



VTT ACADEMIE

La Fédération Française de Cyclisme est heureuse de proposer à votre enfant LE stage de perfectionnement **VTT Académie**, qui se déroulera du Lundi 18 Avril au Mercredi 20 Avril à l'Institut Régional de Formation Jeunesse et Sports de Guéret



Encadré par des **moniteurs diplômés d'Etat**, spécialistes de la discipline, (**Nicolas ROULLAND**, éducateur sportif, entraîneur, formateur et **Sabrina ENAUX**, Multi-médaillées aux Championnats de France de VTT XCO), votre enfant aura l'occasion de progresser, à travers des entraînements variés en groupe réduit.

Différentes techniques d'entraînement techniques seront mises en place afin de répondre au mieux aux exigences du VTT XCO



Programme prévisionnel :

	Lundi 18 Avril	Mardi 19 Avril	Mercredi 20 Avril
Matin	Evaluation technique générale	Freinage et relance	Freinage, franchissements, Sauts et relances
Après-Midi	Les trajectoires qui procurent de la vitesse	Franchissements et sauts	Fin du stage
Soirée	Echange	Feed-back de la journée	

Ce stage est ouvert pour les **Cadettes –Cadets** possédant un niveau régional requis afin de pouvoir intégrer une semaine intensive d'entraînement. Le 1^{er} jour servira de tests afin d'évaluer le niveau de chacun.

Le prix est fixé à 349€ comprenant l'**hébergement et la restauration en pension complète** à l'IRFJS de Guéret, l'accès au site de pratique de la Coupe de France de Guéret et la présence de 2 personnes professionnelles et expertes lors des 3 jours de stage.

Merci de prévoir du matériel de rechange en cas de casse mécanique et quelques outils spécifiques à ton VTT

Le stage débute le Lundi 18 Avril à 9h30 et se termine le Mercredi 20 Avril à 13h. Le rendez-vous est fixé à l'IRJS de GUERET, Rue Paul Louis Grenier, 23000 GUERET

Les places sont limitées, n'attendez pas pour inscrire votre enfant

La Fédération Française de Cyclisme se réserve le droit d'annuler le stage en cas d'un nombre faible d'inscrit.

Inscrivez-vous sur la plateforme Sports'N'Connect

