

Ecole Française de vélo

Montigny-lès-Metz - VTT



Livret d'accueil Jeunes



**Reglement
intérieur**

<https://montignyvelonature.fr/>

Version septembre 2026

Règlement intérieur de l'école de vélo

☺ **Pratiquer le vélo avec l'école de vélo de MVN**

L'école de vélo se veut être une synergie entre loisir et apprentissage, convivialité et sécurité, le tout, sans esprit de compétition.

Sa création remonte au 29 mars 2003.

Elle bénéficie d'un agrément Jeunesse et Sports (n° S-57-06-08 en date du 28 mars 2006).

Elle est placée sous la responsabilité d'Olivier Sinot, moniteur fédéral.

Elle est agréée par la Fédération Française de Cyclotourisme dont elle bénéficie de soutiens financiers, pédagogiques et matériels. En retour, l'école cyclo adopte les principes de la FFCT et participe à ses manifestations.

☺ **Quelques chiffres**

L'école de vélo compte une centaine de jeunes (l'une des plus importantes de France).

Des séances sont proposées toutes les semaines, hors vacances scolaires, sur l'ensemble de l'année.

40 à 60 participants présents en moyenne chaque semaine.

☺ **Condition d'admission**

Dès l'âge de 7 ans.

Pour la toute première séance, les parents doivent venir signer l'autorisation parentale. Les trois premières séances sont gratuites, elles ont pour but de faire découvrir l'activité. Pour les moins de 8 ans, la présence d'un parent accompagnateur est requise.

A l'issue de la troisième séance, un bilan est alors effectué avec les parents (sécurité, capacité physique et matériel).

☺ **Les séances**

Elles ont lieu les samedis après-midi, de 14 h à 17 h (16 h 30 entre novembre et mars), pour tous. Entre avril et novembre, des séances pour les plus jeunes ont lieu les mercredis après-midi, de 17 h à 18 h 30.

Ces séances sont assurées, quelles que soient les conditions climatiques. En cas d'intempéries, les randonnées sont remplacées par des activités d'intérieur (mécanique, cartographie, etc.)

En dehors des sorties exceptionnelles délocalisées, le **point de départ** est fixé au local du club.

N.B. : il appartient à chaque parent de s'assurer de l'effectivité de la séance sur le site internet du club, rubrique agenda.

☺ **Le point de rassemblement**

Le local du club se trouve au 101, rue du Haut-Rhèle, 57950 Montigny-lès-Metz (local situé entre le canal et la Moselle, après la déchèterie de Montigny)

☺ **Le projet éducatif**

L'école de vélo s'adresse à des jeunes soucieux de découvrir et de perfectionner leurs aptitudes à la pratique du VTT et du vélo de route dans le cadre des loisirs et du volontariat, sans objectif de compétition. Elle s'appuie sur une équipe d'animateurs bénévoles. Le projet éducatif repose sur **5 objectifs** :

1. Amener à l'autonomie sur le vélo par la pratique, l'acquisition de connaissances, la découverte,
2. Faire évoluer en toute sécurité,
3. Pratiquer sans esprit de compétition, ni recherche de la performance,
4. Favoriser l'échange, l'entraide, la tolérance, en toute convivialité,
5. Veiller à ce que les activités proposées restent un plaisir pour tous.

☺ **L'encadrement de l'école de vélo**

Réglementation FFCT : « 2 encadrants pour 12 jeunes mineurs. Encadrement minimum des groupes par 2 adultes brevetés fédéraux ou un breveté et un adulte accompagnateur ».

L'école de vélo n'existe que par l'engagement d'adultes bénévoles qui acceptent d'encadrer les jeunes à vélo.

Tous les adultes souhaitant encadrer l'école de vélo sont les bienvenus. MVN propose aux nouveaux, un accompagnement pour se former en interne dans un premier temps et acquérir le statut « d'adulte accompagnateur ». Un guide de l'animateur est remis à tout adulte roulant avec les jeunes. Il y est décrit les conditions pour obtenir le statut d'adulte accompagnateur. Et les encadrants les plus anciens ont effectué une formation de secourisme et des formations de la FFCT (animateur, initiateur ou moniteur). A noter : nécessité de prendre une licence pour rouler avec les groupes de MVN.

☺ **Les groupes**

La répartition des jeunes dans les groupes se fait en fonction de leur âge, de leur forme du moment, du niveau technique, de leur assiduité, mais aussi de leurs affinités. La constitution des groupes n'est pas figée. Elle est proposée sur avis des encadrants de l'école de vélo.

☺ **L'assiduité aux séances**

Si les absences ne sont pas sanctionnées, une présence régulière permet néanmoins de progresser et de participer à la vie de groupe.

De même, si les sorties extérieures ne sont pas obligatoires, elles sont vivement conseillées.

