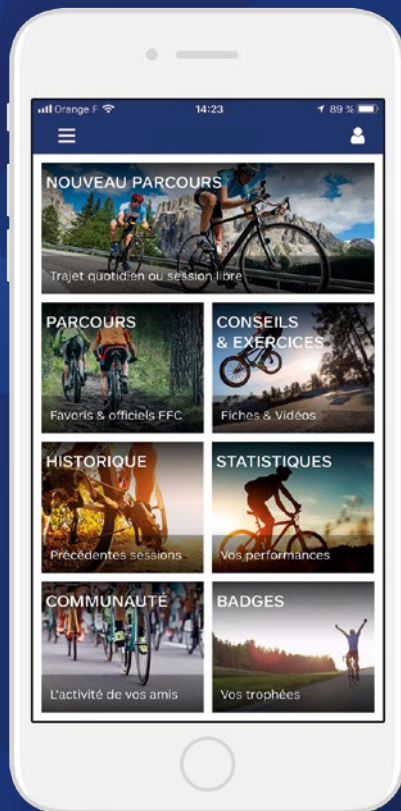
Parcours



Historique



Communauté



Conseils &
Exercices



Statistiques



Badges



116 000 LICENCIÉS



ROUTE



PISTE



CYCO-CROSS



VTT



BMX



AUTRES

56%

24%

20%

0,3%



19 ENTRAÎNEURS
NATIONAUX

30 CONSEILLERS
TECHNIQUES
NATIONAUX &
RÉGIONAUX



97 COLLECTIFS
NATIONAUX



227 ATHLÈTES
LISTES ESPOIRS



2 600
CLUBS

11 000
COMPÉTITIONS



202
ATHLÈTES LISTES
HAUT NIVEAU

45 ÉLITE
120 JEUNE/JUNIORS
31 SENIOR
6 RECONVERSION



ÉVÈNEMENTS FFC
À L'AGENDA 2019

12-13 JANVIER - BESANÇON (BOURGOGNE-FRANCHE-COMTÉ)
CHAMPIONNATS DE FRANCE DE CYCLO-CROSS

27-30 JUIN - LA HAYE-FOUASSIÈRE (PAYS DE LA LOIRE)
CHAMPIONNATS DE FRANCE DE CYCLISME SUR ROUTE

5-7 JUILLET - CALAIS (HAUTS-DE-FRANCE)
CHAMPIONNATS DE FRANCE DE BMX

19-21 JUILLET
CHAMPIONNATS DE FRANCE VTT XCR, XCE, XCO, TRIAL ET DH

10-17 AOÛT
CHAMPIONNATS DE FRANCE DE CYCLISME SUR PISTE ÉLITE ET AVENIR
(ÉPREUVES ÉLITE DU 14 AU 17 AOÛT)

ÉTÉ 2019
CHAMPIONNATS DE FRANCE SUR ROUTE DE L'AVENIR

7-8 SEPTEMBRE - GUYANE
CHAMPIONNATS DE FRANCE DE CYCLISME SUR ROUTE
DE L'OUTRE-MER

ÉCOLE FRANÇAISE DE CYCLISME AU 1^{ER} SEPTEMBRE 2018



261 CLUBS LABELLISÉS
65 LABELS BABY-VÉLO
252 LABELS ÉCOLE DE VÉLO
137 LABELS CLUB COMPÉTITION



EN 2018, 193 SITES VTT-FFC ONT REÇU LE LABEL FFC DONT 11 NOUVELLES DESTINATIONS

VOUS Y TROUVEREZ 73 000 KM DE SENTIERS
BALISÉS À VOTRE PORTÉE POUR DÉCOUVRIR
DE NOMBREUSES RÉGIONS

➔ SITESVTT.FFC.FR

Tous ces Championnats sont à suivre sur les antennes de France TV
et Eurosport, partenaires / diffuseurs officiels de la FFC

LES DISCIPLINES

ROUTE

Cette discipline olympique demeure la discipline majeure pratiquée à la FFC et se décline en deux grandes familles :

/ COMPÉTITION

Elle regroupe les épreuves en ligne, en circuit ou en contre-la-montre. Suivant votre niveau et vos résultats, vous serez classés dans la catégorie correspondant à vos performances.

