



FÉDÉRATION FRANÇAISE  
DE CYCLOTOURISME

# STRATÉGIE DE DÉVELOPPEMENT

2025 - 2028

  
MINISTÈRE  
DES SPORTS,  
DE LA JEUNESSE  
ET DE LA VIE ASSOCIATIVE  
*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

 AGENCE  
NATIONALE  
DU SPORT



PLUS DE VÉLO  
**ENSEMBLE  
POUR  
DEMAIN!**

# UN PROJET PARTAGÉ

## ÊTRE DANS L'ACTION

Mobiliser les structures.

Innover et chercher des ressources nouvelles.



## OBJECTIFS STRATÉGIQUES

Ancrer nos pratiques dans les univers de la société.



## NOS VALEURS

Ce qui fait notre Fédération, sa philosophie, notre culture, et nos repères.



## NOTRE MISSION

Le développement d'un cyclotourisme encore plus accessible.



## NOTRE VISION

L'héritage. Penser la Fédération de 2030.



# UN PROJET MULTIDIMENSIONNEL

**LES  
TERRITOIRES**



**DES ACTIVITÉS  
POUR TOUS**



**L'EXPERTISE ET  
L'INNOVATION**



**L'INCLUSION ET  
LA SOLIDARITÉ**



**DES ACTIVITÉS  
RESPONSABLES**



**LA  
GOUVERNANCE**



# UNE FÉDÉRATION DYNAMIQUE PORTEUSE DE VALEURS



**La philosophie de la Fédération française de cyclotourisme** s'appuie sur une vision du vélo comme un véritable art de vivre, accessible à tous et propice au plaisir, à la découverte et au partage.

**La randonnée à vélo est une activité sportive de pleine nature** : sur chemin ou route, en montagne, en campagne ou en ville. Elle s'adapte aux envies et aux capacités de chacun et chacune.

**La diversité de ses activités engagées ou non** permet de trouver son défi individuel ou collectif au travers de challenges ou d'épreuves Jeunes.

**La pratique du vélo pour tous**, le respect des autres et de l'environnement, l'application des règles, le dépassement de soi, la transmission, la solidarité, la convivialité, l'éthique, la déontologie (en refusant toutes sortes de violences et de discriminations) sont autant de valeurs portées par la Fédération.

**Fédération centenaire, le cyclotourisme repose sur plusieurs principes fondamentaux** : l'éducation au vélo, la recherche de l'autonomie, la sécurité, le bien-être et la préservation de la santé, ainsi que la sensibilisation à l'écoresponsabilité. Ces valeurs constituent des piliers essentiels qui contribuent également à la valorisation des territoires.

**Mettre en avant les activités de la Fédération** en affirmant son identité de fédération sportive, porteuse d'une pratique engagée pouvant requérir une véritable expertise.

**Son ambition est de promouvoir le cyclotourisme en pratique universelle**, véritable vecteur de santé, d'éducation, de lien social et d'engagement dans la transition écologique.

# QUATRE OBJECTIFS QUINZE AMBITIONS

01

## PÉRENNISER LA FÉDÉRATION

- 1 Affirmer la place et les valeurs de notre Fédération.
- 2 Évoluer dans notre mode de gouvernance.
- 3 Soutenir et accompagner les structures fédérales.
- 4 Communiquer pour fédérer et partager.

02

## INSCRIRE DURABLEMENT LES ACTIVITÉS DU CYCLOTOURISME DANS LA SOCIÉTÉ

- 5 Renforcer le cyclotourisme au cœur des territoires.
- 6 Proposer des activités accessibles et diversifiées.
- 7 Construire l'avenir avec les jeunes.
- 8 Plus de vélo féminin grâce à la mixité.

03

## RENFORCER NOTRE EXPERTISE ET DÉVELOPPER L'INNOVATION

- 9 Promouvoir une pratique sportive engagée.
- 10 Former nos bénévoles : enjeu de développement.
- 11 Professionnaliser nos structures : enjeu de pérennisation.
- 12 Mettre l'innovation au cœur des activités.

04

## ÊTRE UNE FÉDÉRATION RESPONSABLE ET DURABLE

- 13 Agir pour la sécurité à vélo.
- 14 S'engager dans des pratiques solidaires, responsables et durables.
- 15 Préserver l'accès à nos espaces et sites de pratiques.





