

PARIS 2024 A VELO JEUX PARALYMPIQUES

SOMMAIRE

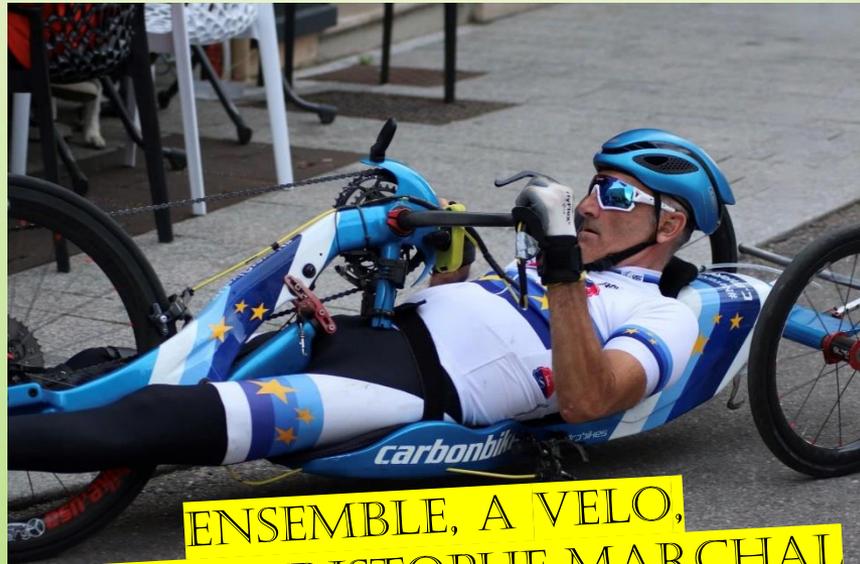
- 1) Notre aventure... p 2, 3, 4
- 2) Quelques informations sur cette XVIIe Paralympiade. p 5
- 3) Programme des II jours : dates, étapes à vélo, à Paris... p 6, 7, 8
- 3) Présentation de « notre Parrain », Christophe MARCHAL. p 9
- 3) Une aventure très enrichissante...individuellement...et collectivement. p 10
- 4) Organisation: p 11,12,13,14
 - ↳ l'équipe d'encadrants / nuitées- repas / sécurité parcours vélo
- 5) Coût financier de notre aventure / Partenaires. p 15,16
- 6) Nous aider en devenant PARTENAIRE de notre aventure... P 17
- 7) La presse en parle ... P 18
- 8) Pour conclure... P 19, 20

NOTRE AVENTURE...

De Saint-Dié-des-Vosges ...
Aux Jeux Paralympiques PARIS 2024
à **vélo** avec 22 lycéen(e)s

Devenez PARTENAIRES de ce sacré défi !





ENSEMBLE, A VELO,
AVEC CHRISTOPHE MARCHAL
AUX JEUX PARALYMPIQUES
PARIS 2024





*Contactez-nous,
Suivez l'aventure...*



Paralympiques2024



@paris2024.baumont



Avec le soutien et la participation de
CHRISTOPHE MARCHAL, double CHAMPION
D'EUROPE 2021 de HANDBIKE

Du 20 au 27 août 2024

Parcours vélo : 474 km / 8 étapes

28-29-30 août 2024

Spectateurs de compétitions paralympiques

Merci à nos Ters partenaires !



JEUX PARALYMPIQUES

- XVIIe Paralympiade
- 28 août au 8 septembre 2024
- 184 nations
- 22 sports
- 23 disciplines
- 11 jours de compétition
- 549 épreuves





LE PROGRAMME DES 11 JOURS



Du mardi 20 AOUT au samedi 31 AOUT 2024

Dans le cadre de l'Association Sportive, un groupe de 22 lycéens, âgés de 16-17 ans et scolarisés au Lycée Georges BAUMONT partira de SAINT DIE DES VOSGES à vélo pour assister aux Jeux Paralympiques PARIS 2024.

