



ZWIFT ACADEMY ROAD DE RETOUR POUR 2020

Du 1^{er} octobre au 25 novembre

OUVERTURE DES INSCRIPTIONS : 8 SEPTEMBRE

2 CONTRATS DE CYCLISME PROFESSIONNEL À SAISIR

ALPECIN-FENIX REJOINT CANYON//SRAM POUR LE PROGRAMME 2020

Zwift, la plateforme d'entraînement en ligne pour les athlètes du monde entier, a annoncé début septembre le retour de la Zwift Academy pour 2020. Pour la première fois, elle proposera des programmes distincts pour la route, le triathlon et la course à pied.

La Zwift Academy Road (dédiée aux cyclistes) a été repensée pour 2020 avec un accent mis sur l'entraînement et une nouvelle liste d'objectifs pour ceux qui poursuivent le rêve d'une carrière dans le cyclisme professionnel.

Depuis 2016 et sa toute première édition, la Zwift Academy a acquis une solide réputation pour son approche innovante ainsi que sa capacité à découvrir des talents et à leur proposer un contrat de cyclisme professionnel. Depuis, les vainqueurs de la Zwift Academy ont remporté des courses professionnelles, sont montés sur le podium des championnats nationaux élite et ont représenté leur pays aux championnats du monde de cyclisme sur route de l'UCI.

Cette année encore, ce sont bien 2 contrats de cyclisme professionnel qui sont en jeu avec CANYON//SRAM Racing et, nouveauté pour 2020, ALPECIN-FENIX.

"Ce sera notre 5^e année avec la Zwift Academy, et je suis tout aussi enthousiaste de découvrir notre nouveau champion que je l'étais en 2016", déclare Ronny Lauke, directeur de l'équipe CANYON//SRAM Racing. "Nous avons actuellement trois femmes dans l'équipe qui sont passées par le programme de la Zwift Academy et toutes trois ont fait une excellente saison 2020. Ella a décroché sa première victoire professionnelle, Tanja est récemment montée sur le



podium des championnats nationaux allemands et Jessica a terminé dans le top 10 de sa première course par étapes professionnelle au Women's Santos Tour Down Under. La Zwift Academy est un programme qui a fait ses preuves et auquel notre équipe croit vraiment".

"C'est un concept vraiment cool et j'attends avec impatience de savoir qui rejoindra notre équipe pour la saison prochaine", ajoute Mathieu van der Poel, cycliste professionnel pour ALPECIN-FENIX. "Il n'y a pas moyen de se cacher sur Zwift, c'est une plateforme difficile qui vous met à l'épreuve jusqu'à vos limites. Je ne doute pas que nous trouverons quelqu'un au très fort potentiel pour renforcer l'équipe en 2021".

Au cœur du programme Road de la Zwift Academy se trouve un **plan d'entraînement en 8 étapes conçu par Dig Deep Coaching et dirigé par les anciens cyclistes professionnels, Stephen Gallagher et Dan Fleeman**. Ce programme cycliste de classe mondiale aidera les Zwifters à libérer leur vitesse intérieure, leur force et à se forger un chemin vers l'amélioration de leurs performances cyclistes.

Pour la plupart des sportifs, la Zwift Academy est plus qu'un programme d'identification des talents, c'est un programme de formation communautaire qui unit la communauté Zwift dans sa quête d'amélioration de sa forme physique. Plus rapide et plus fort.

Pour obtenir leur diplôme de la Zwift Academy Road, les Zwifters doivent suivre les 8 séances d'entraînement et une combinaison de 4 épreuves. Cependant, ceux qui souhaitent concourir pour l'un des deux contrats de cyclisme professionnel doivent suivre les 8 entraînements ainsi que deux courses (Richmond et France) et les deux courses par segment (Innsbruck et Watopia).

Outre les séances d'entraînement, la Zwift Academy Road offrira un certain nombre de possibilités de participation de masse à des événements. Les **8 entraînements de groupe** de la Zwift Academy permettront aux Zwifters de partager avec la communauté Zwift. Pour ceux qui cherchent à profiter d'un peu de temps libre, les **Zwift Academy Group Rides** sont également de retour. Ces excursions sont conçues pour permettre aux "étudiants" de la Zwift Academy Road de récupérer et de partager leurs propres expériences dans un cadre détendu. Cette année, les courses de groupe se dérouleront à deux rythmes différents : 1,7-2,2 w/kg ou 2,2- 2,7 w/kg pour les hommes et 1,2-1,7 w/kg ou 1,7-2,2 w/kg pour les femmes.

Pour les compétiteurs, les courses de l'Académie Zwift offriront la possibilité aux Zwifters de se mesurer aux autres. Les courses se dérouleront sur deux circuits différents. Le **World's Course**



2015 de Richmond proposera un circuit largement plat avec quelques montées percutantes, tandis que **La Reine** sur la nouvelle carte française offrira une occasion aux grimpeurs de briller.