/ LOISIR ET CYCLOSPORTIVE

Avec les licences Pass'Cyclisme, Pass'Cyclisme Open, Pass'Cyclosporitive et Pass'Loisir, vous pourrez vous engager dans des épreuves de loisir, cyclosporitives et certaines compétitions de VTT et de BMX.



VTT

Discipline (Vélo Tout Terrain) qui se décline en 4 familles :

/ CROSS-COUNTRY OLYMPIQUE (XCO)

Discipline olympique d'endurance, elle se pratique sur des terrains variés alternant montées et descentes dans les sous-bois.

/ DESCENTE (DH)

Épreuve individuelle contre-la-montre sur une piste uniquement en descente et parsemée d'obstacles. Le parcours, très technique, implique vitesse et pilotage de précision. Le matériel est spécifique, le vélo est entièrement suspendu. De nombreuses descentes permanentes existent sur l'ensemble du territoire français.

/ ENDURO

Épreuve organisée majoritairement dans les régions à profil montagneux. Elle est composée de spéciales (sections chronométrées) et de liaisons (non chronométrées) dont le classement est effectué sur la base du cumul des temps. L'équipement obligatoire est similaire à celui imposé en descente.

/ ASSISTANCE ÉLECTRIQUE

En juin 2018, la FFC a organisé les tout premiers Championnats de France de VTT Cross-country à Assistance Électrique. Un VTT à Assistance Électrique est considéré comme un vélo quand la mise en route du moteur est conditionnée uniquement par le pédalage et doit se couper dès l'arrêt du pédalage. L'assistance doit s'arrêter à 25 km/h, le vélo pouvant rouler plus vite sans assistance. La puissance nominale du moteur ne doit pas dépasser 250 watts.



PISTE

Discipline olympique où la France reste parmi les Nations les plus performantes en terme de résultats internationaux. Elle se pratique sur des vélodromes couverts ou découverts et se décline en différentes familles : sprint, poursuite et endurance.

/ ÉPREUVES DE SPRINT

Vitesse Individuelle ou par équipes, Kilomètre départ arrêté hommes, 500 m départ arrêté dames, Keirin.

/ ÉPREUVES DE POURSUITE ET D'ENDURANCE

Poursuite Individuelle ou par équipes, Américaine, Course aux points, Scratch, Omnium et Demi-fond.



PISTE



BMX

Devenue sport olympique en 2008, cette pratique est en pleine progression notamment chez les plus jeunes.

/ RACE

Discipline reine du BMX, elle se pratique sur des circuits fermés très courts, parsemés de bosses. Les courses se disputent avec 8 concurrents, qui prennent le départ depuis une butte.

/ TIME TRIAL

Course chronométrée où chaque pilote dispute un contre-la-montre individuel sur une piste identique à celle d'une Race.

BMX

CYCLO-CROSS

Discipline hivernale permettant aux amateurs de la Route et du VTT de pratiquer un cyclisme en sous-bois ou sentiers sur des parcours courts comportant des portions à effectuer à pied.



CYCLO
CROSS

CYCLISME URBAIN

Au cours de la dernière décennie, le centre-ville est devenu le terrain de jeu favori des amateurs d'urban cycling. Ils utilisent le mobilier urbain pour s'entraîner, développer leur adresse et se lancer de nouveaux défis.

Ces nouvelles pratiques « Urban Cycling » comprennent le BMX Freestyle Park et Flatland, le VTT Trial et le VTT Cross-country Eliminator.

Modernes, divertissantes et dynamiques, ces nouvelles pratiques attirent de nombreux spectateurs, notamment les plus jeunes.

