

Programme septembre à décembre. École de vélo VC Mont Aigoual.

Date	Événement	Thème de la séance	Groupes Concernés	Départ/Arrivée	Heure départ/Arrivée	organisateur	Commentaires
septembre							
sam. 17 sept. 11	VTT	Rentrée Journée portes Ouvertes + marché au puce vélo + animation	Gr VTT 1; 2; 3; 4; 5	Piste de BMX	10h -12h	Ecole de vélo	
mer. 21 sept. 11	BMX Race	Rentrée BMX règlement, tenu, réglage BMX	Gr BMX 1; 2 ;3	Piste de BMX	13h30 - 17h30	Ecole de vélo	
sam. 24 sept. 11	VTT	Cavaillac Propulsion + Changement de Vitesse	Gr VTT 1; 2; 3; 4; 5	Piste de BMX	10h -12h	Ecole de vélo	
mer. 28 sept. 11	BMX Race	BMX Gr 1 : équilibre Perf 1, 2 : Le pédalage	Gr BMX 1; 2 ;3	Piste de BMX	13h30 - 17h30	Ecole de vélo	
octobre							
cours bmx							
sam. 1 oct. 11	Trial	Cavaillac Le Pédaler-freiner Sur des zones typées TRJV	Gr VTT 1; 2; 3; 4; 5	Piste de BMX	10h -12h	Ecole de vélo	
mer. 5 oct. 11	BMX Race	BMX Gr 1 : Propulsion Perf 1, 2 : L'enroulée pump track	Gr BMX 1; 2 ;3	Piste de BMX	13h30 - 17h30	Ecole de vélo	
sam. 8 oct. 11	VTT	le freinage en montée, en descente, en virage	Gr VTT 1	Piste de BMX	10h -12h	Ecole de vélo	
sam. 8 oct. 11	Enduro	le freinage en montée, en descente, en virage	Gr VTT 2; 3	Esparon	9h45 - 12h	Ecole de vélo	
sam. 8 oct. 11	Enduro	le freinage en montée, en descente, en virage	Gr VTT 4; 5	Mouzoule	9h45 - 12h	Ecole de vélo	
mer. 12 oct. 11	BMX Race	BMX Gr 1 : équilibre freinage Perf 1, 2 : Le saut Champ de bosse	Gr BMX 1; 2 ;3	A définir	13h30 - 17h30	Ecole de vélo	
sam. 15 oct. 11	VTT	Les techniques de base de descente	Gr VTT 1	Piste de BMX	10h -12h	Ecole de vélo	
sam. 15 oct. 11	Descente	Les techniques de base de descente	Gr VTT 2; 3	Pommier	9h45 - 12h	Ecole de vélo	
sam. 15 oct. 11	Descente	Les techniques de base de descente	Gr VTT 4; 5	Pommier	9h45 - 12h	Ecole de vélo	
mer. 19 oct. 11	BMX Race	BMX Gr 1 : le virage Perf : 1, 2 le virage	Gr BMX 1; 2 ;3	Piste de BMX	10h -12h	Ecole de vélo	
22/10 au 02/11	Vacance	Durant les Vacances scolaires l'école de vélo les cours ne sont pas assurée					
24/10 au 28/10	Stage	VTT Découverte en foret, Perfectionnement en pilotage, BMX Race et Trial	7-8 ans et 9-12 ans	Piste de BMX	Encadrement Gaétan et Marti. Inscription marti.castellano@free.fr		
30/10 au 1er/11	Stage	Dirt / Trial / DH / Enduro	12-16 ans	Vallée Viganaise	Encadrement Gaétan et Marti. Inscription marti.castellano@free.fr		
novembre							
réunion							
sam. 5 nov. 11	cours vtt	Cavaillac Le Virage : en devers, à plat, en descente	Gr VTT 1; 2; 3; 4; 5	Piste de BMX	10H-12h30	Ecole de vélo	
mer. 9 nov. 11	cours bmx	BMX Gr 1 : Jeu d'habileté Perf 1, 2 : le cabré, manual, levée des roues	Gr BMX 1; 2 ;3	Piste de BMX	13h30 - 17h30	Ecole de vélo	
sam. 12 nov. 11	Férié					Ecole de vélo	
mer. 16 nov. 11	BMX Race	BMX Gr 1 : enroulé Perf 1, 2 : reprise de la dernière séance	Gr BMX 1; 2 ;3	Piste de BMX	13h30 - 17h30	Ecole de vélo	
sam. 19 nov. 11	Descente	St Bresson La descente organisation d'une course	Gr VTT 1; 2; 3; 4; 5	St Bresson	9h45 - 12h	Ecole de vélo	
mer. 23 nov. 11	BMX Race	BMX Gr 1 : start perf : 1, 2 : préparation du start	Gr BMX 1; 2 ;3	Piste de BMX	13h30 - 17h30	Ecole de vélo	



Programme septembre à décembre. École de vélo VC Mont Aigoual.

sam. 26 nov. 11	Trial	Cavaillac Zone de trial type bikers	Gr VTT 1; 2; 3; 4; 5	Piste de BMX	10h -12h	Ecole de vélo	
mer. 30 nov. 11	BMX Race	BMX Gr 1 : parcours de maniabilité Biclou perf : 1, 2 : Champ de bosse	Gr BMX 1; 2 ;3	Piste de BMX	13h30 - 17h30	Ecole de vélo	
décembre	réunion		moniteurs	chez L.Monge	19H	S.MEYER-LAVIGNE	
sam. 3 déc. 11	VTT	Cavaillac Montée technique passage pierrier, racine etc	Gr VTT 1; 2; 3; 4; 5	Piste de BMX		Ecole de vélo	
mer. 7 déc. 11	BMX Race	BMX Gr 1 : le virage Perf 1, 2 : passage de bosse multiple	Gr BMX 1; 2 ;3	Piste de BMX	13h30 - 17h30	Ecole de vélo	
mer. 14 déc. 11	BMX Race	BMX Gr 1 : équilibre Perf 1, 2 : Course entre club VCMA, LBC	Gr BMX 1; 2 ;3	Piste de BMX	13h30 - 17h30	Ecole de vélo	
17/12/11 au 02/01/212	Vacance	Durant les Vacances scolaires l'école de vélo les cours ne sont pas assurée					
17/12/11 au 24/12/11	Stage	Perfectionnement, Entraînement				Prestation externe	

