

# STAGE À TOUS SPORTS

## Initiation à la pratique du VTT

### 10/12 ans, 13 ans +

**ORGANISATION** : Club Cyclotourisme Pontissalien

**ENCADREMENT** : Robert PLANET

**DATES** : du 10 au 12 juillet 2023

**HORAIRES** : lundi 10 et mardi 11 juillet 10 h à 12 h et 14 h à 16 h  
Mercredi 12 juillet 10 h à 16 h (pique-nique offert)

**LIEU** : local cyclotourisme – stade Paul Robbe

**MATERIEL** : V.T.T., tenue de sport, gourde d'eau

**Les VTT pourront rester au local du club durant les 3 jours de stage**

**AUTORISATION EVENTUELLE** : Questionnaire de santé et attestation sur l'honneur

### **PROGRAMME**

**1<sup>er</sup> jour** :

Présentation des participants

Vérification mécanique des vélos, réglages, jeux d'adresse avec les vélos, explications concernant le passage des vitesses et le freinage.

Petite randonnée l'après-midi.

**2<sup>ème</sup> jour** :

Petite randonnée en parcours tout terrain, matin et après-midi.

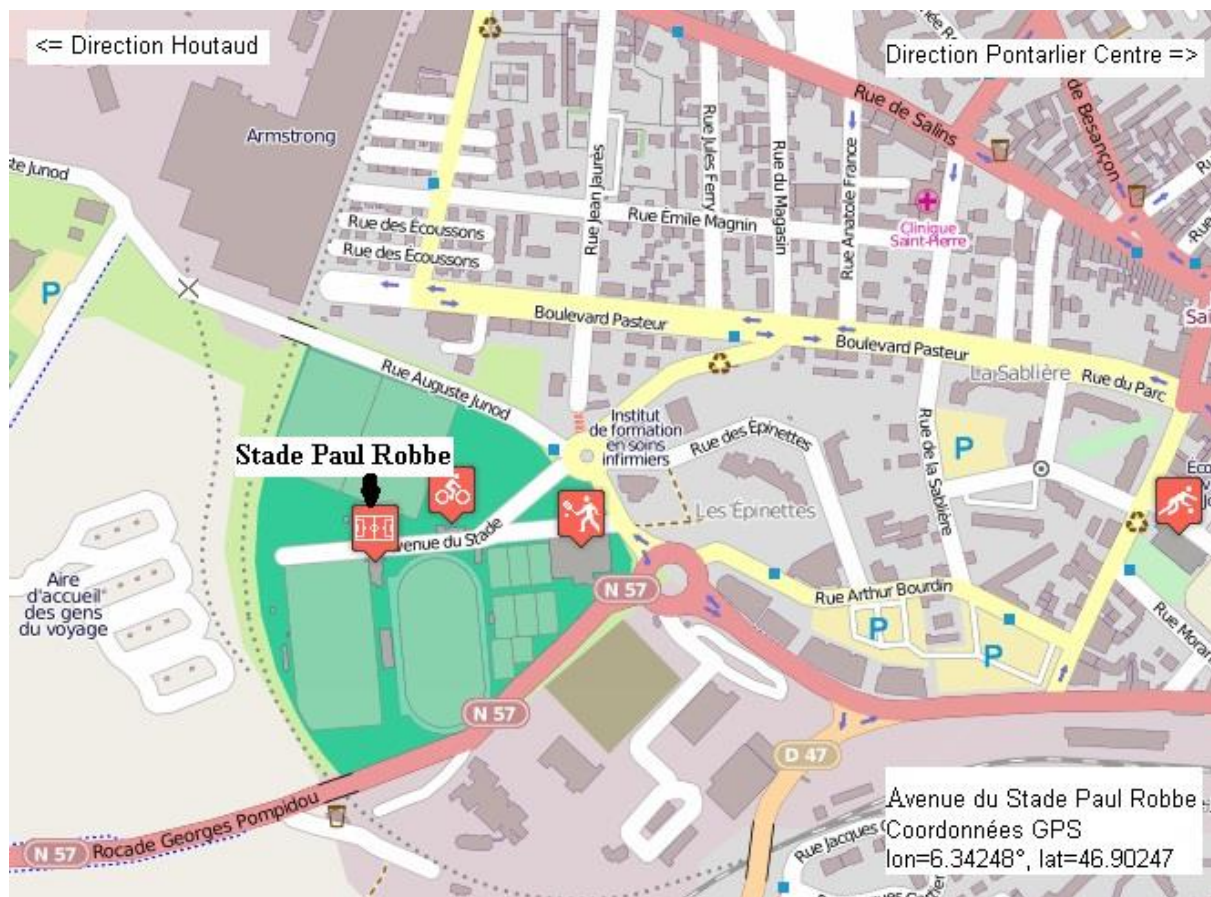
**3<sup>ème</sup> jour** :

Randonnée tout terrain sur toute la journée avec pique-nique offert par le club

**Note à l'attention des parents**

Vous êtes priés de signaler l'absence de votre enfant le plus rapidement possible, quelle que soit la raison de cette dernière, au service Animations par téléphone au 03.81.38.82.46 ou 03.81.38.82.29

# ACCES AU SITE



Contributeur : Open Street Map