

# READY TORIDE



# Un tremplin vers le sport de compétition

Les centres d'entraînement prennent de plus en plus d'importance dans le développement des jeunes athlètes grâce à leur professionnalisation croissante. *Ready to Ride* s'est entretenu avec Hans Harnisch, le responsable de la relève de Swiss Cycling, pour mieux cerner le contenu des entraînements, les critères et les objectifs de ces centres.

**Texte**  
Michelle Andres

Chaque année, les fans de cyclisme ont l'occasion de célébrer des médailles remportées par la Suisse dans diverses disciplines aux Championnats du monde et d'Europe. Cette forte densité de succès est étonnante si l'on considère la petite taille de notre pays. Mais elle n'est pas due au hasard. Les jeunes athlètes s'entraînent depuis des années au sein de centres régionaux, avec l'objectif de briller lors des futures courses internationales disputées avec le maillot de l'équipe nationale. Aujourd'hui, la Suisse compte 14 centres d'entraînement qui proposent des entraînements réguliers, axés sur les temps forts de la saison.

S'ils veulent obtenir le label octroyé par Swiss Cycling, les centres d'entraînement doivent remplir plusieurs critères : le personnel d'entraînement de la base est dirigé par un entraîneur professionnel qualifié (CEP/CED), responsable de la planification et de la mise en œuvre des activités. Les entraîneurs actifs au sein du centre d'entraînement ont suivi la formation J+S,

les responsables de discipline sont des entraîneurs professionnels (CEP) ou ont obtenu le complément Sport de performance J+S. Chaque centre d'entraînement propose au moins 200 heures par an d'activités, d'entraînement et de compétition dans au moins deux disciplines. En plus des activités sportives, le staff d'encadrement est à la disposition des jeunes talents pour les aider à concilier école ou apprentissage et sport de compétition. Les centres d'entraînement entretiennent des contacts actifs avec les partenaires sportifs régionaux tels que les clubs, les institutions de formation proposant des modèles de promotion du sport ou encore les services des sports cantonaux. L'accès à une médecine sportive de qualité doit

également être garanti. Sans oublier le lien direct entre le centre d'entraînement et Swiss Cycling, puisque la planification de la carrière des talents est le fruit d'une coopération avec la fédération nationale.

## Les résultats au second plan

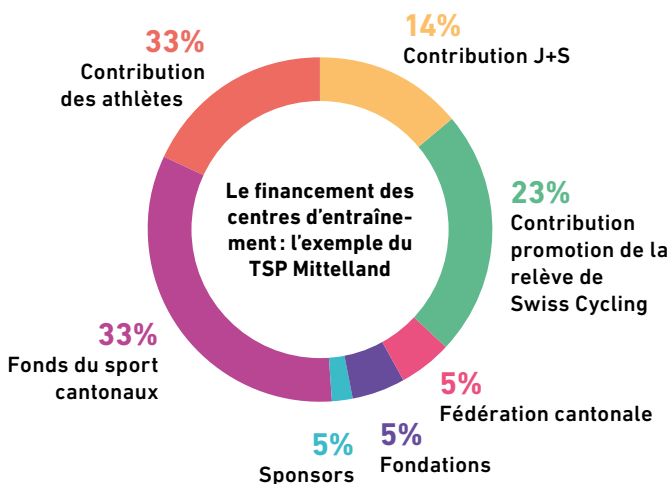
Hans Harnisch, responsable de la relève de Swiss Cycling, décrit les centres d'entraînement comme des traits d'union importants entre les clubs et le cadre national : « Par son offre, le centre d'entraînement garantit la formation continue systématique dans le sport concerné et ses différentes

disciplines. Les activités du centre donnent aux talents la possibilité de se mettre en évidence dans l'optique d'une admission dans l'équipe nationale. D'autre part, le centre d'entraînement intervient là où le club atteint ses limites. » Les centres d'entraînement permettent par exemple de simuler des situations de course telles que des bordures ou des relais dans un groupe d'échappés, ce qui est impossible dans les clubs en raison du niveau trop faible ou des groupes trop petits.