Les **Segment Rides** sont un nouveau format d'événements pour la **Zwift Academy** et permettent aux Zwifters de se tester sur deux segments différents par sortie. Ces courses ont été stratégiquement choisies pour leur permettre d'établir de nouveaux records personnels et des chiffres de puissance, car chaque segment teste des systèmes d'énergie différents. Innsbruck comportera deux segments conçus pour tester la puissance du sprint sur l'**Innsbruck Sprint Forward** (0,30 km, 2 m D+) et la puissance du seuil sur l'**Innsbruck KOM** (7,43 km, 696 m D+). Le deuxième segment de la course, qui se tiendra à **Watopia**, testera la puissance anaérobie sur le **Kom Forward** (0,90 km, 50 m D+) et la **VO2 Max** sur le **KOM** (3,75 km, gain d'altitude 120 m).

Tous ceux qui sont inscrits à la **Zwift Academy Road** se verront offrir un accès gratuit au programme **Today's Plan** pendant toute la durée de l'**Academy**. Les personnes à la recherche de contrats professionnels doivent synchroniser leurs activités Zwift avec le **Today's Plan** pour analyse.

"Même si cela me peine d'admettre que mes espoirs de devenir cycliste professionnel un jour ont disparu depuis longtemps", déclare Eric Min, PDG et co-fondateur de Zwift, "mon amour du sport et mon désir de rester en forme m'animent toujours aussi fort. J'apprécie le défi de l'entraînement et l'esprit de communauté que me procure la Zwift Academy et je me réjouis de participer au programme défini cette année. Le plan d'entraînement a fait l'objet de beaucoup de réflexion, et je suis convaincu qu'il donnera des résultats concrets".

L'inscription en ligne pour les trois programmes de la **Zwift Academy 2020**, ainsi que les programmes de route, de triathlon et de course à pied, sont ouvertes à partir du 8 septembre. Le programme de 8 semaines de la **Zwift Academy Road** commence le 1er octobre et se termine le 25 novembre.

Infos & inscriptions : zwift.com/academy



À propos de Zwift

Zwift l'application fitness née du gaming. Nous sommes des passionnés de sport mais avons aussi une solide expérience en développement de logiciels et de jeux vidéo. Alliant cette passion à une profonde compréhension du monde du fitness, Zwift est la première entreprise à utiliser la technologie du gaming multi-joueurs pour virtualiser l'expérience de l'outdoor. Des athlètes du monde entier peuvent s'entraîner et s'affronter dans des univers 3D sophistiqués en connectant leurs appareils d'entraînement (hometrainer, capteur de puissance, moniteur de rythme cardiaque de tapis de course, etc.) en Wifi via connexion ANT+ et BLE. Compétition amicale, courses, programmes d'entraînement rigoureux : Zwift bâtit une communauté d'athlètes qui partagent le même état d'esprit pour optimiser l'expérience de l'entraînement physique en réseau.

www.zwift.com

À propos de CANYON//SRAM Racing

Seize femmes de dix pays différents. Un groupe d'athlètes professionnelles et diverses, désireuses d'investir dans leur avenir et celui du sport, en se forgeant de nouvelles voies, en étant non conventionnelles, en accueillant des opinions différentes. Elles sont ouvertes d'esprit mais agressives dans la poursuite de leurs objectifs. En 2020, ce groupe de femmes talentueuses et inspirantes est l'équipe mondiale féminine de l'UCI, CANYON//SRAM Racing.

www.wmncycling.com

À propos de Alpecin-Fenix

Alpecin-Fenix a une forte histoire dans le domaine du cyclisme. Après le démarrage en 2009, la société a connu une croissance continue. Dans les premières années, le tout-terrain était l'activité principale, la course sur route étant secondaire. Ces dernières années, il y a un équilibre entre la route et le tout-terrain (CX et XCO). De cette organisation est né un concept multidisciplinaire unique. Alpecin-Fenix est la seule équipe à courir et à gagner des courses au plus haut niveau dans 3 disciplines, avec des coureurs féminins et masculins.

www.alpecin-fenix.com

À propos de Dig Deep Coaching

Dig Deep Coaching - une entreprise mondiale de coaching qui travaille avec des athlètes de tous niveaux sur route, piste, cyclo-cross, VTT et dans les sports. Que vous participiez à votre tout premier Gran Fondo ou que vous visiez à concourir dans le peloton professionnel, Dig Deep Coaching propose un coaching personnel pour vous aider à construire votre entraînement en fonction de votre style de vie et à vous assurer que chaque coup de pédale compte.

www.digdeepcoaching.com

CONTACT PRESSE ZWIFT FRANCE

Agence 187 COM

Maud Gallois Le Pommeray / maud@187com.fr / T. 06 77 78 76 31