/ BMX FREESTYLE

Le BMX Freestyle regroupe 5 spécialités : Park, Street, Vert, Dirt Jump et Flat. Ce sont les spécialités du Park et du Flatland qui ont été intégrées à l'UCI.

/ BMX FREESTYLE PARK

Discipline spectaculaire, elle permet d'attirer un public jeune et urbain, cible importante du mouvement olympique. Cette discipline sera d'ailleurs intégrée au programme des Jeux Olympiques dès 2020 à Tokyo.

Les concurrents sont jugés sur des figures effectuées sur l'ensemble du parcours (difficulté, originalité et style), et qui doivent être réalisées dans un temps limité. L'action sportive est facile à expliquer et elle peut être télévisée à moindre frais. Les épreuves se disputent sur un skate park.

En 2017, un nouveau domaine d'activités cyclistes, comprenant le XC Eliminator, l'Urban Trial et le BMX freestyle Park, a été intégré par l'Union Cycliste Internationale. Cette grande nouveauté s'est répercutée sur la Fédération Française de Cyclisme, qui a également inclus le BMX Freestyle Park au sein de ses disciplines officielles et qui a créé la « Coupe de France de BMX Freestyle Park ». Après une 1^{ère} édition réussie en 2017, la saison 2018 aura vu 5 manches se disputer tout au long de l'année.

/ BMX FREESTYLE FLATLAND

Spécialité qui se pratique sur une surface plane avec des vélos de 20 pouces. Artistique et très visuelle, cette discipline fait la part belle à l'esthétisme et à la créativité des riders. Les figures se combinent et s'apparentent à de la danse. Le BMX Freestyle Flatland demande de très grandes qualités d'équilibre et d'imagination. Les runs donnent des notes artistiques et de difficulté. Un circuit de Coupe de France a également été lancé en 2018 pour le Flatland avec 3 étapes au programme de cette 1^{ère} édition.

/ VTT TRIAL

Épreuve non olympique, cette discipline consiste à franchir des zones (naturelles ou artificielles) qui font appel à des notions d'équilibre et de maîtrise du vélo sans avoir d'appuis autres que les pneus. Le vainqueur d'une épreuve est celui qui aura franchi la zone en mettant pied à terre moins souvent que les autres concurrents et ceci dans un temps limité.

La France est une Nation majeure de cette discipline et compte dans ses rangs de nombreux Champions du Monde.

/ VTT CROSS-COUNTRY ELIMINATOR

Épreuve non olympique, cette discipline se dispute sur un parcours technique, rapide et souvent urbain. Une course dure entre 1 et 2 minutes sur un circuit de 500 à 600 mètres permettant une course dynamique, d'intenses efforts et une visibilité optimum pour les spectateurs. Les qualifications se disputent en solitaire, sous la forme de tours chronométrés. Les concurrents s'affrontent ensuite sur des runs à 4 contre 4 ou à 6 contre 6. Les premiers passent au tour suivant jusqu'à la finale.



CYCLISME EN SALLE

Il se décline en 2 familles :

/ CYCLISME ARTISTIQUE

L'exécution de mouvements et d'exercices gymniques, de sauts et de passages sur une bicyclette adaptée, en roulant sur deux roues ou uniquement sur la roue arrière.

/ CYCLISME BALLE

Jeu, par équipe de 2 joueurs, consistant à expédier une balle dans un but de 2m x 2m en se servant des roues du vélo.



POLO-VÉLO

Discipline où deux équipes de 5 joueurs, sur un vélo (même le gardien de but), vont s'affronter au cours d'un match de deux périodes de 30 minutes. Chaque équipe tente de marquer un maximum de buts à son adversaire sur un terrain dont les dimensions sont proches de celles d'un terrain de football. Seul l'arbitre est à pied.

/ BIKE-POLO

Le Hardcourt Bike Polo est une déclinaison urbaine du Polo-vélo sur herbe. Il se pratique sur terrain dur, le plus souvent sur du bitume. Munis d'un vélo et d'un maillet, les joueurs s'affrontent dans des matchs de 3 contre 3 sur un terrain clôturé (15m x 35m), où l'objectif est de marquer 5 buts le plus rapidement possible.