OBJECTIF 1

# PÉRENNISER LA FÉDÉRATION

**1 AFFIRMER LA PLACE ET LES VALEURS DE NOTRE FÉDÉRATION****Conforter le rôle incontournable auprès des institutions pour le développement des activités du vélo loisirs et de la mobilité.**

- › Renouveler notre délégation auprès du ministère des Sports, de la Jeunesse et de la Vie associative pour la discipline du cyclotourisme.
- › Renforcer le dialogue et les partenariats avec les institutionnels, le mouvement sportif et les acteurs du vélo.
- › Développer une stratégie de lobbying auprès des décideurs.
- › Affirmer notre identité par des marqueurs " forts " et " singuliers ".

**INDICATEURS**

- › Périmètre de la discipline du cyclotourisme.
- › Nombre de conventions – engagements – suivi.
- › Nombre de contacts établis et suivi.

## Réinterroger l'organisation fédérale

- › Définir les missions des instances dirigeantes de la Fédération.
- › Adapter l'organisation des structures aux contraintes réglementaires et aux évolutions de la société.

## Adapter les textes et les règlements fédéraux

- › Mener une évaluation des statuts.
- › Clarifier les règlements fédéraux.

## Faire évoluer le modèle économique de la Fédération

- › Développer nos ressources financières hors licences et affiliations.

### INDICATEURS

- › Évaluer le fonctionnement démocratique et les représentativités.
- › Tableau de suivi des modifications.
- › Identifier les ressources financières.

## Moderniser les espaces d'échanges entre la Fédération et les structures

- › Associer les structures à la vie fédérale.
- › Faire un " tour de France " des comités régionaux.

## Formaliser l'implication des comités départementaux et régionaux

- › Établir la typologie des rôles et missions structures.
- › Mettre en place des conventions de développement avec les régions.
- › Proposer une stratégie d'accompagnement au travers de diagnostics territoriaux.

## Donner du sens à l'engagement bénévole

- › Valoriser les parcours des bénévoles.

## Développer des outils pour le quotidien des structures

- › Créer un espace d'échange des bonnes pratiques.

## Interroger le modèle économique des structures

- › Les aides fédérales, les subventions ANS, collectivités territoriales, le secteur marchand.

### INDICATEURS

- › Taux de satisfaction des structures.
- › Existence d'un projet territorial par région.

## La communication en interne

- › Agir sur les structures par des outils simples et adaptés.
- › Parler aux licenciés pour renforcer le sentiment d'appartenance à la Fédération.

## La communication externe

- › Renforcer la notoriété auprès des institutionnels.
- › Rendre visible au grand public et aux pratiquants non licenciés les offres et services de la Fédération.
- › Créer des événements et rencontres spécifiques pour les médias et les journalistes.

## Développement des partenariats

- › Rechercher des partenariats avec des acteurs du vélo.
- › Développer le mécénat sur des thématiques sociétales.

## Déploiement des outils

- › Avoir une communication de proximité : kits clubs – animations vélo – actions avec les collectivités.
- › Utiliser les outils numériques et les réseaux.

### INDICATEURS

- › Taux de satisfaction des structures.
- › Retombées presse.
- › Suivi des chiffres clés : licences – participants événements – site Internet et réseaux.



OBJECTIF 2

# INSCRIRE DURABLEMENT LE CYCLOTOURISME DANS LA SOCIÉTÉ

## Développer nos labels : " Territoires vélo " – " Bases VTT " – " Bases Gravel "

- › Promouvoir les labels auprès des collectivités.
- › Renforcer les partenariats avec les offices du tourisme et développer le concept " des micro-expériences vélo ".
- › Accompagner les territoires dans leur politique en faveur du vélo.

## Faire du cyclotourisme un enjeu de territoire : implication des structures

- › Animer le réseau de référents " Tourisme " dans les structures.
- › Développer une nouvelle offre : " Les séjours en liberté ".
- › Valoriser le partenariat avec la Fédération des parc naturels régionaux auprès des structures.

## La mobilité à vélo au service des territoires

- › Intégrer la mobilité active dans les projets éducatifs et associatifs portés par les structures.
- › Contribuer à une mobilité inclusive en direction de tous les publics.
- › Développer l'expertise et la formation des encadrants sur les mobilités à vélo.
- › Déployer le dispositif " Savoir rouler à vélo " au sein des territoires.

