

Sponsoring - Frédéric Baldacci - Paracycliste International

De la résilience à la performance : mon chemin vers l'or mondial en paracyclisme.

Frédéric : 37 ans, j'habite en Haute-Savoie depuis 25 ans, je suis marié et j'ai une fille de 4 ans, ingénieur en aéronautique spécialisé en informatique, je conçois des logiciels au service des collectivités locales. Initialement simple cycliste amateur, je suis venu au paracyclisme à la suite d'un accident de vélo survenu en 2021 au cours duquel je me suis fracturé le bassin et la clavicule. Les séquelles consécutives à cette chute notamment à ma hanche gauche limitent grandement les mouvements et la force de ma jambe ce qui conduit à ma classification internationale en MC4 (C4 : Amputation tibiale ou handicap équivalent).

Suite à mon accident, les médecins rééducateurs m'ont fait faire du vélo afin de récupérer au plus vite et limiter les séquelles. Aujourd'hui encore, le vélo m'est recommandé afin de limiter le développement de l'arthrose sur l'articulation de ma hanche gauche. C'est lors d'une séance de rééducation qu'un kinésithérapeute également membre de l'équipe de France de paracyclisme, qu'il m'a été suggéré l'idée de pratiquer le cyclisme handisport à haut niveau. Initialement simple cycliste amateur, ma motivation et ma résilience m'ont mené à devenir paracycliste international et à rejoindre l'équipe de France.

Le vélo me permet d'être dans la nature et représente pour moi des valeurs importantes de liberté et d'écologie. Le contre la montre plus spécifiquement est une discipline qui véhicule des valeurs de performances, de rigueur et de technologie de pointe. J'ai fait du contre la montre un objectif de vie avec à terme le rêve de devenir Champion du Monde de la discipline en 2027 en Haute-Savoie et d'être médaillé paralympique à Los Angeles en 2028.

Qu'est-ce que le paracyclisme ?

Le paracyclisme est une pratique sportive du cyclisme sur route et sur piste adaptée aux handicaps. Il y a 4 catégories de handicaps :

- Tricycles classification T1 et T2
- Vélo à bras classification H1 à H5
- Tandem pour les malvoyants B1 et B2
- Vélo classique mais avec des adaptations, c'est la catégorie dans laquelle je me trouve classification C1 à C5

Chaque catégorie est classifiée selon le niveau de handicap de 1, le plus handicapé, à 5.

Sur route, il y a deux types d'épreuves :

- la course dite "en ligne" se déroulant sur circuit en peloton, c'est le format de course classique qu'on connaît.
- le contre la montre individuel où il faut parcourir un tracé le plus rapidement possible : c'est mon épreuve de prédilection

Qu'est-ce que le contre la montre ?

La course contre la montre se déroule sur une route sur une distance comprise entre 10 km et 35 km, soit sur un seul tour de la distance, soit en réalisant plusieurs fois le même circuit pour atteindre la distance totale.

Le vélo utilisé est destiné à cet usage spécifique :

- Il possède des prolongateurs afin d'avoir une position plus aérodynamique, mais cela le rend plus difficile à piloter et empêche l'accès immédiat aux freins.
- Il n'a qu'un seul très grand plateau, ce qui lui permet d'atteindre de grande vitesse sur le plat, mais qui l'empêche d'affronter les forts pourcentages
- Il a une roue pleine à l'arrière : aucun rayon, c'est un disque de carbone qui optimise l'écoulement de l'air
- De nombreux détails sur le vélo sont pensés pour gagner de précieuses secondes
- Le coureur utilise une combinaison d'une seule pièce afin de fendre l'air, comme un skieur de descente
- Il utilise un casque profilé, moins ventilé mais plus rapide, ainsi que d'autres accessoires comme des surchaussures et des gants spécifiques

Optimisation de la position aérodynamique sur vélodrome (Motz, Savoie) :



Palmarès :

2023



Championnat de France sur route - Angers
5 Manches de Coupe de France
Champion de Haute-Savoie
Courses régionales - (6)

2024



Coupe du monde UCI Ostende - Belgique
Coupe du monde UCI Maniago - Italie
Championnat de France - Pontarlier
1 Manche de Coupe de France
Vice Champion de Haute-Savoie
Courses régionales - (8)

