



## École de vélo VC Mont Aigoual Pays Viganais

L'école de vélo du VC Mont Aigoual Pays Viganais et de la Bicyclette Cévenole a pour objectif de permettre aux enfants de 6 à 16 ans de découvrir, apprendre et se perfectionner en VTT. L'école de vélo met en place des entraînements, de randonnée, de trial, de descente, d'orientation, de BMX et de cross country. Elle incite les enfants qui le souhaitent à participer au Trophée Régional de cyclo-cross, au Trophée Régional du Jeune vététiste et à partir de 13 ans aux manches régionales de Descente (DH).

### Comment participer ?

Prendre contact auprès de Laurent VLIÉGHE (voir plus bas) qui vous donnera toutes les informations. Attention nous n'acceptons pas d'enfants sur les entraînements sans une prise de contact préalable et accord du club.

### Les Entraînements :

Les entraînements sont organisés au départ de la piste de BMX de Molières-Cavaillac et de différents sites de pratique du Pays Viganais (Esparon, Mouzoules, le Causse etc...). Ils se déroulent le samedi matin pour le VTT et le mercredi après midi pour le BMX. Ils sont organisés en plusieurs groupes de niveaux ou/et en catégories d'âge. Un calendrier annuel est remis aux parents et est actualisé régulièrement.

### Les Horaires :

<b>BMX</b>	<b>VTT.</b>
Tous les mercredis après midi.	Tous les samedis matin de 10 h à 12 h hors vacances scolaire.

Il est demandé aux enfants de se présenter 15 minutes avant le début du cours.  
Les dates des entraînements sont communiquées trimestriellement.

### Annulation des entraînements :

En cas de mauvais temps soit nous pouvons anticiper l'annulation et nous vous prévenons le soir du jour qui précède l'activité, soit nous ne pouvons pas anticiper l'annulation et un moniteur sera présent au rendez vous pour vous en informer. Pensez aussi à consulter le site du club [www.veloigoualviganais.com](http://www.veloigoualviganais.com)

### Les stages :

Nous sommes en pleine réflexion pour proposer aux enfants des stages thématiques durant les vacances scolaires.

### Le matériel pour rouler:

**Il est demandé aux enfants de se présenter avec un vélo en bon état de marche et bien réglé.**

- |  |   |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"><li>- un VTT (en bon état et bien réglé)</li><li>- un casque</li><li>- une paire de gants</li><li>- des lunettes translucides</li><li>- un petit sac à dos avec 1 coupe vent de type K WAY</li><li>- trois démonte pneus</li><li>- une chambre à air</li><li>- un jeu de « clefs allen »</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>- une petite pompe</li><li>- une boîte de rustine</li><li>- 2 clefs plates de 15 pour les vélos équipés d'écrous de roue</li><li>- une ou deux barres de céréale</li><li>- une gourde d'eau</li></ul> |
|--|---|

**Pour que votre enfant prenne du plaisir et pour ne pas pénaliser les autres enfants du groupe il vous est demandé de bien vérifier l'état général des vélos et en particulier les freins, les pneus, les crevaisons, le graissage de la chaîne. Nous vous rappelons que sans son matériel (notamment le casque) vos enfants ne seront pas acceptés à l'entraînement.**

Les déplacements sur les sorties, les compétitions et les entraînements sont assurés par les parents.  
Nous vous incitons à faire du co-voiturage.

### Tarifification annuelle :

**1 activité BMX ou VTT = 100 euros incluant**

la licence FFC\*, les frais d'inscription aux compétitions

**\*70€ pou les enfants déjà licenciés à la Bicyclette Cévenole**

**2 activités BMX et VTT = 130 euros incluant**

la licence FFC \*, les frais d'inscription aux compétitions

**\*100€ pou les enfants déjà licenciés à la Bicyclette Cévenole**

Les stages des vacances ne sont pas compris dans le prix d'inscription à l'école de vélo.

### Inscriptions :

Les enfants ont la possibilité de participer à 3 entraînements pour venir découvrir l'école de vélo. Suite à cette période ils font le choix de s'inscrire pour l'année entière.

### Date limite de retour des dossiers d'inscription : le samedi 22 octobre.

Votre dossier ne sera accepté que complet : bulletin d'inscription, certificat médical de non contre indication à la pratique du vélo loisir et de compétition et le règlement.

**A remettre en main propre lors des entraînements à Gaetan Reilhan  
ou par courrier à : Laurent Vlieghe – Route du Col du Pas – 30570 VALLERAUGUE**

*Vous pouvez aussi le déposer au magasin de cycles « Cyclos Scoots » Bd Plan d'Auvergne au VIGAN*

### Les compétitions :

L'école de vélo permet en fonction de l'âge, de la motivation et des envies personnelles de choisir entre une pratique loisir sportif sans compétition, une pratique de compétition découverte ou une pratique de compétition assidue. Le choix est laissé aux enfants. La présence des parents aux épreuves pour les enfants qui participent aux compétitions est obligatoire pour gérer le matériel, le repas de midi ... et soutenir les enfants.

### L'équipe d'encadrement :

L'école de vélo est pilotée par une équipe de passionnés de vélo. Elle est dirigée par Laurent Vlieghe secrétaire du VC Mont Aigoual. Les entraînements sont encadrés par des moniteurs de vélo bénévoles formés ou en cours de formation au BF1 (diplôme fédérale), des parents bénévoles et des moniteurs professionnels diplômés d'état. L'équipe : Louis (BF1), Laurent (BF1), Mathieu, (BF1), Stéphane (BF1), Éric, Bruno, Laurent, Gaétan (Brevet d'état).

### Faisons avancer ensemble l'école de vélo :

La vie de l'école VTT s'organise (sorties, stages goûters, pique-niques, repas, courses...) autour des parents et des moniteurs. Inscrire son enfant à l'école de vélo c'est accepter d'être sollicité pour soutenir les encadrements, aider à l'organisation des manifestations, aider à la gestion administrative de l'école, donner la main pour les covoiturages ....

### La FEDERATION FRANCAISE DE CYCLISME ([www.ffc.fr](http://www.ffc.fr)):

Le vélo club Mont Aigoual Pays Viganais et la Bicyclette Cévenole sont affiliés à la Fédération Française de Cyclisme. Par l'inscription à l'école de vélo vos enfants seront automatiquement licenciés à cette fédération. Ils bénéficient ainsi de l'assurance « responsabilité civile » et garanties pratiquants (cabinet Capdet-Raynal) et peuvent participer à toutes les activités du club et aux compétitions organisées par cette fédération.

### Info et contact :

Pour le VC Mont Aigoual Pays Viganais  
Laurent Vlieghe  
Route du Col du Pas 30570 Valleraugue  
laurentcpe@yahoo.fr  
Tél : 06 84 10 04 15  
[www.veloaigoualviganais.com](http://www.veloaigoualviganais.com)

### Nos principaux partenaires :

La mairie de Molière-Cavaillac

et

La Communauté des Communes du Pays Viganais



La Communauté des Communes de l'Aigoual



La Direction Départementale de la Cohésion Sociale (CNDS)



La Fédération Française de Cyclisme



La marque d'accessoires de cycles Ekoï



Le magasin Culture Vélo Alès



Le magasin Cyclos Scoots du Vigan