### INDICATEURS

- › Nombre de labels " Territoire vélo " – " Bases VTT " – " Bases rando Gravel ".
- › Nombre de nouvelles activités.
- › Nombre de club labélisés " Vélo-Écoles ".

## Création d'une offre " Vélo famille "

› Développer un label " Vélo famille ".

- Mini-randos à thème et activités ludiques (vélocatching, rando quizz, rallye photo...).
- Créer un calendrier national " Randos famille " avec une organisation spécifique (format court – des points pauses ciblés – points locations vélos, etc.).

› Animer et fidéliser les familles.

- Défis collectifs (Dodécaudax famille ou communautés) intégrés dans l'application FFVélo+
- Mini-séjours et itinérance (cyclo-camping).
- Valoriser et partager les bonnes pratiques (réseaux sociaux, site Internet...).

## Faire de notre offre, des activités créatrices d'émotions, de surprise et de partage

› Proposer une approche moderne et innovante des activités fédérales existantes.

› Faire vivre des expériences collectives et festives.

## Favoriser l'intégration des nouvelles activités et accompagner le développement des disciplines émergentes

› Créer une offre Gravel.

› Valoriser le Bike-packing (label " Longue distance ").

### INDICATEURS

› Existence d'une offre Famille.

› Évolution des activités fédérales.

› Suivi statistiques de l'activité Gravel.

## Inciter à la pratique et fidéliser les jeunes

- › Animer un réseau d'ambassadeurs Jeunes.
- › Déployer une journée nationale " Viens rouler avec un club ! ".
- › Valoriser la pratique jeune sur les réseaux sociaux.
- › Renforcer l'offre d'activités Jeunes vers des pratiques engagées et techniques.
- › Promouvoir les épreuves du " Bike challenge ".

## Positionner l'École française de vélo au cœur des dispositifs éducatifs des activités du cyclotourisme

- › Renforcer les dispositifs mis en place par l'État pour intégrer le vélo dans les temps scolaires – périscolaires – en structures.
- › Mettre en place un parcours de formation pour favoriser l'engagement des jeunes au sein des clubs.
- › Finaliser les niveaux de progression au sein des Écoles françaises de vélo.
- › Déployer un projet éducatif fédéral adapté à chaque tranche d'âges de 3 à 17 ans.

## Création d'une offre " Aventure vélo "

- › Mettre en place un " Bike challenge 18-25 ans " - Gravel - VTT - Route.
- › Créer des défis " Longue distance Jeunes " par équipe et individuels.
- › Développer une offre " Gravel ".
- › Développer les " Bike camps " et les " Summer camps ".

### INDICATEURS

- › Nombre d'Écoles françaises de vélo.
- › Nombre de jeunes.
- › Nombre de jeunes présents sur les évènements fédéraux.
- › Nombre de jeunes engagés dans la vie fédérale.
- › Nombre de jeunes participants au " Bike challenge ".

## Développer une culture de la mixité dans les structures et les instances

- › Sensibiliser et former à la notion de mixité ; valoriser l'engagement des structures.
- › Mettre en place une charte " Club mixité ".

## Favoriser la découverte des activités fédérales aux nouvelles pratiquantes

- › Créer des parcours " Découverte du vélo au féminin " et des événements fédérateurs autour de la mixité.
- › Mettre en place des cycles d'initiation pour débutantes.
- › Développer la notion de " parrainage " et " d'ambassadrices ".
- › Former les féminines à l'autonomie dans la pratique.

## Encourager l'engagement des femmes

- › Accompagner les femmes sur un parcours de formations dédiées (mentorat).
- › Sensibiliser les femmes aux formations fédérales : modules dirigeants, encadrement, modules spécifiques
- › Animer le réseau des référentes mixité.

## Communiquer sur les femmes et le cyclotourisme

- › Promouvoir la pratique féminine au sein de la Fédération.
- › Créer une campagne spécifique " Le vélo au féminin, c'est pour moi ! ".
- › Valoriser les parcours de femmes engagées.

### INDICATEURS

- › Pourcentage de femmes licenciées, encadrantes et dirigeantes.
- › Nombre de clubs signataires de la charte sur la mixité.
- › Taux de satisfaction des nouvelles pratiquantes.



