



COMITE D'ILE DE FRANCE de la FEDERATION FRANCAISE DE CYCLISME

VELODROME NATIONAL DE SAINT-QUENTIN-EN-YVELINES
1 rue Laurent Fignon 78180 MONTIGNY LE BRETONNEUX
Tél. : 01 81 88 08 36 - www.cif-ffc.org

Montigny le Bretonneux, le 28 mars 2026,

Objet : Tests de sélection CIF - Elles arrivent 2026

Les tests de sélection pour l'opération "Elles arrivent 2026" s'effectueront, le mardi 21 avril 2026, au vélodrome national à St Quentin en Yvelines de 9h à 17h.

Je vous remercie de confirmer votre présence avant le 10 avril 2026 à l'adresse suivante : d.louvet@ffc.fr

Listes des candidates retenues :

1. Guillou Louane U15
2. Berge Capucine U15
3. Spilers Marie U15
4. Benard Valentine U15
5. De Villiers Best Léonie U15
6. Berge Amaryllis U17
7. Poirier Louna U17
8. Chauvelière Honorine U17
9. Entzmann Jeanne U17
10. De Villiers Best Pénépole U17

Tests physiques et écrit proposés dans la journée :

- **Épreuve 1 – Physique :**

Grimpée chronométrée d'environ 2 km *ou* contre-la-montre individuel de 3 km à plat.

- **Épreuve 2 – Physique et technique :**

Contre-la-montre par équipes de 4, sur un circuit de 1,5 à 2 km à parcourir 3 fois. Arrivée groupée obligatoire (possibilité de prise en compte de la régularité à l'effort).

- **Épreuve 3 – Physique :**

Tournoi de sprints avec plusieurs manches de 200 m lancées, sous forme d'élimination.

- **Épreuve 4 – Technique : parcours d'agilité (gymkhana) :**

Réalisé sur un espace sécurisé, fermé à la circulation, comprenant dans l'ordre : un slalom simple, un passage sous barre (1,10m), un slalom complexe, un bunny-up, (franchissement d'obstacle), une prise de bidon à environ 30 km/h, une épreuve de sur-place (équilibre)

Un Quiz de 20 questions sur 30' sera également organisé après le déjeuner du midi.

David LOUVET
Manager Technique Territorial du CIF