Union Cycliste de Pontcharra-Grésivaudan

INFORMATIONS PRATIQUES & TARIFS – SAISON 25/26

L'Union Cycliste de Pontcharra Grésivaudan est une association dynamique depuis sa création en 1972. Elle accueille tous les niveaux : des débutants aux sélectionnés olympiques (nous pouvons compter dans nos licenciés Patrick Céria, Magali Humbert-Perret ou bien plus récemment Marion Borras).

L'UCPG organise des entrainements pour les jeunes et pour les adultes. Durant la période hivernale, des séances de PPG sont organisées les vendredis soir au gymnase César Terrier de 18h à 20h pour tous les licenciés en plus des deux autres entrainements proposés chaque semaine. Un stage d'une semaine est également proposé à tous nos licenciés la deuxième semaine des vacances d'hiver à La Londe les Maures (près de Hyères). Nous participons également à la vie de Pontcharra en tenant les buvettes de la fête de La Rosière fin Aout et celle du marché de Noël. Nous sommes présents chaque année au forum des associations.

ENTRAINEMENTS

- École de cyclisme (4 à 17 ans) :
  - Mercredi après-midi
    - Route de septembre aux vacances de la Toussaint puis de fin février à juin : rdv sur le parking du collège (Gymnase Maurice Cucot) à 13h45 jusqu'à 16h15
    - Cyclo-cross de novembre à février : rdv à l'Ile Fribaud de 14h à 15h30
    - Home Trainer de novembre à février à partir de U15 pour découvrir les bases de la construction des séances d'entrainement : rdv à l'Ile Fribaud de 15h45 à 16h45
  - Samedi matin
    - Piste : déplacement club à Eybens le matin
    - Cyclo-cross de septembre à février : rdv à l'Ile Fribaud de 10h à 12h

NB : Les groupes pour la route sont faits par niveau et non par âge/affinité afin de pouvoir proposer à chacune et chacun un entrainement à son niveau. Un temps convivial est organisé à la fin de l'entrainement route du mercredi pour que tous les enfants se retrouvent. Il prend la forme d'un goûter amené par les parents à tour de rôle.

- Adultes :
  - Proposition de sorties via un groupe WhatsApp
  - En général : les dimanches à 9h devant la mairie de Pontcharra

CATÉGORIES

Président Stéphane BOCQUIER
Siège social : 693 rue Jean Pellerin 38530 PONTCHARRA
: 07 66 04 75 21 : unioncyclistedepontcharra@gmail.com Web: http://www.ucpontcharra.fr

PARTENAIRES : Super U - Garage Jean Lain - Transports Cartier Million - Mr Bricolage - Crédit Mutuel MC Globe - Allibe Paysage - Gsi informatique - Optique Levasseur - Pontch Propreté

Union Cycliste de Pontcharra-Grésivaudan

Tableau des licences «Jeunes»

AGE	LICENCE	Ancienne licence
2 - 4 ans	**Baby Vélo**	
5 - 6 ans	**U 7**	
7 - 8 ans	**U 9**	Poussin
9 - 10 ans	**U 11**	Pupille
11 - 12 ans	**U 13**	Benjamin
13 - 14 ans	**U 15**	Minime
15 - 16 ans	**U 17**	Cadet

TARIFS 2025/2026

Adhésion : 50€

Licence Ufolep : Adultes* 70,90€ / Jeunes** 44,05€

** Adultes : né.e en 2008 et avant (17 ans et +)*

*** Jeunes : né.e entre 2009 et 2014 (11 à 16 ans)*

Licence FFC : *Tarifs pour la saison 2024 – En attente des tarifs pour la saison 2025/2026*

- *U7 à U17 : 61€ avec une possibilité de prendre une licence pour 1 mois de découverte à 20€ pour les -17ans et 25€ pour les 17 ans et +. En cas de prise de licence par la suite, le reste à charge de la licence sera donc de 41€ pour les -17ans)*
- *Adultes compétition ACCESS : 79€*
- *Encadrement / Staff : 61€ (licence prise en charge par le club pour les encadrants réguliers)*

COMPETITIONS

Tous les mois, un déplacement club est organisé afin d'emmener les jeunes sur une course.
Le club organise 3 courses : un cyclo-cross fin novembre à l'Ile Fribaud (pour l'école de cyclisme et les adultes), une course sur route à Alpespace fin mars (pour l'école de cyclisme et les adultes) et une grimpée en juin au Collet d'Allevard (pour les adultes).

Vous êtes les bienvenus également en tant que bénévoles et/ou encadrants. Au-delà de l'encadrement assuré par des encadrants formés, chaque parent est invité en fonction de ses disponibilités et de son niveau de pratique à participer à la sécurisation et à la logistique des entrainements, des courses et de toutes les autres manifestation organisées et/ou soutenues par le club.

RDV IMORTANTS POUR LA SAISON 25/26

- Forum des Associations à Pontcharra le 6 septembre 2025 de 14h à 18h au Coléo
- Début des entrainements pour les nouveaux licenciés le 17 septembre sous réserve d'avoir payé et validé sa licence Accueil
- Inscriptions à l'Ile Fribaud le 8 octobre et le 11 octobre
- Matinée des nouveaux arrivants le samedi 27 septembre
- Assemblée Générale du club dans les locaux de Jean Lain Pontcharra le 31 octobre à 19h
- Stage à La Londe les Maures du 15 février au 20 février

Président Stéphane BOCQUIER
Siège social : 693 rue Jean Pellerin 38530 PONTCHARRA
: 07 66 04 75 21 : unioncyclistedepontcharra@gmail.com Web: http://www.ucpontcharra.fr

PARTENAIRES : Super U - Garage Jean Lain - Transports Cartier Million - Mr Bricolage - Crédit Mutuel MC Globe - Allibe Paysage - Gsi informatique - Optique Levasseur - Pontch Propreté