OBJECTIF 3

**RENFORCER NOTRE EXPERTISE  
ET DÉVELOPPER L'INNOVATION**

## Structurer les pratiques sportives de la Fédération

- › Renforcer la lisibilité des cahiers des charges des différents brevets, des manifestations à label et des challenges.
- › Créer des repères de progression individuels.
- › Valoriser les activités " engagées " dans toutes les disciplines en particulier le VTT.

## Former à une pratique responsable et sécurisée

- › Former et informer aux compétences techniques nécessaires à des fins de sécurité.
- › Accompagner la préparation physique adaptée à la pratique de la moyenne et de la longue distance.
- › Informer sur les bonnes pratiques d'hygiène de vie et de récupération afin de préserver sa santé.

## Agir pour maintenir la motivation

- › Valoriser les challenges et les réussites individuelles et collectives au travers de l'application FFVélo+
- › Créer de nouveaux défis individuels et par équipe.

### INDICATEURS

- › Validation des indices de progression.
- › Outils d'accompagnement des pratiquants.
- › Statistiques FFVélo+.

## Optimiser la formation au travers du Centre national de formation du vélo (CNFV)

- › Intégration de la filière de formation fédérale au sein du CNFV.
- › Réformer l'architecture de la formation avec une approche par thématique.
  - Dirigeant : accompagner les bénévoles dans leur engagement.
  - Éducateur : développer les activités et accompagner la formation des pratiquants.
  - Instructeur : transmettre l'expertise et développer des ressources fédérales.
  - Professionnelle : former des professionnels des activités du vélo et des concepteurs de projet.
- › Avoir une gestion nationale des certifications et de délivrance des diplômes.
- › Animer le réseau des référents régionaux et départementaux.

## Faciliter l'accès à la formation et répondre aux nouveaux besoins

- › Mettre en place une plateforme de formation pour faciliter la formation à distance.
- › Rendre les parcours de formation lisibles.
- › Déployer la formation en bloc de compétences thématiques.
- › Développer des parcours individualisés de formation en priorité pour les jeunes et les femmes.

### INDICATEURS

- › Suivi de la réforme.
- › Nombre et type de formations déployées.
- › Outils déployés.

## Adapter la formation professionnelle aux besoins des structures

› Développer de nouvelles formations professionnelles initiales et continues.

- BPJEPS " Activités du vélo ".
- Titre à finalité professionnelle spécifique.
- Formations continues spécifiques pour développer de nouvelles compétences : Vélo santé – " Savoir rouler à vélo " – Mobilité à vélo – Randonnée à vélo – Mécanique – Accompagnement des collectivités – Sécurité à vélo – Pilotage et maniabilité – Parcours et itinéraires.

› Accompagner le développement de l'emploi au sein des structures pour exercer des missions d'encadrement de la pratique ou d'agent de développement.

## Développer et transmettre l'expertise

› Créer un centre de ressources numériques accessible aux éducateurs et aux dirigeants par thématiques.

› Développer et identifier un réseau d'experts et de formateurs.

› Mettre le numérique et les nouvelles technologies au cœur du système de formation.

### INDICATEURS

› Type et nombre de formations diplômantes.

› Nombre de professionnels au sein des structures.

› Nombre de personnes formées.

## Être en veille sur les nouvelles technologies développées pour la pratique du vélo

- › Les objets connectés dans la pratique (capteurs vélos, casques connectés, suivi biométriques et de santé, alerte chute, géolocalisation des vélos..)
- › Développement de la pratique virtuelle (E-vélo) : simulateurs de parcours.

## Accompagner les structures dans l'usage du numérique

- › Créer un parcours de formation numérique pour permettre une montée en compétences au sein des structures.
- › Être visible en ligne : site web et réseaux.
- › Sensibiliser à la sécurité numérique.
- › Développer des tutoriels pour accompagner les structures dans l'utilisation des plateformes numériques dans la gestion quotidienne.

## Partager les expertises avec les réseaux reconnus (CREPS, INSEP, pôles ressources nationaux, etc.)

- › Faire un état des lieux des réseaux.
- › Valoriser les expertises et les initiatives innovantes.

