



VIVRE VÉLO

BMX • CYCLISME URBAIN • CYCLO-CROSS • PISTE • ROUTE • VTT
COMPÉTITION • LOISIR • SPORT SANTÉ



FÉDÉRATION
FRANÇAISE
DE CYCLISME

@ffc.fr f FFCofficiel FFCyclisme

ABONNEZ-VOUS !

FRANCE CYCLISME

LE MAGAZINE DE LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE CYCLISME



TOUS LES 2 MOIS

Recevez votre magazine et un poster
dans votre boîte aux lettres



Inclus dans tout
abonnement

POSSIBILITÉ D'ACHAT AU NUMÉRO

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

BULLETIN D'ABONNEMENT

à remplir et à retourner avec votre règlement à :

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



Mes coordonnées

Nom Prénom

Adresse

Code Postal Ville

Numéro de Licence Courriel

Je m'abonne à France Cyclisme pour un an :

- Je suis licencié à la FFC et je joins mon règlement de 51€ par chèque (ordre FFC France Cyclisme)
- Je ne suis pas licencié à la FFC et je joins mon règlement de 55€ par chèque (ordre FFC France Cyclisme)
- Je réside à l'étranger et je joins mon règlement de 64€ par chèque (ordre FFC France Cyclisme)

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.

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



PARIS 2024
A NOUS
LES JEUX!
ENSEMBLE CÉLÉBRONS LA VICTOIRE #ANousLesJeux


MÉDAILLES 2017
*ARRÊTÉ AU 24 SEPTEMBRE 2017

CHAMPIONNATS D'EUROPE

25 MÉDAILLES

Route **0** **1** **1**

Piste **5** **1** **4**

VTT **4** **3** **3**

BMX **1** **0** **2**

Cyclocross 4/5 Novembre 2017

CHAMPIONNATS DU MONDE

22 MÉDAILLES

Route **1** **0** **1**

Piste **7** **1** **3**

VTT **2** **2** **3**

BMX **0** **1** **1**

JEUX DE LA FRANCOPHONIE

6 MÉDAILLES

Route **4** **1** **1**

ÉDITO

La France est depuis de nombreuses années une Nation majeure du cyclisme mondial. Les résultats sur le Tour de France 2017, avec cinq victoires d'étape et le maillot à pois du meilleur grimpeur, en sont la preuve. Nos athlètes sont de véritables références dans toutes les disciplines de notre sport : BMX, Cyclo-cross, Piste, Route, VTT... Les défis seront nombreux cette saison pour nos Equipes de France.

Le cyclisme, c'est aussi une pratique quotidienne, pour le loisir, pour se dépenser, se déplacer, voyager, être en bonne santé, repousser ses limites, etc.

24 millions de pratiquants réguliers déclarent faire du vélo en France. Jeunes comme moins jeunes, compétiteurs, passionnés ou simples pratiquants sont pris en charge chaque année au sein de nos 2 600 clubs, répartis sur tout le territoire. Les structures fédérales et leurs éducateurs accueillent petits et grands, à partir de 2 ans. Leur compétence et leur savoir-faire permettent à ces licenciés de découvrir ce sport riche et passionnant. Le cyclisme compte de nombreuses disciplines, adaptées à tous les publics, pratiquées dans des lieux variés et sur des équipements totalement différents : sur la route, en montagne, en intérieur, sur piste, etc.

Chaque année, la Fédération Française de Cyclisme innove et se lance dans de nombreux projets afin de rendre le cyclisme accessible au plus grand nombre. Les actions mises en place dans le cadre du développement du cyclisme féminin, de l'handisport, la définition d'une nouvelle offre « cyclisme loisir », la création du label « École Française de Cyclisme », ou encore l'intégration du « sport santé » dans notre politique fédérale, caractérisent cette ambition.

