

PROGRAMME DE BMX HAUTE PERFORMANCE 2010



**Préparé par Adam Muys
Entraîneur national de BMX**

Programme de BMX haute performance 2010

Introduction

En 2010, le programme de BMX se concentrera sur les compétitions de Supercross, les camps d'entraînement de Supercross, le développement de l'équipe junior et le développement des jeunes.

L'ensemble des athlètes de BMX du Canada n'a que très peu d'expérience en Supercross, et les athlètes de haut niveau ne font pas exception à cette réalité puisqu'ils ne possèdent qu'une expérience limitée sur les pistes de Supercross et encore moins en compétition. En 2010, l'Association cycliste canadienne prévoit aider ces athlètes à pallier ce manque d'expérience en continuant de leur donner l'occasion de s'entraîner autant que possible sur des pistes de Supercross et de participer aux compétitions. À l'heure actuelle, toutefois, il n'existe aucune piste au Canada, la plus près étant située à Chula Vista, en Californie. L'Association s'affaire donc à contribuer à la conception d'une piste et espère qu'elle sera prête en 2010.

Le programme junior vise à exposer les jeunes athlètes aux compétitions internationales en vue de les préparer aux championnats du monde.

Finalement, pour poursuivre ce qui a été amorcé en 2009, le programme de développement sera semblable à celui de 2009, à savoir qu'un camp se tiendra dans l'Est, un autre dans l'Ouest et qu'un troisième se déroulera sur une piste de Supercross.

Programme de l'équipe nationale de BMX

Pour l'année 2010, le programme de l'équipe nationale de BMX se concentrera sur les compétitions et les entraînements sur pistes de Supercross, parce que les athlètes canadiens ont une expérience limitée dans cette discipline. L'objectif pour 2010 est d'acquérir de l'expérience en compétition dans cette discipline en vue des Jeux olympiques et des épreuves de qualification olympique. Ainsi, non seulement l'Association prépare-t-elle les athlètes pour les Jeux, elle les prépare également pour qu'ils montent sur le podium. Avec davantage de fonds, le programme de BMX espère pouvoir subventionner entièrement la participation des athlètes ciblés aux compétitions de Supercross.

Qualification pour les Jeux olympiques – avant les Jeux olympiques, les points de la Coupe du monde de Supercross BMX UCI (classe 2) compteront au classement par nation pour une durée de trois ans (2010-2012) et les points des classes 3 à 6 compteront à ce même classement pour une durée de deux ans (2011-2012).

Programme proposé

Voir le calendrier des épreuves de BMX pour 2010 (document Excel).

Détails sur le programme proposé

Janvier à février

Les athlètes ciblés s'entraîneront pour la saison à venir. Les camps d'entraînement se dérouleront sur une piste intérieure à Abbotsford, en Colombie-Britannique.

Mars à mai

Les deux premiers camps d'entraînement de l'année se dérouleront du 1^{er} au 4 mars et du 8 au 12 mars. Les athlètes en développement et les athlètes ciblés se rendront à Chula Vista pour s'entraîner sur la piste de Supercross, afin de :

Athlètes en développement:

- faire en sorte que les nouveaux athlètes soient exposés aux pistes de Supercross;
- faire en sorte que ces athlètes acquièrent de l'expérience dans cette épreuve;
- identifier les athlètes qui ont du potentiel en Supercross.

Athlètes ciblés:

- identifier les athlètes qui participeront aux épreuves importantes de la saison;
- augmenter le temps passé sur les pistes de Supercross;
- déterminer les aspects à améliorer.

À la suite du camp, les athlètes qui participeront au Supercross de Madrid les 16 et 17 avril seront connus.

La saison 2010 de Supercross prend son envol les 26 et 27 mars, la première épreuve étant celle de Madrid. La seconde épreuve aura lieu les 7 et 8 mai à Copenhague, au Danemark.

Les objectifs seront :

- donner aux meilleurs cyclistes de l'expérience sur la scène internationale;
- poursuivre le développement dans un contexte de compétition internationale;
- fournir un entraînement de qualité entre les épreuves;
- préparer les athlètes à performer aux Championnats du monde et ultimement aux autres grands Jeux;
- obtenir des points au classement par nation en vue de la qualification olympique.