## Évolution de l'application *FFVÉLO+* pour développer nos activités

- › Intégration de traces GPS, d'itinéraires à thématiques sécurisés.
- › Suivi en temps réel des données individuelles : distances – dénivelé – vitesse.
- › Continuer la gamification : intégration de nouveaux défis et des challenges.

### INDICATEURS

- › Évolution de l'application.
- › Enquête de satisfaction structures et pratiquants.



OBJECTIF 4

**ÊTRE UNE FÉDÉRATION  
RESPONSABLE ET DURABLE**

## Lutter contre la violence et les incivilités entre les usagers des espaces de pratique

- › Défendre nos licenciés.
- › Mutualiser nos actions avec les associations qui défendent la sécurité des cyclistes.

## Accompagner les décideurs dans les politiques de sécurité à vélo : institutions et collectivités territoriales

- › Être force de proposition auprès de la Direction à la sécurité routière.
- › Proposer notre expertise reconnue auprès des institutions nationales sur les actions à mener en faveur de la sécurité à vélo.
- › Accompagner les collectivités dans la mise en place des aménagements cyclables et de leur politique " Vélo : mobilité et tourisme ".

## Être aux cotés des structures

- › Développer et animer le réseau des référents sécurité.
- › Informer sur les évolutions de la réglementation applicable aux cyclistes.
- › Informer sur la réglementation fédérale relative à l'organisation de nos manifestations.
- › Proposer des outils numériques sur la sécurité des épreuves et des manifestations.
- › Renforcer les messages sur les comportements à vélo vis-à-vis des autres usagers.

### INDICATEURS

- › Nombre de référents formés.
- › Statistiques accidents par âges et disciplines.
- › Typologie des accidents.

## OFFRIR PLUS DE VÉLO POUR SA SANTÉ

### Préservation de la santé, rouler pour le bien-être

- › Sensibiliser aux bienfaits du vélo : sur la santé, sur le bien-être mental, sur les bons comportements à avoir : nutrition – hygiène de vie – récupération.
- › Informer sur les notions d'entraînement à vélo et de préparation physique.
- › Mettre en place un stage de formation en immersion dans la pratique pour " Informer - Prévenir - Agir " sur les risques cardio-vasculaires.
- › Communiquer sur les technopathies et la traumatologie du cycliste.
- › Former des animateurs " Vélo bien-être ".
- › Créer une offre d'activités " Vélo santé " régulières et adaptées à tous les niveaux.

### Le programme de prévention des risques

Porté par les commissions Sécurité, Sport-Santé et Jeunes, sous la coordination de la Direction technique nationale. Il comprend trois actions principales :

- › Le programme " Vélo maison " pour accompagner une pratique de reprise des activités.
- › Un programme d'information et de formation sur les conduites dopantes et addictives sous la forme de webinaires.
- › La continuité des campagnes d'information sur : les chutes à vélo / les bons réflexes pour rouler en groupe / le port du casque / le protocole fédéral sur la prise en charge des commotions cérébrales.

### Le vélo sur prescription médicale

- › Former des éducateurs " Vélo santé FFVélo ", pour encadrer les porteurs d'une prescription médicale.
- › Développer et animer un réseau de référents " Vélo santé " au sein des structures.
- › Intégrer les réseaux Sports-Santé (régions et maisons Sport-Santé).
- › Créer une " Offre vélo " pour les personnes présentant des risques liés à la sédentarité.
- › Informer sur les ressources externes disponibles : pôle ressource national Sport-Santé.

#### INDICATEURS

- › Nombre de personnes formées au " Vélo santé ", " Vélo bien-être " et au vélo sur ordonnance.
- › Nombre de clubs référencés dans les réseaux.
- › Nombre d'actions de prévention mises en place.

## PLAN PARA-VÉLO

### Accueillir et encadrer

- › Former à l'accueil de personnes en situation de handicap au sein des clubs : connaissance des publics.
- › Former à l'encadrement bénévole de la pratique du vélo : aspects techniques, attitudes pédagogiques et mise en place de la sécurité.
- › Informer et sensibiliser les structures sur le handicap.

### Identification des clubs " Para-vélo "

- › Identifier pour mieux informer et orienter, s'inscrire dans le programme club inclusif.
- › Inciter les clubs qui font de l'accueil handicap à s'identifier dans le Handiguide.

