



VTT



Les Mercredis de mai (3, 10, 17, 24 et 31 mai)
+ 2 Mercredis en juin (7 et 14 juin)

Tarif : 160 €

Adhésion : 25 € (ou 30€ pour enfants hors pays du Mont Blanc)

Minimum 5 inscrits pour valider l'activité, maxi 8

Encadrement :

Michael Dal Negro, moniteur VTT, diplômé Bpjeps

Horaires :

12h30-15h pour les 6-8 ans

15h-17h30 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 : 160 € chèque ou virement (n'hésitez pas à nous demander le RIB pour un virement)
(possibilité de paiement en plusieurs fois)

Adhésion : 25 € / 30 €

Déjà Adhérent : oui non

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



secretariat@asccmlescontamines.com

www.asccmlescontamines.com

0670401764