

En route pour les jeux paralympiques de

TOKYO 2020



VERGNAUD Loïc
166 impasse Creux Gagnon
42370 St Haon le Vieux
Tel : 0674640317
E.mail:triloli3@gmail.com

Le handbike

Le handbike (littéralement vélo à main) est une **discipline handisport** apparentée au cyclisme. La réglementation appliquée est celle de **l'Union Cycliste Internationale (UCI)**. On y retrouve le même système de traction qu'un vélo traditionnel : roue, dérailleur et pédalier, mais avec le pédalier situé à hauteur des bras et les pédales remplacées par des poignées.



Il existe 2 grandes familles de handbike : Les handbikes de loisir pouvant parfois se fixer à un fauteuil de ville, et les handbikes de **compétition** plus légers et profilés. Les différentes compétitions **nationales** et **internationales** tiennent compte de la catégorie de handicap attribuée au sportif. Il existe 5 catégories allant de H1 (tétraplégiques) à H4/H5 (personnes handicapées avec abdominaux en position couché (H4) ou à genoux (H5)).

Les épreuves se déroulent sur route sur un circuit fermé. Les parcours sont de **40 à 70 km** (course en ligne) et de 10 à 25 km (contre la montre). Les meilleurs coureurs font des moyennes situées entre **35 et 45 km/h** avec des vitesses pouvant atteindre les **70/80 km/h** voir plus.

Qui suis je ?

Je suis originaire de Saint Martin d'Estréaux dans le nord de la **Loire**, j'ai fait mes études dans la **région Rhône Alpes** jusqu'au **BTS électrotechnique**. Ma **femme** et moi avons fait l'acquisition d'une maison à Saint Haon le Vieux en 2003 que nous avons entièrement rénovée et dans laquelle nous élevons nos **deux enfants**.

En 2004, j'ai eu un accident de chariot élévateur aux Eaux Minérales de St Alban qui a eu pour conséquences l'**amputation** de ma jambe droite au niveau tibial et des lésions importantes sur ma jambe gauche.

A partir de 2007 je reprends une activité professionnelle en tant que **technicien de maintenance** et une activité sportive au sein de la sélection nationale de foot béquille. Puis en 2009 j'effectue mes premiers tours de roue en handbike couché et je suis **conquis!** L'année

suivante je prends une

licence à **Handisport**

Roannais et achète un

handbike pour prendre part à

mes **premières**

compétitions. Chaque

année je **progresses** et gravis des échelons avec l'aide de mon club

qui me fournit un handbike de compétition en 2014 avec lequel je gagne

deux coupes de France et je deviens **vice champion** de France

du contre la montre en 2016.



En parallèle de mon activité sportive je continue à travailler à temps pleins en mécanique pour subvenir aux besoins de ma famille. En 2016 je me reconvertis en **technicien cycle**, obtiens un temps partiel pour pouvoir m'entraîner d'avantage et prétendre **intégrer l'équipe de France**.

Puis en 2017, pour répondre aux exigences de l'UCI et participer aux **coupes du monde** avec l'équipe de France, je dois changer de position et passer à **genoux**, investir, avec l'aide d'**Handisport Roannais**, dans un nouveau handbike. Je dois ré-apprendre à pédaler et habituer mon corps à cette nouvelle position, pour, dès ma première année devenir double **champion de France** et participer à mes premières coupe du monde. En 2018, j'intègre **l'équipe de France**, j'obtiens **deux médailles d'argent** sur la manche de coupe du monde au Canada.



Aujourd'hui je fais parti des **5 meilleurs mondiaux** dans ma catégorie et je suis en bonne voie pour participer aux jeux paralympiques de **Tokyo en 2020** ! Et ayant aussi, pour but ceux de **Paris en 2024** !

Palmarès

19 sélections en **équipe de France** et inscrit sur la liste ministérielle des **athlètes de haut niveau**.

2019 :

- **5^{ème}** du contre la montre aux championnats du monde à Emmen (Pays Bas) .
- **Deuxième du classement** de la coupe du monde.
- **5 Médailles de Bronze** sur les manches de coupe du monde.
- **Vainqueur du circuit européen** de Handbike (EHC)
- **Double Champion** de France à Landaul (Morbihan).
- **vainqueur de la coupe de France** .



2018 :

- **6^{ème}** de la course en ligne et **8^{ème}** du contre la montre aux championnats du monde à Maniago (Italie).
- **5^{ème}** du classement de la coupe du monde.
- **2 médailles d'argent** à la coupe du monde à Baie-Comeau (Canada)
- nombreux **top 10** sur les coupes du monde.
- **Vainqueur du circuit européen** de Handbike (EHC).
- **Double Champion** de France à Châtelleraut (Vienne).

2017:

- **Vainqueur du circuit européen** de Handbike (EHC).
- **3 victoires** sur des manches de l'EHC.
- **Double Champion** de France à Annecy (Haute Savoie).

Objectifs



Mon objectif est d'obtenir ma sélection pour les prochaines **paralympiades à Tokyo en 2020** et de représenter mon pays à la plus haute place possible. Je dois participer avec **l'équipe de France paracyclisme** aux manches de **coupe du monde** pour atteindre les minimas de

sélection aux jeux paralympiques. Pour cela j'ai besoin d'aide puisque le sport de haut niveau demande de **gros moyens : financier, sportif et technique.**

L'**handisport** est de plus en plus présent dans les médias, les **audiences télévisuelles** des jeux paralympiques de Rio ont battu tous les records et celles de Tokyo le feront sans doute aussi en attendant peut être, celles de **Paris 2024.**

Budget prévisionnel

Déplacements et hébergements (courses, stages...)	10000 €
Entraîneurs	2500 €
Matériel (textile, consommables....)	4500€
Spécialistes (kiné, ostéopathe, diététicien...)	1000 €
Nouveau handbike carbone et accessoires	23000€
TOTAL	41000 €