VÉLO COUCHÉ

Nouvelle discipline FFC depuis 2005, elle se pratique sur un vélo couché et propose des courses variées et ludiques (épreuve de l'heure, sprints, tentatives de records, longue distance). La licence Pass'Cyclisme permet de participer aux Cyclosporives ainsi qu'aux Championnats de France sur Route et Piste de Vélo couché.



LES LICENCES

COMPÉTITION LOISIR / SANTÉ

Des licences pour tou(te)s et
pour toutes les pratiques

Prise de licence individuelle possible par
internet pour les Pass' suivants :

Pass'Cyclisme, Pass'Cyclo-sportive,
Pass'Sport Nature, Pass'Loisir et
Pass'Sport Urbain

➔ www.ffc.fr/presentation-de-licence

* **CM** : Obligation de présenter un
certificat médical de « non contre-
indication » à la pratique du cyclisme.

La primo-licence, pour les tout nouveaux
licenciés FFC, peut être souscrite dès le mois
de septembre (la licence sera valide 16 mois)

PRATIQUES OCCASIONNELLES ET DE DÉCOUVERTE

CARTE À LA JOURNÉE

👤 À partir de 4 ans
📄 CM*

Titre de participation journalier, délivré
sur place, pour les activités Jeunes et
épreuves Cyclisme pour tous.

Ne comprend pas le coût d'engagement.

Remboursable jusqu'à 2 exemplaires
lors de l'achat d'une licence annuelle
de la saison en cours.

LICENCE ACCUEIL

👤 De 4 à 16 ans
📄 CM*

Valable pour une durée de 1 mois.

Remboursable lors de l'achat d'une
licence annuelle de la saison en cours.

Initiation à la pratique des sports
cyclistes au sein d'une école de vélo
FFC. Compétitions jeunes toutes
disciplines confondues.



LICENCE BABY-VÉLO

👤 De 2 à 4 ans
📄 CM*

Destinée aux enfants pour la découverte du vélo au
sein des Écoles Françaises de Cyclisme.

TARIFS 2019



Carte à la journée	4 ans et+	9 €
Licence Accueil Jeune (Valable 1 mois)	4-16 ans	16 €
Animateur	18 ans et+	374 €
Duplicata		13 €

JEUNES ///

Baby-Vélo	2-4 ans	16 €
Pré-licenciés	5-6 ans	51 €
Poussins	7-8 ans	51 €
Pupilles	9-10 ans	51 €
Benjamins	11-12 ans	51 €
Minimes	13-14 ans	51 €
Cadets	15-16 ans	51 €

COMPÉTITION ///

Juniors	17-18 ans	87 €
1 ^{ère} catégorie	19 ans et+	200 €
2 ^{ème} catégorie	19 ans et+	160 €
3 ^{ème} catégorie	19 ans et+	120 €

ENCADREMENT ///

Dirigeants	18 ans et+	64 €
Cadre Technique	18 ans et+	64 €
Équipe de France	18 ans et+	64 €

ROUTE - VTT - PISTE - BMX - CYCLO-CROSS - CHAMPIONNATS MASTERS

PASS'CYCLISME

👤 À partir de 19 ans
📄 CM*

Licence de référence du Cyclisme pour Tous.

Les compétitions Route sont celles du Cyclisme pour Tous.

PASS'CYCLISME OPEN

👤 À partir de 19 ans
📄 CM*

Permet en plus de participer aux épreuves 3^{ème} catégorie et Juniors sur route.

BIKE-VÉLO ET FREESTYLE

PASS'SPORT URBAIN

👤 À partir de 4 ans
📄 CM*

Compétition et Loisir.

CYCLOSPORTIVES, ÉPREUVES DE MASSE VTT ET CHAMPIONNATS VÉLO-COUCHÉ

PASS'CYCLOSPORTIVE

👤 À partir de 17 ans
📄 CM*

Ils permettent les mêmes activités. Le premier est orienté route, et le second VTT.