2025



Championnat du Monde UCI Ronse - Belgique
Coupe du monde UCI Ostende/Bruges - Belgique
Coupe du monde UCI Maniago - Italie
Championnat de France - Méjannes-le-Clap
Champion de Haute-Savoie
Courses régionales - (7)

A venir



Courses régionales
Championnat du Monde 2026 Huntsville - Alabama
Championnat du Monde 2027 en Haute-Savoie
Jeux Paralympiques 2028 à Los Angeles

Août 2025 : 8ème des Championnats du Monde à Ronse



Martine Verfaillie

Mai 2025 : Premier podium international en Coupe du Monde



Juin 2024 : Champion de France du contre la montre par équipe



Septembre 2023 & 2025 : Champion de Haute-Savoie 2023 et 2025 du Contre la Montre chez les valides.

Mes objectifs à moyen terme :

Monter sur le podium aux Championnats du Monde à Renaix (Belgique) le 29 août 2025 lors de l'épreuve du contre la montre en portant les couleurs de l'équipe de France.

Mes principaux objectifs à long terme :

Être titré aux Championnats du Monde organisés en Haute-Savoie en 2027

Participer aux Jeux Olympiques de Los Angeles en 2028

Mes moyens de communication :

Comptes Instagram et Facebook alimentés régulièrement avec publications et des vidéos réalisés avec du matériel professionnel et notamment un drone.

Tenues d'entraînement avec logo du sponsor.

T-Shirt, casquettes, goodies du sponsor sur les événements.

Oriflamme sur les courses avec logo du sponsor.

Les contreparties pour les sponsors :

Une présence sur les courses et événements cyclistes locaux (8 courses en Haute-Savoie en 2025, et plus d'une dizaine entre la Savoie, l'Ain et le Rhône à moins de 2h d'Annecy)

Atelier d'échange au sein de l'entreprise, présentation de la discipline, du matériel et de mon parcours de résilience et de performance

Sorties à vélo

Mise en valeur du sponsor par des vidéos spécifiques présentant l'entreprise

Mes sponsors actuels (soutien financier et matériel) :

- The Yolo Factory
- Béguet - Manufacture du Métal à Culoz
- Etoile Sportive Seynod Cyclisme à Seynod

Entraînement derrière scooter pour travailler la position à allure course :



Entraînement au contre la montre et prise de vues pour la communication sur les réseaux :



Ce que je recherche :

Financement des déplacements sur les courses en France :

Une course handisport, généralement sur deux jours, coûte entre 400 et 800 euros selon la distance et la durée sur place, il y a une douzaine de courses au calendrier.

Financement des déplacements sur les courses à l'international :

Une course internationale se déroule sur 5 à 8 jours, le budget de déplacement, d'hébergement et de dépenses de la vie courante durant l'événement est de 2000 à 4000 euros par course selon la distance et la durée sur place. Chaque année, je participe à 2 manches de Coupe du Monde, aux championnats d'Europe et aux championnats du Monde.

Financement du matériel :

Je dispose actuellement de mon propre matériel et je le fais évoluer constamment afin de toujours être à la pointe et pouvoir rivaliser avec l'élite mondiale qui bénéficie également des dernières technologies.

Nutrition :

L'entraînement implique de s'alimenter très régulièrement afin d'optimiser les performances et la récupération entre les séances. Je consomme des boissons glucidiques ainsi que des barres et des gels énergétiques. En récupération je mange également des protéines afin d'améliorer la récupération musculaire. Je prends également des compléments alimentaires comme des vitamines et des Oméga 3 afin de réduire les risques de blessures et de maladie. Le budget mensuel dépasse les 200 euros. En ajoutant le suivi par un nutritionniste spécialisé dans le cyclisme, on atteint les 300 euros mensuels.

Préparation mentale et physique :

La préparation mentale est un aspect clé pour le haut niveau, tout comme la préparation physique. La consultation de spécialistes de chaque domaine permet d'aller au-delà de ses limites. Le coût est de 80 euros mensuel pour chacun des spécialistes consultés.

A votre disposition pour en discuter,

Frédéric Baldacci

9, place de l'Hôtel de Ville

74600 SEYNOD

06 68 74 79 44

frederic.baldacci@gmail.com