Avec la participation dans cette aventure de
Christophe MARCHAL, sportif handisport,
DOUBLE CHAMPION D'EUROPE 2021 de HANDBIKE

Trajet vélo: 8 étapes (maxi 80 km / mini 39 km)

A PARIS: 5 jours/4 nuits

Arrivée le mardi 27 août dans l'après midi
départ le samedi 31 août 2024

LES ÉTAPES À VÉLO

PARCOURS VELO ≈ 474 km

	Date	Départ de...	Arrivée à	Distance en km	Dénivelé +
ETAPE 1	MARDI 20 août	SAINT DIE DES VOSGES	LUNEVILLE	55	192m
ETAPE 2	MERCREDI 20 août	LUNEVILLE	TOUL	59	343m
ETAPE 3	JEUDI 22 août	TOUL	BAR LE DUC	70	415m
ETAPE 4	VENDREDI 23 août	BAR LE DUC	LAC DU DER	39	274m
ETAPE 5	SAMEDI 24 août	LAC DU DER	CHALON EN CHAMPAGNE	63	208m
ETAPE 6	DIMANCHE août	CHALON EN CHAMPAGNE	CHÂTEAU THIERRY	83	400m
ETAPE 7	LUNDI 26 août	CHÂTEAU THIERRY	MEAUX	52	550m
ETAPE 8	MARDI 27 août	MEAUX	PARIS	53	312m

À PARIS...

<i>MARDI 27 août</i>	<i>Installation dans le lieu d'hébergement</i>
<i>MERCREDI 28 août</i>	<i>Paris centre, CEREMONIE D'OUVERTURE des JEUX PARALYMPIQUES sur les Champs Élysées et Place de la Concorde</i>
<i>JEUDI 29 août</i>	<i>Epreuves PARA NATATION site Arena La Défense</i>
<i>VENDREDI 30 août</i>	<i>Epreuves de PARA ATHLETISME site Stade de France</i>
<i>SAMEDI 31 août</i>	<i>Retour en bus</i>

*Parrain de notre aventure,
Christophe MARCHAL*



Citation préférée de Christophe MARCHAL
**« Le défi est le seul moyen de
s'obliger à faire des choses
toujours plus difficiles »**

Source "VOGÈSMAG Juin 2000"



**PARACYCLISTE
INTERNATIONAL
HANDBIKE
Double champion
d'Europe 2021 !**

UNE AVENTURE TRÈS ENRICHISSANTE... INDIVIDUELLEMENT... ET COLLECTIVEMENT...

- Un défi physique:
Mise en place d'une préparation physique planifiée, progressive et suivie afin d'avoir une condition physique adaptée à un effort long le moment venu.
- Un défi « mental ».
Gérer ses efforts, son état de forme pour accepter de se reposer si nécessaire afin d'être en mesure de continuer dans de bonnes conditions.
- Une vie sans le confort habituel: nuitées, repas...
- Une vie en groupe durant 10 jours...24h/24h
- Une période de l'année (fin août) avec des conditions météo pouvant être difficiles: fortes chaleurs, pluie, orages...
- Une démarche éco –responsable.
- Des valeurs fortes sollicitées: efforts, engagement, entraide, solidarité, connaissance de soi...et des autres, écoute de l'autre, capacité d'adaptation, résilience...

L'EQUIPE D'ENCADRANTS

Onze adultes au total

- Sept enseignants du lycée (de différentes matières):
Augustin CHABOD, (svt) Franck CHAVALARD et Frédéric FERRY (Structure Métallique)
Aude JALLAIS et Alexandre MARTIN (EPS) , Isabelle NOËL (Arts Appliqués),
Pierre POIROT (Mathématiques).
- Eric BOEUF
Président de la SMLH 88 (Société des Membres de la Légion d'Honneur, section Vosges).
- Christophe MARCHAL
Paracyliste handbike de niveau International, ancien cycliste de haut niveau,
Membre de la SMLH 88 - chargé de mission handicap.
- Adeline MOULIN, parent.
- Charlotte STOLF, Étudiante en école de kiné.

