



Avec Pablo

### Public

De 6 à 10 ans (2018 à 2014)

**Niveau intermédiaire à confirmé**

### Tarifs

**3h : 95 €** le trimestre, soit **285 €** l'année

Option : Prêt de Vélo : 60 € ( se renseigner)

### Jour - Dates - Horaires

**Mercredi : du 11 septembre 2024  
au 18 juin 2025**

De 9h à 12h

*De 8h30 – 8h35 : Accueil et départ possible du  
SIHA (6 rue des minimes à Trets) avec le  
minibus, se renseigner au bureau.*

### Programme 2024/2025

- 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 : se renseigner)
- Tenue de sport, K-way en cas de pluie
- Sac à dos confortable et gourde

### Lieux

Dates	Lieux
11/09	<b>Peynier</b> : Base de loisirs la Garenne
18/9 au 16/10	<b>Pourrières</b> : parking de la crèche
6/11 au 18/12	<b>Fuveau</b> : Parking du gymnase du Collège
8/01 au 5/02	<b>Peynier</b> : Base de loisirs la Garenne
26/02 au 2/04	<b>Puylobier</b> : parking de la Légion étrangère
23/04 au 18/06	<b>Beaurecueil</b> : parking de l'Aurigon
25/06	Challenge sportif : Peynier la Garenne (après-midi uniquement)

### Informations

- **Fournir un certificat médical** de non-contre indication à la pratique des sports en général (si 1<sup>ère</sup> 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 TRETS



04 42 29 40 30



www.sihva.com



sports.loisirs@sihva.com

Rejoignez-nous !

facebook