### Développement de la pratique

- › Sur les manifestations existantes créer des points d'accueil adaptés : ajustement du cahier des charges organisateur pour répondre aux nouvelles demandes.
- › Organiser un accueil " Découverte de l'activité " sur nos grandes manifestations à label (Bike camp - Bike challenge - Semaine fédérale de cyclotourisme...).
- › Créer des partenariats avec les instituts spécialisés.
- › Aide à la structuration de la pratique au sein des clubs sur la base d'un appel à projet fédéral.
- › Concentration commune para-vélo et vélo en famille.

### Accueillir des jeunes en Écoles françaises de vélo (EFV)

- › Inclusion de tous les jeunes vers une pratique unique handi/valide.
- › Rendre accessible la pratique auprès des EFV : encadrement formé et matériel adapté.

#### INDICATEURS

- › Nombre de licenciés référencés " Personne en situation de handicap ".
- › Nombre de clubs référencés dans le handiguide.
- › Nombre de clubs engagés " Club inclusif ".

## PLAN PRÉVENTION CONTRE LES VIOLENCES ET LES DISCRIMINATIONS

### Prévenir les violences

- › Sensibilisation sur les violences et les comportements à adopter pour une victime ou un témoin face à une situation de ce type.
- › Utilisation des outils déployés par le ministère chargé des sports et les différents acteurs associatifs et institutionnels engagés dans la thématique.
- › Information des licenciés à la prise de licence avec ouverture obligatoire du document.

### Accompagner et former

- › Animer un réseau de référents pour mieux sensibiliser.
- › Former les encadrants et les dirigeants : imposer comme prérequis un module sur le sujet pour entrer en formation.
- › Les comités régionaux sont encouragés à mettre en place des temps d'information des clubs, licenciés, parents au travers des subventions ANS, pour faire intervenir l'association de leur choix.

### Contrôler et accompagner

- › Contrôle de l'honorabilité.
- › Accompagnement des victimes.
- › Un système de signalement accessible à tous sur le site fédéral.

#### INDICATEURS

- › Nombre d'actions d'information.
- › Nombre de personnes contrôlées.
- › Nombre de signalements.

## PLAN DE DÉVELOPPEMENT DURABLE ET ÉCORESPONSABILITÉ

### Sensibiliser et former à l'écoresponsabilité et au développement durable

- › Intégrer un bloc spécifique sur la thématique au sein des formations.
- › Réactualiser les chartes fédérales existantes aux réalités et à l'urgence d'aujourd'hui.
- › Proposer une campagne de communication.

### Intégrer l'écoresponsabilité au sein de la Fédération et de ses structures

- › Signer la charte des 15 engagements écoresponsables des fédérations.
- › Déployer un plan d'action de ces 15 engagements.

### Réemployer et recycler le matériel vélo

- › Créer des points de collecte du matériel usagé.
- › Encourager les clubs à créer des points "Recyclerie".

#### INDICATEURS

- › Actions de sensibilisation mises en place.
- › Indicateurs ministériels.
- › Engagement des structures.

## Pérenniser l'accès aux sites naturels de pratique

- › Établir un nouveau partenariat avec l'Office national des forêts (ONF) au travers d'une nouvelle convention.
- › Faire vivre la convention avec les Parcs naturels régionaux (PNR) pour animer, entretenir et sauvegarder les espaces naturels de pratique.
- › Former et informer sur les bons comportements et les bonnes pratiques auprès des pratiquants licenciés et non licenciés.

## Développer les outils d'observations

- › Faire un état des lieux de l'impact des manifestations de cyclotourisme sur l'environnement.
- › Promouvoir les outils " Outdoorvision " et " Suricate " auprès des structures départementales.
- › Analyse des données d'usage des pratiquants sur nos itinéraires (flux de cyclistes).
- › Optimisation des itinéraires pour une pratique adaptée au niveau et aux attentes des pratiquants.
- › Suivi de la fréquentation pour valoriser l'impact économique et touristique.

### INDICATEURS

- › Signature de la convention ONF.
- › Nombre d'actions au sein des PNR.
- › Nombre de CoDep formés.



FÉDÉRATION FRANÇAISE DE CYCLOTOURISME

12, rue Louis Bertrand - CS 80045 - 94207 Ivry-sur-Seine Cedex - Tél. : 01 56 20 88 88  
info@ffvelo.fr - www.ffvelo.fr