PASS'SPORT NATURE

👤 À partir de 17 ans
📄 CM*

ACTIVITÉS DE PUR LOISIR

PASS'LOISIR

👤 À partir de 4 ans
📄 CM*

Pratiques individuelles et familiales, Randos VTT ou Randosportive (route).

ARBITRES ///

Jeune Arbitre**	14-18 ans	51 €
École de vélo**	14 ans et+	64 €
BMX**	14 ans et+	64 €
Club**	14 ans et+	64 €
Régional** ***	16 ans et+	97 €
National** ***	18 ans et+	97 €
Fédéral** ***	18 ans et+	177 €
National Élite** ***	18 ans et+	177 €
International** ***	18 ans et+	177 €

SERVICE ///

Sympathisants	18 ans et+	54 €
Chauffeurs	18 ans et+	54 €
Signaleurs	18 ans et+	54 €
Motards	18 ans et+	54 €
Kiné ayant une activité annuelle de moins de 30 jours	18 ans et+	54 €

CYCLISME POUR TOUS ///

Pass'Cyclisme Open	19 ans et+	108 €
Pass'Cyclisme	19 ans et+	69 €
Pass'CycloSPORTIVE**	17 ans et+	56 €
Pass'Sport Nature**	17 ans et+	56 €
Pass'Sport Urbain	4 ans et+	56 €
Pass'Loisir**	4 ans et+	46 €

** Le certificat médical est dorénavant valable 5 ans pour tous les licenciés FFC de moins de 65 ans, et 3 ans pour les plus de 65 ans




*** Abonnement au Journal « France Cyclisme » compris dans la licence

REJOINS LA FAMILLE DU CYCLISME !

**POUR SES VALEURS, SON ENCADREMENT DE QUALITÉ,
EN LOISIR OU EN COMPÉTITION, AVEC LA VOLONTÉ DE PROGRESSER !**

Pour plus d'informations : ➔ www.ffc.fr/offres-aux-licencies

UNE PRATIQUE ASSURÉE

-  UN CERTIFICAT MÉDICAL INCORPORÉ POUR UNE INSCRIPTION SIMPLIFIÉE SUR LES ÉPREUVES
-  UNE ASSISTANCE-RAPATRIEMENT SUR TOUTES LES ÉPREUVES DU CALENDRIER FFC
-  DES GARANTIES D'ASSURANCE COMPLÈTES, PERFORMANTES ET ADAPTÉES À VOTRE PRATIQUE

DES OFFRES ET SERVICES PRIVILÉGIÉS

-  DES OFFRES EXCEPTIONNELLES SUR LES ÉVÉNEMENTS FFC
(CHAMPIONNATS NATIONAUX ET COMPÉTITIONS INTERNATIONALES)
-  DES FACILITÉS D'ENGAGEMENT SUR LES ÉPREUVES
-  L'APPLICATION MOBILE MY COACH VÉLO ET DES SERVICES ASSOCIÉS DÉDIÉS AUX LICENCIÉS
-  UN TARIF PRÉFÉRENTIEL POUR L'ABONNEMENT AU MAGAZINE **FRANCE CYCLISME**
PAPIER ET VERSION NUMÉRIQUE
-  L'ACCÈS À LA NEWSLETTER FÉDÉRALE
(BILAN D'ÉVÉNEMENTS, BONS PLANS, RENDEZ-VOUS, INFORMATIONS OFFICIELLES, OFFRES PARTENAIRES...)

DES OFFRES AUPRÈS DES PARTENAIRES ET FOURNISSEURS DE LA FFC



La Maurienne, le plus grand domaine cyclable du monde, propose des séjours sur mesure aux licenciés et clubs FFC.