Ces actions doivent ainsi nous permettre d'attirer et de fidéliser de nouveaux cyclistes. Notre objectif étant de continuer à former les grands Champions de demain mais aussi et surtout de créer des vocations !

Rejoindre la Fédération Française de Cyclisme, c'est faire partie d'une véritable communauté de passionnés, d'une famille, au sein de laquelle tous les pratiquants, peu importe leur niveau, sont les bienvenus.

Ce guide vous fournira toutes les informations utiles à votre pratique, quelques soient vos envies et attentes.

Alors n'hésitez plus, et vivez vélo !

MICHEL CALLOT
Président de la Fédération
Française de Cyclisme



TENUE
ÉQUIPE DE FRANCE 

FICHES TECHNIQUES ET TARIFICATIONS DES PRODUITS SUR WWW.FFC.FR, RUBRIQUE BOUTIQUE OFFICIELLE



L'ESPRIT CYCLISTE
À LA VILLE



BAGAGERIE 



GOODIES
ET LIBRAIRIE



RETROUVEZ ET COMMANDEZ
TOUS LES PRODUITS DE LA
BOUTIQUE OFFICIELLE SUR
WWW.FFC.FR/BOUTIQUE

► OFFRES SPÉCIALES ET
COUPONS DE RÉDUCTION
POUR LES LICENCIÉS FFC

116 000 LICENCIÉS



ROUTE



PISTE



CYCLO-CROSS



VTT



BMX



AUTRES

58%

23%

19%

0,3%



10 ENTRAINEURS
NATIONAUX

29 CONSEILLERS
TECHNIQUES
NATIONAUX &
REGIONAUX



246
ATHLÈTES LISTÉS
HAUT-NIVEAU

38 ÉLITE
140 RELÈVE/JEUNE
61 SENIOR
7 RECONVERSION



2 600
CLUBS

11 000
COMPÉTITIONS



249
ATHLÈTES
LISTÉS ESPOIRS



7 ÉVÈNEMENTS FFC
À L'AGENDA 2018



ÉCOLE FRANÇAISE DE CYCLISME EN JUILLET 2017

153 CLUBS LABELLISÉS
146 LABELS ÉCOLE DE VÉLO
44 LABELS BABY-VÉLO
82 LABELS CLUB COMPÉTITION

13-14 JANVIER - QUELNEUC CARENTOIR (BRETAGNE)
CHAMPIONNATS DE FRANCE CYCLO-CROSS

28 JUIN - 1^{ER} JUILLET
CHAMPIONNATS DE FRANCE DE CYCLISME SUR ROUTE

6-8 JUILLET - SARZEAU (BRETAGNE)
CHAMPIONNATS DE FRANCE BMX

20-22 JUILLET
CHAMPIONNATS DE FRANCE VTT TRIAL, XCO, XCE

28-29 JUILLET
CHAMPIONNATS DE FRANCE DESCENTE

11-18 AOÛT
CHAMPIONNATS DE FRANCE ÉLITE ET AVENIR DE CYCLISME SUR PISTE

22-25 AOÛT - PLOUGASTEL DAULAS (BRETAGNE)
CHAMPIONNATS DE FRANCE AVENIR ROUTE



EN 2017, 188 SITES VTT-FFC ONT REÇU LE LABEL FFC DONT 12 NOUVELLES DESTINATIONS.

VOUS Y TROUVEREZ 66 500 KM DE SENTIERS BALISÉS À VOTRE PORTÉE POUR DÉCOUVRIR DE NOMBREUSES RÉGIONS

→ SITESVTT.FFC.FR

LES DISCIPLINES

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'Cyclo sportive et Pass'Loisir, vous pourrez vous engager dans des épreuves de loisir, cyclo sportives et certaines compétitions de VTT et de BMX.

ROUTE



VTT



Discipline (Vélo Tout Terrain) qui se décline en 3 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.

