

Public

De 6 à 17 ans (2016 à 2005)

Jour - Dates - Horaires

**Mercredi : du 7 septembre 2022
au 21 juin 2023**

De 9h à 10h30 (6/8 ans) - (Gpe 1)

De 10h30 à 12h30 (9/11 ans) - (Gpe 2)

De 13h30 à 15h30 (12/17 ans) - (Gpe 3)

Programme

- Apprendre à rouler en sécurité en descente,
- Être capable de varier ses efforts lors des difficultés du parcours,
- Apprendre à changer les vitesses du vélo selon les difficultés rencontrées,
- Maîtriser son freinage pour ralentir et s'arrêter,
- Être capable d'effectuer différentes réparations sur le vélo, changer une chambre à air et réparer une chaîne.

Matériel et tenue

- Prévoir équipement : vélo et casque (prêt possible à l'année en supplément : se renseigner)
- Tenue de sport (vêtements + chaussures), Kway en cas de pluie
- Sac à dos confortable et gourde

Lieux

Dates	Lieux
7/09 au 19/10	Peynier : Base de loisirs la Garenne
9/11 au 14/12	Fuveau : Parking du gymnase du Collège
4/01 au 8/02	Pourrières : parking de la crèche
1/03 au 12/04	Puylobier : parking de la Légion étrangère
03/05 au 21/06	Lieu à définir avec les enfants et l'éducateur.
28/06	Challenge sportif : Peynier Base loisirs la Garenne (après-midi uniquement)

Tarifs

1h30 : 60 € le trimestre, soit 180 € l'année

2h : 75 € le trimestre, soit 225 € l'année

Informations

- **Fournir un certificat médical** de non-contre indication à la pratique des sports en général (si 1^{ère} inscription) ou l'attestation QS-SPORT (renouvellement)
- Pas de séance durant les vacances scolaires (stages vacances proposés)
- Toute absence doit être signalée au bureau
- **Engagement sur l'année.** Possibilité de paiement au trimestre
- Aucun remboursement ne sera possible au cas où l'activité serait arrêtée en cours d'année (accident, maladie, autre...)

Syndicat Intercommunal du Haut de l'Arc

Service Sports, Loisirs, Nature

6, Rue des Minimes - 13530 TRETTS



04 42 29 40 30



www.sihva.com



sports.loisirs@sihva.com