✉ info@maurienne-tourisme.com

ASO
Amateur Sport Organisation

Toute l'année, ASO, société organisatrice du Tour de France et partenaire de la FFC, propose aux licenciés des avantages sur ses épreuves cyclosporatives et VTT grand public (ex : Paris-Roubaix Challenge, L'Etape du Tour, Paris-Nice Challenge, Roc d'Azur...).

À CHACUN SON STYLE !



ALE, TENUES CYCLISTES PERSONNALISÉES

 **italvet** | www.italvet.fr | clubs@italvet.fr

PRÉPAREZ VOTRE SÉJOUR
ET NOUS RÉPONDONS À VOTRE
DEMANDE SUR-MESURE !

Infos: www.maurienne-tourisme.com/velo

Contact: info@maurienne-tourisme.com



TARIFS ATTRACTIFS
RÉSERVÉS AUX LICENCIÉS



Le Tour de France
Le Tour de l'Avenir
Le Tour de Savoie Mont Blanc
La Transmaurienne Vanoise
et bien d'autres encore...

RETROUVEZ TOUS LES
GRANDS ÉVÈNEMENTS
VÉLO 2019 SUR





WWW.MAURIENNE-TOURISME.COM/VELO/AGENDA-VELO

Garanties complémentaires 2019

➤ Nouveauté souscription en ligne

Gras Savoye, courtier de la
Fédération Française de Cyclisme

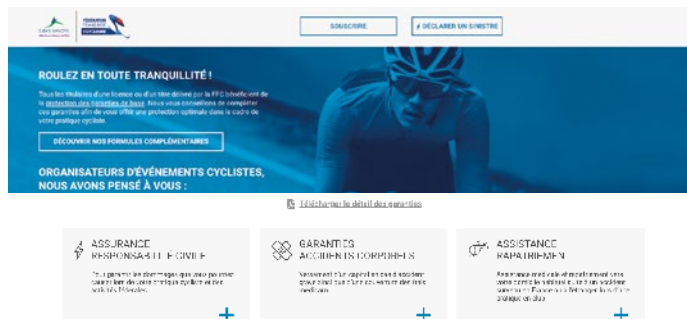
a développé un nouveau site internet de
souscription en ligne des assurances
complémentaires pour mieux vous accompagner :

-  **Clair** (design repensé au mieux,
expliquer les garanties)
-  **Pratique** (accessible depuis un ordinateur,
une tablette, un smartphone)
-  **Rapide** (adhésion en quelques clics)
-  **Efficace** (certificat d'adhésion immédiat)

www.ffc.grassavoie.com

Un site unique de déclaration et de souscription

- Assurance corporelle complémentaire
- Assurance matériel complémentaire
- Récapitulatif des garanties de base
- Lien vers l'ensemble des bulletins et notices



The screenshot shows the website's navigation and main content. At the top, there are buttons for 'SOUSCRIRE' and 'DÉCLARER UN SINISTRE'. The main heading is 'ROULEZ EN TOUTE TRANQUILLITÉ !' followed by a paragraph about the benefits of the complementary guarantees. Below this is a button 'DÉCOUVRIEZ NOS FORMULES COMPLÉMENTAIRES'. A section titled 'ORGANISATEURS D'ÉVÉNEMENTS CYCLISTES, NOUS AVONS PENSÉ À VOUS :' lists three insurance options: 'ASSURANCE RESPONSABILITÉ CIVILE', 'GARANTIES ACCIDENTS CORPORELS', and 'ASSISTANCE RAPATRIEMENT'. Each option has a brief description and a '+' icon to expand it.