VTT

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



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, 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 PARK

Le BMX Freestyle regroupe cinq spécialités : Park, Street, Vert, Dirt Jump et Flat. C'est la spécialité du Park qui a été intégrée à l'UCI.

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 et les JO de 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 ». Une première édition qui se déroulera sur 3 manches.

/ 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 URBAIN



Il se décline en deux 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.

CYCLISME EN SALLE



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 de
compétition.

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 2018



Carte à la journée	4 ans et+	8 €
Licence Accueil Jeune (Valable 1 mois)	4-16 ans	15 €
Animateur	18 ans et+	373 €
Duplicata		12 €

JEUNES ///

Baby-Vélo	2-4 ans	15 €
Pré-licenciés	5-6 ans	50 €
Poussins	7-8 ans	50 €
Pupilles	9-10 ans	50 €
Benjamins	11-12 ans	50 €
Minimes	13-14 ans	50 €
Cadets	15-16 ans	50 €

COMPÉTITION ///

Juniors	17-18 ans	86 €
1 ^{ère} catégorie	19 ans et+	199 €
2 ^{ème} catégorie	19 ans et+	159 €
3 ^{ème} catégorie	19 ans et+	119 €

ENCADREMENT ///

Dirigeants	18 ans et+	63 €
Cadre Technique	18 ans et+	63 €
Équipe de France	18 ans et+	63 €

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 Randsportive (route).

ARBITRES ///

Jeune Arbitre	14-18 ans	50 €
École de vélo	14 ans et+	63 €
BMX	14 ans et+	63 €
Club	14 ans et+	63 €
Régional	16 ans et+	96 €
National	18 ans et+	96 €
Fédéral	18 ans et+	176 €
National Élite	18 ans et+	176 €
International	18 ans et+	176 €

SERVICE ///

Sympathisants	18 ans et+	53 €
Chauffeurs	18 ans et+	53 €
Signaleurs	18 ans et+	53 €
Motards	18 ans et+	53 €
Kiné ayant une activité annuelle de moins de 30 jours	18 ans et+	53 €

CYCLISME POUR TOUS ///

Pass'Cyclisme Open	19 ans et+	107 €
Pass'Cyclisme	19 ans et+	68 €
Pass'CycloSPORTIVE	17 ans et+	55 €
Pass'Sport Nature	17 ans et+	55 €
Pass'Sport Urbain	4 ans et+	55 €
Pass'Loisir	4 ans et+	45 €

AVANTAGES LICENCIÉS FFC

ROULEZ EN TOUTE SÉCURITÉ ET FAITES LE PLEIN DE SERVICES !

Que vous fassiez du cyclisme pour le loisir, la santé ou la compétition, rejoignez la grande famille FFC et découvrez vos nombreux avantages.

➔ www.ffc.fr/offres-aux-licencies



DES RÉDUCTIONS SUR LES ÉVÉNEMENTS FFC



DES FACILITÉS D'ENGAGEMENT SUR LES ÉPREUVES



UN TARIF PRÉFÉRENTIEL POUR L'ABONNEMENT AU MAGAZINE **FRANCE CYCLISME**



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 PRIVILÉGIÉES AUPRÈS DES PARTENAIRES FFC :



ŠKODA

ŠKODA offre à tous les licenciés, comités et clubs FFC jusqu'à 20% de remise sur l'achat de véhicules neufs de l'ensemble de sa gamme, hors SUV.

Rendez-vous dans votre concession ŠKODA pour découvrir l'ensemble de la gamme et profiter d'une remise exclusivement réservée aux licenciés de la FFC.

➔ www.skoda.fr



« La Maurienne, le plus grand domaine cyclable du monde » propose des offres spéciales aux détenteurs d'une licence FFC en cours de validité.

➔ www.maurienne-tourisme.com/velo/fournisseur-officiel-ffc/les-offres-avantages-licencies-ffc/10-sur-nos-sejours-velo-tout-compris/



Rendez-vous sur le site de la boutique FFC pour découvrir tous les produits disponibles et profiter de réductions spéciales.