Toutes et tous les athlètes en possession d'une Talent Card (local, régionale ou nationale) de Swiss Olympic ont accès aux centres

d'entraînement régionaux. Cela permet non seulement de garantir un certain niveau sportif, mais aussi d'exiger une approche professionnelle de la part des participants. « L'objectif n'est pas de créer une deuxième vie de club ; il ne s'agit pas en premier lieu de rencontrer ses collègues », précise Harnisch. Il souligne aussi que les centres d'entraînement se concentrent clairement sur la formation ou le développement des futurs sportifs d'élite, et non sur le plus grand succès possible au niveau des catégories de la relève.

La mission est de faire preuve d'innovation tout en professionnalisant la promotion des jeunes. Ainsi, un regroupement des centres d'entraînement et des équipes dès la catégorie U19 est actuellement à l'étude dans le domaine de l'endurance. Les équipes de jeunes ne disposent généralement



pas d'un programme de formation. Elles se rencontrent uniquement dans le cadre des compétitions, et les centres ont rarement l'opportunité d'appliquer aux situations de course les différentes connaissances acquises à l'entraînement. Si la mise en œuvre du projet est un succès, toutes les parties devraient en profiter.

## Des contributions uniformisées

Ce modèle de promotion décentralisé est efficace, mais il a un coût. Les coûts d'exploitation des centres d'entraînement sont couverts par des fonds publics, des contributions provenant des activités sportives J+S, des fonds de la fédération, des contributions des partenaires et des athlètes. L'objectif est d'harmoniser ces dernières, car les différences actuelles sont dues au manque d'uniformité dans le soutien apporté par les cantons. En ce qui concerne la Swiss Olympic Talent Card dans les sports d'endurance, le plan prévoit de définir une contribution de formation uniforme pour toute la Suisse et basée sur le niveau (local, régional, national), qui remplacera les contributions actuelles destinées aux centres d'entraînements et au cadre national. Le montant de cette contribution de formation sera raisonnable et comparable aux autres sports, explique Hans Harnisch. « S'il devait toutefois y avoir des cas difficiles, nous serions bien entendu ouverts à trouver une solution avec les personnes concernées. »

En matière de questions financières, Harnisch a fait face à des expériences plutôt contradictoires. « Au moment de choisir le matériel, on opte souvent pour le plus cher ; et on dépense

beaucoup d'argent. Les jeunes ont tout intérêt à se concentrer sur notre formation « polycyclisme ». Les résultats montrent que le système fonctionne. Autrement dit, il est prouvé que les chances de percer sont meilleures lorsque l'argent est investi dans les activités des centres d'entraînement et divers vélos plutôt que dans du matériel coûteux. La joie ressentie par les jeunes athlètes est alors d'autant plus grande lorsqu'ils parviennent à intégrer une équipe professionnelle et que celle-ci lui fournit du matériel de pointe. » ■

## Centres d'entraînement

## Disciplines sportives

1	TSP Aargau	VTT, Route
2	TSP Cadre Cycliste Genève	Piste, Route
3	TSP Graubünden	VTT
4	TSP Mittelland	Piste, BMX, VTT, Route
5	TSP Ostschweiz	VTT, Cyclo-cross, Route
6	Talent Romandie	Piste, VTT, Cyclo-cross, Route
7	TSP Ticino	Piste, VTT, Route
8	TSP Valais/Wallis	Piste, VTT, Route
9	TSP Zürich Oerlikon	Piste, Route
10	TSP Zürich United	VTT, Cyclo-cross, Route
11	TSP BMX Deutschschweiz	BMX
12	TSP BMX Romandie	BMX
13	TSP Trial Deutschschweiz & Tessin	Trial
14	TSP Trial Romandie	Trial



swiss-cycling.ch/  
fr/cadre-de-releve/



**Une offre attractive pour la relève: 14 centres d'entraînement s'étendent à travers tout le pays.**