

Public

De 9 à 16 ans

BON NIVEAU

Lieux

Printemps & Automne

Peynier : Base de loisirs La Garenne



Horaire

9h / 12h

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.

Informations

- **Avoir déjà pratiqué le VTT (stage/club)**
- **En option** : Multi-Sports et VTT (en journée),
- Le S.I.H.A. se réserve le droit d'apporter des modifications au programme et tarifs,

Dates

PRINTEMPS

7 au 11 avril

AUTOMNE

À venir

Tarif

75 € les 5 demi-journées



Matériel et tenue

- Prévoir équipement : vélo et casque (Prêt possible : se renseigner)
- Prévoir une gourde.

Syndicat Intercommunal du Haut de l'Arc

6, Rue des Minimes - 13530 TRETTS

Service Sports, Loisirs, Nature



04 42 29 40 30



www.sihva.com



sports.loisirs@sihva.com

Rejoignez-nous !

facebook