Seule, une participation, au moins, à l'une des manifestations à 8 points au challenge interne de l'école de vélo (voir ci-après) est demandée à chaque jeune annuellement.



**Alors, OK pour l'Aventure,
viens rejoindre les riders
de Montigny**

👉 **Challenge interne de l'école de vélo**

Le club participe au challenge national des écoles de vélo et l'a d'ailleurs remporté à plusieurs reprises (première école de France par son activité). Les points sont obtenus lors de la participation des jeunes aux activités proposées. Afin de les encourager à participer, MVN a créé son propre challenge. Les points marqués par les jeunes :

- 8 pts* Critérium route ou VTT, local, départemental, régional ou national
Concours d'éducation routière, départemental, régional ou national
- 4 pts Rencontre des écoles de vélo
- 1 pt Séances des samedis
- 0,5 pts Par journée durant les séjours

** Il s'agit de manifestations gratuites, se déroulant un dimanche entre février et mai. Les dates sont indiquées plusieurs mois à l'avance sur le site internet du club (rubrique espace membres – agenda).*

👉 **Le déroulement d'une séance pour un jeune**

Dès son arrivée, le jeune consulte le tableau des présences et place son magnet dans la colonne de son groupe. Ceci permet de savoir qui est présent (jeunes et animateurs). Les parcours sont également affichés.

A la fin d'une séance, un goûter est offert. Pour des raisons de sécurité, il est demandé de ne plus faire de vélo dans l'enceinte du club au retour des randonnées. Une zone de lavage et du matériel sont disponibles pour remettre les vélos en état. Attention : un vélo doit être huilé régulièrement pour ne pas gripper et rouiller.

👉 **L'équipement obligatoire**

Un vélo en état de marche*, un casque, 1 gilet fluo (à avoir sur soi), un sac à dos, un bidon/camelback (1 litre en été) et petit-encas (pâtes de fruit, barres de céréales), un nécessaire de réparation.

**Possibilité de prêt pour 2 €/séance (participation aux frais d'entretien).*

L'équipement sécurité

L'équipement obligatoire requis : casque / chasuble jaune fluo / catadioptré AV blanc / catadioptré AR rouge / 2 catadioptrés oranges pour les roues / 1 sonnette / éclairage AV blanc + AR rouge, avec des piles (en hiver et lors des séjours)

Eviter les pédales plates en métal ou avec des picots en métal (danger pour les tibias)

L'équipement mécanique

La trousse minimale à posséder

1 chambre à air adaptée au vélo / 2 démonte-pneus / 1 pompe à vélo / 1 clé à outils multifonction

La trousse à outils idéale

2 chambres à air (attention au type de valve) / des rustines et le nécessaire de réparation (colle, démonte pneu, grattoir) / 1 pompe à vélo / 1 jeu de clé 6 pans / 1 outil multifonctions / 1 dérive chaîne et une attache rapide / 1 câble de frein (sauf si freins hydrauliques) / 1 patte de dérailleur adaptée au vélo (pour les VTT) / 1 câble de dérailleur / 1 clé à rayon / 1 pince / 1 clef à molette / des colliers rilsans / rouleau de chatterton

👉 **La tenue vestimentaire**

Pour la pratique du vélo, un cuissard (court ou long) et des gants de vélo sont conseillés. Eviter les chaussures à lacets (qui risquent de s'accrocher dans la chaîne). Des maillots aux couleurs de MVN sont proposés par le club, avec un tarif préférentiel. Les maillots publicitaires ne sont pas souhaités (éthique FFCT). Les vêtements doivent être adaptés aux conditions climatiques (pantalons longs si température < 10°C / bonnet et gants longs si température < 5 °C / imperméable si pluie). En cas de tenue non adaptée, l'accès à une séance peut être refusé.

👉 **La sécurité**

C'est la priorité des priorités, qui conditionne l'ensemble des actions de l'école de vélo.

Elle se traduit par l'apport de connaissances théoriques (signalisation, règles de déplacement), mécaniques (entretien des organes de sécurité du vélo), comportementales (respect des consignes, etc.).

Pendant les séances de l'école de vélo, les parents du jeune doivent pouvoir être joints aux numéros indiqués dans le dossier d'inscription. En cas d'incident rendant impossible la poursuite de la randonnée ou d'accident, les parents sont prévenus sans délai par le responsable de l'école.

👉 **Activités supplémentaires**

Tout au long de l'année, des séjours sont proposés, seul ou en famille, dans ou hors région. Des activités sont aussi proposées certains dimanches ou durant les vacances scolaires. Par exemple : réalisation de brevets cyclos, randonnées à l'extérieur de Montigny, sortie parc de loisirs, etc.