ORGANISATION (NUITÉES / REPAS)

- Nuitées

Sur le parcours : en camping (tentes et affaires personnelles transportées dans un véhicule suiveur).

Soit camping « officiel », soit surface herbeuse proche d'une structure en dure (salle communale) afin de pouvoir bénéficier de sanitaires et d'une solution de repli en cas de mauvais temps.

A Paris : la recherche est en cours (internat de lycée, camping en banlieue, autre structure...).

- Repas:

Une fiche de renseignement précisant d'éventuelles allergies alimentaires sera demandée à chaque participant.

Sur le parcours: 2 adultes responsables de la planification des repas et de l'achats des denrées. La préparation se fera en sollicitant tous les participants suivant un planning à établir.

A Paris: à voir selon l'hébergement trouvé...

SECURITE PARCOURS VELO

- 200 km de pistes cyclables sur 474 km
- Très peu de nationales : 10km - Etapes dans des villes moyennes.
- Préfectures, services de gendarmeries et les SDIS des départements traversés seront mis au courant de l'itinéraire emprunté.
- 2 véhicules seront, sur les routes ouvertes à la circulation, en permanence avec le groupe pour sécuriser sa progression (véhicule avec gyrophare en fin de groupe).
 - Un véhicule avec tout le matériel (tentes et affaires personnelles) et un véhicule 9 places (pour les élèves souhaitant se reposer durant l'étape) avec remorque porte vélos.
- Nous ferons en sorte que les tenues des participants soient avec des couleurs bien visibles

SECURITE PARCOURS VELO

- Il sera demandé aux élèves et accompagnateurs à vélo de rouler constamment ensemble en tenant compte des niveaux de chacun (s'adapter, être solidaire avec les élèves ayant un peu plus de difficultés mais volontaires dans l'effort)
- **IMPORTANT: L'OBJECTIF est d'arriver avec tout le groupe à Paris !**

Il est donc capital de gérer son effort dans la durée et accepter de se reposer en cas de fatigue.

Sur chaque étape les élèves qui le souhaiteront pourront choisir de s'arrêter de rouler et monter dans le véhicule suiveur pour se reposer, et s'ils le souhaitent également, remonter sur le vélo un peu plus loin dans l'étape.

COÛT FINANCIER DE NOTRE AVENTURE, PARTENAIRES

Cette aventure sur 11 jours va se chiffrer entre 15 000 et 20 000 €

● ***Les principales dépenses*** : Restauration (parcours et Paris), hébergements (parcours vélo et à Paris), location de véhicules « suiveurs », assurances et carburant véhicules, transport sur Paris (RER-Métro-Bus), places pour les épreuves paralympiques, retour en bus, divers...)

Des commissions de travail sur les différents points évoqués ci-dessus ont été créées. A leur tête des adultes encadrants, mais les élèves y ont également été associés pour les sensibiliser à l'organisation d'une telle aventure.

La finalité de chacune de ces commissions est de définir un budget prévisionnel (pour fin février 2023)

COÛT FINANCIER DE NOTRE AVENTURE, PARTENAIRES

● Les principales RECETTES :

- Participation financière des familles (100,00€ par participant).
- Aide financière du lycée Georges BAUMONT.
- Actions des élèves et des encadrants.
- Partenaires institutionnels, collectivités...
- Partenaires privés (dons à l'Association Sportive du lycée, déductible des impôts – doc cerfa N°11580)

*Pour mener à bien cette formidable aventure,
nous aurons besoin de PARTENAIRES,
financiers et/ou logistiques*

PARTENAIRES DE NOTRE AVENTURE...

Votre logo apparaîtra sur différents supports de communication

- Automatiquement sur nos réseaux sociaux:



as_baumont et



Tik Tok

@paris2024.baumont

- Sur nos tenues de vélos et/ou sur les véhicules suiveurs suivant le montant du don.

Mais aussi...

