

STAGE DE CYCLO-CROSS
FORMATION ET PERFECTIONNEMENT DES JEUNES A LA TECHNIQUE DU CYCLO-CROSS
PUPILLES, BENJAMINS ET MINIMES



Région
Hauts-de-France



MINISTÈRE
DE LA VILLE,
DE LA JEUNESSE
ET DES SPORTS



DETAILS DU STAGE :

Le comité régional des Hauts-De-France organise le **lundi 23 décembre 2019**, à **Liévin**, un stage de cyclo-cross à destination des **pupilles, benjamins et minimes (H & F)**. Ce stage se déroulera sur le site de Liévin (Arena Stade Couvert - Chemin des manufactures).

OBJECTIFS :

Ce stage a pour objectif d'apporter une formation technique spécifique liée à l'activité du cyclo-cross, de détecter les qualités des jeunes spécialistes et d'apporter des contenus pratiques nécessaires au cyclo-cross.

PUBLIC :

Coureurs **pupilles, benjamins et minimes, garçons-filles**, pratiquant le cyclo-cross, ou souhaitant découvrir la discipline.

DATES :

Le stage aura lieu le **lundi 23 décembre, de 9h30 à 17h00**.

PROGRAMME :

- Travail technique (+++),
- Travail physique (+),

MATERIEL NECESSAIRE :

- Vélo de cyclo-cross en parfait état de fonctionnement **et identifié**,
- Matériel de réparation, patte de dérailleur,
- Ravitaillement personnel pour la journée,
- Tenue de cyclisme adaptée aux conditions météorologiques,
- Tenue sportive chaude (en plus de la tenue de cyclisme).

PARTICIPATION FINANCIERE :

Une participation financière est demandée, couvrant les frais de restauration et d'encadrement et de restauration : 15€ la journée.

NB : LIMITATION A 30 COUREURS (10 participants minimum)

FORMULAIRE D'INSCRIPTION - STAGE CYCLO-CROSS PUPILLES, BENJAMINS ET MINIMES

Stage de perfectionnement à la technique du cyclo-cross

Le lundi 23 décembre 2019, de 9h30 à 17h00

A Liévin - Arena Stade couvert

COORDONNEES :

NOM : _____ PRENOM : _____

EMAIL : _____@_____._____

TEL : _____ N° LICENCE : _____

CLUB : _____ CATEGORIE : _____

Le stage sera encadré par les membres de l'ETR cyclo-cross

Clôture des inscriptions : lundi 9 décembre 2019

Formulaire à retourner au comité régional, accompagné du règlement (par chèque ; à l'ordre FFC HDF), de l'autorisation parentale et de la fiche sanitaire : FFC HDF - Square Darlington - BP 60720 - 80007 AMIENS CEDEX 01

*L'inscription comprend les frais de restauration.

NB : L'inscription sera prise en compte après réception de l'ensemble des documents.

Une convocation sera transmise vendredi 13 décembre. Seules les personnes licenciées dans l'année en cours peuvent participer au stage.

Pour plus d'informations, veuillez contacter le CTS par e-mail : f.marillaud@ffc.fr ou consulter le site internet du comité régional.



Région
Hauts-de-France



Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

MINISTÈRE
DE LA VILLE,
DE LA JEUNESSE
ET DES SPORTS

