

5. JUNIORS 2014: programme et critères de sélection

Entraîneurs:

FRSO : Philippe Crefcoeur

VVO : Rogier Vanaken

Les objectifs principaux pour 2014 sont :

- le championnat du monde (JWOC)
Bulgarie, du 21 au 27 juillet 2014, pour H/D18&20
- la Junior European Cup (JEC)
A définir, pour H/D18&20
- le championnat d'Europe des Jeunes (EYOC)
Macédoine, du 25 au 28 juin 2014, pour H/D16&18
- Les juniors dernière année peuvent aussi se porter candidat pour le programme des Seniors. Les personnes intéressées doivent faire acte de candidature avant le 1 décembre 2013.

Conditions générales pour tous les athlètes de l'équipe junior :

- athlètes qui sont candidats pour le JWOC (H/D18-20) , JEC (H/D18-20) et EYOC (H/D18) doivent en avvertir leur fédération pour le 1 décembre 2013. Les fédérations transmettront dans les meilleurs délais la liste des candidats retenus au secrétaire de la commission des équipes ABSO/BVOS.
- Les H/D 16 candidats pour les EYOC ne doivent pas l'annoncer à leur fédération pour le 1er décembre 2013, mais bien maximum un mois avant la(es) course(s) de sélection.

Programme 2013:

1. Test physique

- le test physique se déroulera à Auderghem le samedi 18 janvier 2014 au matin sur le même circuit que les années précédentes. Pour ceux qui désirent une deuxième chance, un 2^e test physique aura lieu le samedi 22 février . Pour les athlètes qui n'ont pas pu à cause d'un imprévu (blessure, maladie, problèmes familiaux, personnels ou professionnels) participer à ces tests, un 3^e test défini de commun accord pourra être organisé. Dans tous les cas, le test doit être réussi pour le 28 février au plus tard.

- distance et temps limite:

- Dames 18: 3 tours, 34'30" (11'30" par tour ou +- 5'45" par km)

- Dames 20: 3 tours, 31'30" (10'30" par tour ou +- 5'15" par km)

- Hommes 18: 4 tours, 38'00" (9'30" par tour ou +- 4'45" par km)

- Hommes 20: 4 tours, 34'00" (8'45" par tour ou +- 4'15" par km)

Les temps plus strictes qu'en 2013 ne sont pas très sévères afin de permettre à tous les athlètes avec un minimum de condition physique de réussir le test.

- les athlètes qui ne satisfont pas au test physique ne pourront bénéficier d'un repêchage de la part des entraîneurs / commission des équipes.

2. Selection JWOC

- la sélection sera composée de maximum 6 H et 6 D.
- la sélection se déroulera durant le week-end des 8 et 9 mars.
- programme:

samedi 8 mars,	AM, TBD	Sprint (H/D 12')
	PM, TBD	Middle (H35', D25')
dimanche 9 mars:	AM, TBD	Long (H75'/D 55')

Pour des raisons pratiques, les courses de sélection seront des compétitions isolées qui ne seront pas organisées conjointement avec une autre compétition.

- **les critères de sélection sont les mêmes qu'en 2013:**
 - aussi bien chez les hommes que chez les femmes les vainqueurs d'une des 3 courses de sélection sont automatiquement sélectionnés pour autant qu'ils terminent dans les 120 % du temps de référence du classement général établi sur les 3 courses de sélection. On complète la liste des sélectionnés jusque maximum 5 H et 5 D avec les athlètes les mieux classés au classement général pour autant qu'ils aient été classés sur les 3 compétitions et qu'ils terminent dans les 115 % du temps de référence. Pour le calcul du « temps de référence » y compris coefficient α (voir annexe 1).
 - la commission des équipes peut sur proposition conjointe des deux entraîneurs compléter la sélection jusque maximum 6H & 6 D. Pour ce faire, on tiendra compte des résultats du test physique, des courses de sélections et d'éventuels résultats probants au niveau national ou international.
 - organisation (cartes, traçage, hébergement) : TBD.
- les candidats doivent s'inscrire au week-end de sélection avant le 1er mars.
- il y aura un embargo sur les terrains des courses de sélection dès que ceux-ci seront connus.

3. Sélection EYOC

- l'équipe sera composée au maximum de 4 H16, 4 D16, 4 H18 et 4 D18.

les courses de sélection seront les mêmes que celles pour le JWOC, S, M et L. Pour la longue distance, les H/D16 courront sur un autre parcours avec un temps du vainqueur 55' (H) et 45' (D).

les critères de sélection sont les mêmes qu'en 2013:

Pour chaque course de sélection par catégorie, les résultats seront calculés de la manière suivante : $100 \times$ le temps de course du coureur divisé par le « temps de référence » (y compris le coefficient α : voir annexe 1). Le résultat final est la somme des résultats des 3 compétitions.

