

DIMANCHE 10 MARS

JOURNEE INITIATION PILOTAGE VTT VTTAE

MONTALIEU VERCIEU Base FFCT Vallée Bleue



Cette journée proposée par le CODEP 38, vous permettra de vous mettre à l'aise et en sécurité dans la pratique tous chemins, du VTT et VTTAE (assisté électrique).

24 places disponibles sur inscription, encadrement par des moniteurs FFCT .

PROGRAMME DE LA JOURNEE

9h30 Accueil Base FFCT Vallée Bleue

10h Présentation et rappel des notions de base du VTT
Exercices ludiques Équilibres, Freinages avant et arrière
Passages de petits obstacles en montée et descente
Rappel réglementation et esprit rando

12h Pause repas (tiré du sac à la base FFCT)

13h Départ sur circuits de la base FFCT et mise en pratique des notions de pilotage et conseils.

17h Fin de balade et mise en commun de la journée.

Cette journée pourra être annulée si mauvaise météo ou trop faible effectif.

Contact : Commission VTT codep38 tel : 0629463015

Mail : departement38-vtt@ffvelo.fr

Inscription : Site FFCT espace licencié. Coût 25€.

Remboursé lors de la présence à la journée pour les licenciés du CODP 38

Lieu : Base VTT FFCT vallée bleue Office de tourisme du port

MONTALIEU rond point Nord direction Bourg en Bresse suivre Vallée Bleue.Balisage FFCT