

VTT : STAGE DE PERFECTIONNEMENT TESTS DE DETECTION

Roubaix, le 14 mars 2019

Le comité régional des Hauts-De-France organise les **20 et 21 avril 2019** un stage de VTT à destination des **benjamins, minimes et cadets (H & F)**. Ce stage se déroulera sur le site du Val Joly (Eppe-Sauvage).

DETAILS DU STAGE : Ce stage a pour objectif d'apporter une formation technique spécifique liée à l'activité du VTT, de détecter les qualités des jeunes spécialistes et d'apporter des contenus pratiques et théoriques nécessaires au VTT. Il sera également l'occasion pour les membres de l'Equipe Technique Régionale des Hauts-de-France d'amorcer un travail de collaboration avec les coureurs et leurs éducateurs en perspective du Trophée de France.

PROGRAMME DU STAGE :

- Travail technique : trial et DH,
- Travail physique : XC,
- Interventions théoriques sur l'entraînement, la réglementation...

MATERIEL NECESSAIRE :

- Vélo (VTT) propre et en parfait état de fonctionnement,
- Matériel de réparation (patte de dérailleur, chambre à air...) et de nettoyage,
- Ravitaillement personnel pour les deux journées,
- Casque et effets personnels nécessaires à la pratique (prévoir tenues chaudes et imperméables) ; gants longs, manches longues et pantalons longs pour la descente,
- Pédale plate pour le Trial
- Protections de VTT Descente si vous en avez (casque intégral, protection dorsale, coudière, genouillère),
- Nécessaire pour la prise de note,
- Tenue sportive chaude (en plus de la tenue de cyclisme) ; chaussures de sport (extérieur).

INSCRIPTION : Le coût sera de 50€ par personne, représentant une participation sur l'hébergement, les repas (du samedi midi au dimanche midi), le petit déjeuner et l'encadrement technique.

Le formulaire d'inscription est à renvoyer **avant le mercredi 3 avril 2019** au comité régional des Hauts-De-France, 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. (Places limitées)



Région
Hauts-de-France



Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

MINISTÈRE
DE LA VILLE,
DE LA JEUNESSE
ET DES SPORTS



FORMULAIRE D'INSCRIPTION

SATGE DE PERFECTIONNEMENT VTT TESTS DE DETECTION VTT



Région
Hauts-de-France

DEBUT DU STAGE : samedi 20 avril à 9h45
FIN DU STAGE : dimanche 21 avril à 17h00
LIEU : Val Joly - Eppe-Sauvage

PARTICIPTION : Stage de perfectionnement Tests de détection
**Possibilité de participer uniquement aux tests de détection le dimanche après midi (13h30 à 17h00).*

NOM : _____ PRENOM : _____

ADRESSE : _____

CODE POSTAL : _____

EMAIL : _____@_____._____

TEL : _____ DATE DE NAISSANCE : _____

CLUB : _____ N° LICENCE : _____

Formulaire à retourner **avant le mercredi 3 avril 2019** au comité régional des Hauts-De-France, 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.

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