- Invitations / mise en avant lors d'évènements sportifs que nous animerons au lycée et lors de nos participations à différentes actions hors établissement .
- Nous vous donnerons également la possibilité, à travers un petit article sur nos réseaux sociaux, de présenter votre entreprise / société ainsi que vos motivations concernant votre soutien dans notre aventure.

SAINT-DIÉ

Des lycéens de Baumont vont aller aux jeux Olympiques à vélo

À l'initiative du prof d'EPS Alexandre Martin, une vingtaine d'élèves du lycée Baumont vont se rendre aux jeux Olympiques et Paralympiques de 2024 à vélo. Un périple en sept étapes, de 430 kilomètres, loin du confort de la vie quotidienne mais qui promet d'être une expérience des plus inoubliable.

C'est un périple dont ils se souviendront toute leur vie. Encadrés par une poignée de professeurs et quelques parents, une vingtaine d'élèves du lycée Baumont issus des filières générale et technologique vont avoir la chance d'aller à Paris pour les jeux Olympiques et Paralympiques de 2024. Une chance, mais aussi et surtout un véritable challenge puisque ce n'est pas en bus ou en train qu'ils vont y aller, mais à vélo, à la force de leurs jambes.

Dépassement de soi

Imaginé par Alexandre Martin, professeur d'EPS, ce défi devra être relevé en une semaine, avec chaque jour des étapes qui oscilleront entre 50 et 70 kilomètres. Autrement dit, « un projet qui va demander à chacun de puiser dans ses ressources physiques et mentales », comme le confie Eric Bogeat, le proviseur du lycée. Les élèves qui se sont portés volontaires sont donc prévenus : ce sera une semaine particulièrement intense, loin du confort habituel de leur vie



Une vingtaine d'élèves vont relever le défi de se rendre aux jeux Olympiques de Paris à vélo. Photo VM/Lio VIRY

quotidienne, mais qui ne devrait leur être que bénéfique. Dépassement de soi, persévérance, retour aux choses essentielles, entraide, engagement... ne dit-on pas en effet que les voyages forment la jeunesse ? Et même « s'il y aura des jours difficiles », comme le reconnaît Frédéric Ferry, un professeur passionné d'ultra-trail qui fera notamment partie du voyage, « ce sera extraordinaire ». Lui, comme d'autres, ne doute d'ailleurs pas de la volonté des élèves à y parvenir.

Un parrain d'exception

Des élèves qui pourront aussi compter sur le soutien de Christophe Marchal, cet athlète vosgien d'exception qui a

été choisi comme parrain de ce défi. Lui qui a perdu l'usage de ses jambes et qui s'est plus d'une fois illustré dans des compétitions mondiales de Handbike l'a assuré aux élèves : « Quand on veut, on peut, tout est une question de mental. »

De quoi leur donner toute la

motivation nécessaire pour relever ce challenge. Ne leur reste donc plus qu'à s'entraîner. Un effort qui sera assurément récompensé puisqu'une fois arrivés à Paris, les élèves auront la chance d'assister à plusieurs compétitions paralympiques.

Lio VIRY

Des sponsors sont recherchés

Repas, hébergement sur Paris pendant la compétition, location et carburant des véhicules suiveurs, billets de train pour le retour, achat des places pour les épreuves paralympiques... au total, ce projet qui s'inscrit dans le cadre des JO de 2024 va se chiffrer autour des 10 000 euros. Professeurs, élèves et parents d'élèves sont donc aujourd'hui à la recherche de partenaires financiers. Si intéressé, ne pas hésitez à contacter le lycée Baumont.

L.V.

POUR CONCLURE...
CITATION QUI RÉSUME
BIEN LA PHILOSOPHIE DE
NOTRE AVENTURE...



RÉSILIENCE

La résilience est la capacité à faire face aux adversités de la vie, transformer la douleur en force motrice pour se surpasser et en sortir fortifié. Une personne résiliente, comprend qu'elle est l'architecte de sa propre joie et de son propre destin.

ASSOCIATION SPORTIVE LYCEE POLYVALENT GEORGES BAUMONT



Seul on va plus vite...ensemble on va plus loin..