➔ www.ffc.fr/boutique

JUSQU'À 20% DE RÉDUCTION SUR LES VÉHICULES ŠKODA POUR LES LICENCIÉS FFC

ŠKODA
We **Love** Cycling

CITIGO



FABIA &
FABIA COMBI



RAPID
SPACEBACK



OCTAVIA &
OCTAVIA COMBI



SUPERB
& SUPERB COMBI



RENDEZ-VOUS DANS LA CONCESSION ŠKODA LA PLUS PROCHE DE CHEZ VOUS
POUR AVOIR LES DÉTAILS DE L'OFFRE.

WWW.SKODA.FR/RESEAU

(Offres valables sur l'ensemble de la gamme ŠKODA, hors SUV)

Gras Savoye, partenaire des licenciés FFC au quotidien

Que faire en cas d'accident ?

Pour une déclaration d'un sinistre " individuelle accident " ou " responsabilité civile ", contactez Gras Savoye au **09 72 72 01 38** ou téléchargez le formulaire sur notre site :

www.ffc.grassavoye.com

Pour une demande d'assistance, et avant toute intervention, contactez Axa Assistance au **01 70 95 94 64**.

Assurances complémentaires " individuelle accident " / assurance vélo

Pour une meilleure protection en " individuelle accident " et " assistance " et pour assurer votre vélo, rendez-vous sur www.ffc.grassavoye.com

Contactez-nous ! ffc@grassavoye.com - 09 72 72 01 38

Fax 01 41 43 65 03 - www.ffc.grassavoye.com

Gras Savoye WillisTowers Watson

Département Sports et Evénements

Immeuble Quai 33, 33/34 quai de Dion-Bouton CS 70001,
92814 Puteaux Cedex

GRAS SAVOYE, Société de courtage d'assurance et de réassurance
Immeuble Quai 33, 33/34 quai de Dion-Bouton, CS 70001, 92814 Puteaux Cedex. <http://www.grassavoye.com>.
Société par actions simplifiée au capital de 1 432 600 euros. 311 248 637 RCS Nanterre. ORIAS n° 07 001707
(www.orias.fr). Gras Savoye est soumis au contrôle de l'ACPR (Autorité de Contrôle Prudentiel et de Résolution). ©
GettyImages.com - Gras Savoye Willis Towers Watson. Tous droits réservés. 13/09/16

[willistowers watson.com](http://willistowerswatson.com)



GRAS SAVOYE

SANTÉ ET PRÉVENTION

Docteur Armand MEGRET

Médecin Fédéral National

1, rue Laurent Fignon
CS 40100

78069 Saint-Quentin-en-Yvelines

☎ 01 81 88 09 49

✉ medical@ffc.fr

Docteur Francis GENSON

Médecin chargé de

l'instruction des dossiers
liés à la lutte antidopage FFC

4, rue du Poète
33700 MERIGNAC

☎ 05 56 97 20 44

Ministère de la Ville, de la Jeunesse et des Sports

Secrétariat d'Etat
chargé des Sports

95, avenue de France
75650 Paris Cedex 13

➔ www.sports.gouv.fr/prevention

Agence Française de Lutte contre le Dopage (AFLD)

8, rue Auber
75009 Paris

☎ 01 40 62 76 76

✉ 01 40 62 77 39

➔ www.afl.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 MÉDICALE 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.afl.fr et www.afl.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'examens complémentaires diligents 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 FFCyclisme

— invellou © AFP/Photo © FFC/Photo © Kenophotographie

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 —



ŠKODA

— FOURNISSEURS OFFICIELS —



PRENEZ LA ROUE DES GRANDS



— PARTENAIRES ÉVÉNEMENTIELS —



Willis Towers Watson | L'ÉPI

— PARTENAIRES MÉDIA —