Juin à juillet

Les 25 et 26 juin, les athlètes participeront à une épreuve de Supercross, dont le lieu reste à être confirmé. À la suite de cette épreuve, ils se rendront à Salt Lake, en Utah, pour les championnats continentaux d'Amérique du Nord. Il s'agira de la dernière compétition internationale avant les championnats du monde qui se tiendront à Pietermaritzburg, en Afrique du Sud, du 29 juillet au 1^{er} août 2010.

Les objectifs pour l'épreuve de Supercross sont :

- les mêmes que ceux pour les épreuves d'avril à mai;
- améliorer les résultats obtenus jusqu'à présent;
- obtenir des points au classement par nation en vue de la qualification olympique;
- utiliser les championnats continentaux pour préparer les athlètes aux championnats du monde, les deux épreuves se déroulant sur une piste de style traditionnel.

Championnats du monde :

Les athlètes ciblés participeront à un camp d'entraînement en préparation pour les championnats du monde.

Les objectifs pour les championnats du monde et du camp d'entraînement qui les précèdera sont :

- préparer une équipe optimale pour les championnats du monde en offrant un programme d'entraînement structuré;
- intégrer, si possible, certains athlètes qui se sont illustrés lors de projets antérieurs afin de leur permettre d'acquérir davantage d'expérience.

Août

Après les championnats du monde, les athlètes seront invités à prendre un repos de deux semaines afin de récupérer avant de se préparer en vue des championnats nationaux qui se tiendront le 28 août, à Airdrie, en Alberta.

Septembre et octobre

La fin de l'été coïncide avec les deux dernières épreuves de Supercross de la saison : les 10 et 11 septembre à Chula Vista, aux États-Unis, et les 8 et 9 octobre à Fréjus, en France. Ce seront d'ailleurs les premières épreuves de la saison 2011 comptant pour le classement par nation de l'UCI. En raison de la proximité de Chula Vista, l'Association prévoit y aligner des athlètes en développement.

Les objectifs sont notamment :

- faire participer de nouveaux athlètes aux épreuves de Supercross afin qu'ils acquièrent de l'expérience dans cette discipline;
- faire cheminer les athlètes ciblés pour qu'ils montent sur le podium;

- obtenir des points au classement par nation en vue de la qualification olympique.

Équipe nationale junior de BMX

Quelques athlètes de l'équipe junior sont prêts à participer aux épreuves de Supercross au niveau élite. D'autres, en contrepartie, ont encore besoin de courir au niveau junior dans la série continentale. Les épreuves suivantes sont destinées à aider les athlètes juniors à se développer et à se préparer en vue des championnats du monde. Leur participation à ces épreuves sera partiellement subventionnée.

Ces deux épreuves auront lieu à Desoto, au Texas, le 21 mars, et à Albuquerque, au Nouveau-Mexique, le 29 mai.

Les objectifs de ces épreuves sont :

- faire en sorte que les athlètes acquièrent de l'expérience chez les juniors;
- préparer les athlètes en vue des championnats du monde.

Le programme de développement

Le programme de développement pour 2010 se composera de quatre camps de développement non subventionnés. Les deux premiers camps, le premier dans l'Est et le deuxième dans l'Ouest, serviront à sélectionner des athlètes pour le troisième camp qui aura lieu sur une piste de Supercross. L'objectif de ce programme est d'identifier et d'entraîner les jeunes athlètes de partout au pays. Dans l'éventualité où il y aurait une piste de Supercross au Canada, d'autres camps de développement pourraient avoir lieu. Le quatrième camp de développement se tiendra en collaboration avec les provinces et les équipes provinciales. Un certain nombre d'athlètes des équipes provinciales et leurs entraîneurs seront invités à participer à un camp qui se déroulera sur une piste de Supercross. L'Association estime que si elle est en mesure d'entraîner de jeunes athlètes sur des pistes de Supercross tôt dans leur développement, meilleures seront les chances de réussite aux grands Jeux.

Les entraîneurs provinciaux seront invités à seconder les entraîneurs nationaux pendant les camps de développement. Le programme national de BMX a l'intention de collaborer étroitement avec les programmes provinciaux afin de développer des cheminements pour les athlètes et les entraîneurs.