Un parcours de souscription fluide

- Un rappel de garanties
- Aucun calcul de prime à faire
- Paiement sécurisé en ligne
- Accusé réception et bulletin reçus immédiatement

SANTÉ ET PRÉVENTION

Docteur Jacky MAILLOT

Directeur du pôle médical fédéral

1, rue Laurent Fignon
78180 Saint-Quentin-en-Yvelines

☎ 01 81 88 09 49

✉ medical@ffc.fr

Docteur Éric MEINADIER

Médecin coordonnateur
en charge de la SMR

1, rue Laurent Fignon
78180 Saint-Quentin-en-Yvelines

☎ 01 81 88 09 49

✉ medical@ffc.fr

Ministère des Sports

95, avenue de France
75013 Paris

➔ www.sports.gouv.fr/prevention

Agence Française de Lutte contre le Dopage (AFLD)

8, rue Auber
75009 Paris

☎ 01 40 62 76 76

➔ www.aflld.fr

Les dispositifs relatifs à la surveillance médicale réglementaire et à la lutte antidopage ont pour but de surveiller l'état de santé du coureur et de protéger le sportif de lui-même et/ou de son entourage vis-à-vis de l'usage, entre autres, de substances interdites.

/ LA SURVEILLANCE MEDICALE RÉGLEMENTAIRE SMR

La SMR est une des missions médicales de la Fédération Française de Cyclisme, qui a pour but de détecter les anomalies liées à la pratique excessive ou inadaptée du cyclisme.

En cas d'anomalie, des examens complémentaires peuvent être demandés. Des certificats médicaux de contre-indication pourront également être délivrés.

💡 CONSEILS

Le coureur doit, avant tout, écouter son corps et respecter les plans d'entraînement adaptés à ses qualités, son âge, sa discipline et son niveau, la progression des charges. Il doit également intégrer des périodes de repos, parfois complet, et veiller à la qualité et à l'équilibre de son alimentation.

- Concernant l'optimisation des qualités physiques, techniques et mentales, le coureur devra toujours s'adresser à un professionnel.
- Il devra rejeter les idées reçues et simplistes prônant, entre autres, l'apport de compléments alimentaires et/ou vitaminés de toute sorte dont on ne maîtrise ni la provenance ni la contenance.

Pour plus d'informations : www.ffc.fr/surveillance-medicale-reglementaire-smr

/ LUTTE CONTRE LE DOPAGE

Sportifs, attention à l'automédication et aux risques auxquels elle peut vous exposer.

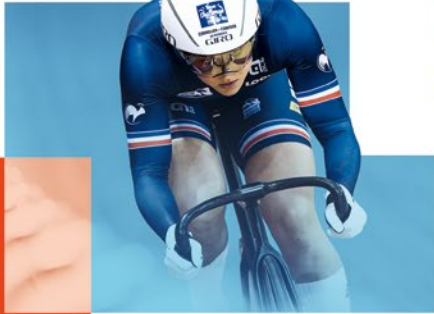
- Interrogez toujours votre médecin ou pharmacien.
- Toujours vérifier, sur la notice du médicament, qu'il n'apparaît pas la mention spéciale à l'attention des sportifs.
- Les substances interdites peuvent être recherchées dans un prélèvement d'urine et/ou une prise de sang.

Pour plus d'informations : medicaments.aflld.fr et www.aflld.fr

⚠ IMPORTANT

Tout cycliste, quelle que soit sa discipline, peut être soumis à une prise de sang inopinée le matin d'une épreuve ou lors d'un stage. Si une anomalie est décelée, le coureur ou le pilote sera interdit de départ et ne pourra pas prendre part à une épreuve ou un stage le temps d'examen complémentaires diligentés par le médecin fédéral.

Les résultats des examens complémentaires décideront de la reprise de la compétition qui ne pourra être délivrée que par le médecin fédéral.



FÉDÉRATION
FRANÇAISE
DE CYCLISME



@ffc.fr f FFCofficiel t FFCyclisme



FÉDÉRATION FRANÇAISE DE CYCLISME

Vélodrome National de Saint-Quentin-en-Yvelines
1, rue Laurent Fignon
78180 Montigny-le-Bretonneux

☎ 08 11 04 05 55 ✉ info@ffc.fr ➔ www.ffc.fr

COMITÉS RÉGIONAUX

Retrouvez toutes les coordonnées des comités régionaux
sur le site de la FFC

➔ www.ffc.fr/comites

— PARTENAIRES OFFICIELS —



— PARTENAIRES MÉDIA —