Dans chaque catégorie d'âge (D16, H16, D18, H18) les 3 premiers sont sélectionnés directement, à condition d'avoir terminé chaque course et que leur résultat final soit inférieur à 345 (= 3 x 115%, exemple de calcul dans l'annexe 2).

- La commission des équipes peut sur proposition conjointe des deux entraîneurs compléter la sélection jusque maximum 4 athlètes par catégorie. Pour ce faire, on tiendra compte des résultats du test physique, des courses de sélections et d'éventuels résultats probants au niveau national ou international.
- les candidats doivent s'inscrire au week-end de sélection avant le 1 mars.
- il y aura un embargo sur les terrains des sélections dès que ceux-ci seront connus.

4. Sélection JEC

- l'équipe sera composée au maximum de 4 H18, 4 D18, 4 H20 et 4 D20.

- le championnat de Belgique Longue Distance du dimanche 14 septembre à Suxy servira de course de sélection.
- ceux qui auront atteint une finale A ou un résultat équivalent (= premier tiers du classement pour les courses sans qualification) au JWOC sont automatiquement sélectionnés.
- seuls les athlètes qui ont réussi le test physique (voir point 1) auront accès à la course de sélection. S'il y a une demande, un test physique supplémentaire pourra être organisé au mois d'août (avant le Championnat de Belgique).
- dans chaque catégorie d'âge (D18, H18, D20 en H20) on sélectionnera jusqu'à maximum 3 athlètes (à condition qu'ils soient parmi les 115% du "temps de référence" y compris coefficient α (voir annexe 1).) supprimé exceptionnellement car JEC en Belgique.
- la commission des équipes peut sur proposition conjointe des deux entraîneurs compléter la sélection jusqu'à maximum 4 athlètes par catégorie. Pour ce faire, on tiendra compte des résultats du test physique, des courses de sélections et d'éventuels résultats probants au niveau national ou international.
- organisation: les temps de départ seront établis sous le contrôle des deux entraîneurs. Les athlètes partiront avant tous les autres participants sur leur circuit.
- les candidats sont responsables de leur inscription.

5. Remarques importantes concernant l'ensemble des sélections

- les deux entraîneurs peuvent conjointement proposer des réserves. La proposition doit être approuvée par la commission des équipes.
- les sélectionnés et les réserves doivent démontrer leur condition physique durant la période entre les sélections et le championnat. Si les entraîneurs ont des doutes sur le sujet, ils peuvent mettre en place un test supplémentaire. La commission des équipes peut sur proposition des entraîneurs adapter la sélection.

6. Suite du programme

- La liste ci-dessous est la concaténation du programme de préparation pour le JWOC des deux fédérations. Les organisations d'une fédération sont ouvertes aux athlètes de l'autre fédération à condition que cela soit possible d'un point de vue organisationnel (logement, transport...).

- Réunion lors des 3 jours de la forêt de Soignes
- 23-24.11.2013 : Stage physique et technique à Thuin
- 26 au 29.12.2013 méga stage Neufchateau
- 18.01.2014 : test physique
- 25 & 26 Janvier : stage de préparation lieu à définir
- 15 & 16.02.2014 : stage entraînement à Chiny avec 100 jeunes FFCO
- 22.02.2014 : test physique
- 8-9 mars 2014 : sélection JWOC & EYOC
- 29-30 mars 2014 : interland
- 18-21 avril 2014 : JK au Pays de Galles
- Critère de sélection : avoir réussi le test physique
- 03.05 au 05.05 – Brown Cup
- Uniquement pour sélectionnés JWOC et réserves
- 28.05 au 01.06.2014 mégastage dans le Jura

- 07 au 09 juin : trois jours de Belgique
- EYOC 2014 Macédonie du 25 au 28.06.2014
- Synergie Adepts en juillet
- JWOC 2014 Bulgarie du 21 au 27.07.2014
- en août : le traditionnel déplacement CO-Sports
- 28 septembre 2014 : championnat de Belgique Interclub à Kattenbos (sélection JEC à confirmer)
- octobre 2014 : en Belgique JEC
- automne 2014 : une compétition pas trop loin ouverte à tous les membres de l'équipe

National

FRSO + VVO sont les bienvenus

FRSO uniquement