Les rendez-vous incontournables

- Le concours d'éducation routière pour les < 13 ans
- Les critériums : importants pour évaluer, seul ou en équipe, selon l'âge, ses acquis (pour tous)
- Les rencontres inter écoles de vélo
- Les séjours

Toutes ces activités sont annoncées sur le site internet de l'association, rubrique espace membres - agenda

☞ **Que faire en cas d'accident ?**

En cas d'accident nécessitant l'évacuation d'un jeune par des secouristes, les parents sont immédiatement prévenus par le responsable de l'école de vélo. Ils auront à se rendre à l'hôpital. Après les soins, si les parents du jeune ne sont pas disponibles, la fiche sanitaire correctement complétée doit permettre au responsable de l'école de vélo de faire sortir le jeune.

Un certificat médical décrivant les dommages corporels et les soins sera à demander au médecin. Une déclaration d'accident (à effectuer sur le site FFCT avec son numéro de licence) sera complétée sous 5 jours avec la famille. Le certificat médical y sera joint.

☞ **L'esprit de groupe, un état d'esprit**

La qualité de l'accueil et la sécurité de tout jeune est une préoccupation centrale pour l'équipe de MVN.

Cet engagement est l'affaire de tous, individuellement et collectivement, jeunes et adultes.

Un comportement irrespectueux, agressif, le non-respect répété des consignes ne peuvent être acceptés dans la durée au risque de déstabiliser la cohérence de l'école. En cas d'incivilités prononcées, le responsable de l'école de vélo se réserve le droit de refuser une adhésion. Une exclusion temporaire, voire définitive peut également être prononcée envers tout membre récidivant, après concertation avec le jeune et ses parents.

☞ **La communication, une préoccupation permanente de l'association**

Le site internet de l'association est mis à jour très régulièrement. L'agenda permet de connaître les prochaines séances et de s'y inscrire. Les randonnées spéciales font l'objet d'inscriptions en ligne.

L'équipe d'animation propose une fois par an un temps d'échange avec les familles.

Site de MVN : <https://montignyvelonature.fr/>

Ecoute des jeunes : l'Assemblée Générale des Jeunes est une des occasions d'exprimer ses souhaits sur le fonctionnement de l'école de vélo. Lors de cette réunion annuelle, ils choisissent leurs représentants pour l'Assemblée Générale de l'association.

☞ **Coups de main**

Les animateurs sont là pour donner des conseils sur l'entretien, la réparation, l'achat de matériel ou d'un vélo. N'hésitez pas à les solliciter.

Par ailleurs, l'organisation d'un panel d'actions variées nécessite l'implication du plus grand nombre.

Toute bonne volonté est appréciée, tant sur le plan de l'encadrement, l'organisation matérielle, le transport, les « petits savoir-faire techniques ». Faites-vous connaître.

L'ESSENTIEL DES FORMALITES

☞ **L'inscription**

Un des parents du jeune doit être présent lors de sa première venue au club afin de signer l'autorisation parentale. En septembre/octobre, des permanences ont lieu tous les mardi soir, à 18 h, pour les pré-inscriptions.

A l'issue des 3 premières séances de découverte gratuites, la poursuite est conditionnée par la remise du dossier complet.

Documents à fournir :

- Fiche d'inscription au club
- Fiche d'inscription à l'école de vélo
- Photo d'identité
- Fiche sanitaire dûment remplie et signée
- Ce règlement intérieur signé par le jeune et ses parents
- Le règlement de la cotisation

Le dossier est à renouveler chaque année en janvier.

Pensez à informer le responsable du club de tout changement pour la réactualisation du dossier en cours d'année (adresse, téléphones, mails, assurance, etc.).

☞ **Montant de la cotisation :**

Tarif pour une année civile avec maillot remis à la première inscription.

Dégressivité pour les frères/sœurs.

Sont compris dans les droits d'adhésion : la cotisation à MVN, la licence FFCT et l'assurance formule « Petit-braquet » (RC 24h/24h, recours et défense pénale, accident corporel et assistance rapatriement). Pour plus de détails, consulter l'intranet FFCT.

A noter : tarif fin de saison pour les nouveaux de septembre à décembre.

Pour en savoir plus : Olivier Sinot, président / Tél : 06 80 25 82 70 / e-mail : olivier_sinot@orange.fr

Le responsable de l'école de vélo est chargé de l'application du présent règlement intérieur.

Un exemplaire de ce document est remis à tout jeune lors de sa première participation à une séance de l'école cyclo.

Sa prise de connaissance et son acceptation (signature du jeune et de ses parents), sont nécessaires pour valider l'inscription.

Parents (nom)

Mineur (nom)

Responsable de l'école de vélo (nom)

Lu et approuvé,

Lu et approuvé,

Lu et approuvé,

Date et signature :

Date et signature :

Date et signature :