



VTT



Tous les mercredis de mai
5, 12, 19 et 26/05

Tarif : 60 €
Adhésion : 25 €

Attention, en raison des restrictions sanitaires, les groupes ne peuvent pas dépasser 5 enfants

Encadrement :
Michael Dal Negro, moniteur VTT, diplômé Bpjets

Horaires :
9h-12h pour les 6-8 ans
14h-17h pour les 9-11 ans

Aspects abordés pour les 6-8 ans :

- bonne maîtrise du passage des vitesses
- bonne gestion du freinage
- debout sur les pédales en descente
- passage d'un parcours avec slalom et demande technique
- compréhension des règles de sécurité.

Aspects abordés pour les 9-11 ans :

- bonne gestion du freinage dans un parcours adapté à leur niveau.
- gérer l'équilibre à une main sur un parcours
 - descente de 3-4 marches d'escaliers
 - passage de courbes serrées descente.
 - petit saut.
- compréhension des règles de sécurité.

Rendez-vous au foyer de ski de fond avec vélo, **casque (obligatoire)**

secretariat@asccmlescontamines.com

www.asccmlescontamines.com

0670401764



STAGE VTT BULLETIN D'INSCRIPTION

Nom :

Prénom :

Date de naissance :

Téléphone :

Adresse Mail :

Montant : 60 €	esp	ch
Adhésion : 25 €	esp	ch
Déjà Adhérent :	oui	non

Toute inscription sous-entend que l'enfant est assuré.



secretariat@asccmlescontamines.com

www.asccmlescontamines.com

0670401764