



AVENTURE MONT-SAINT-QUENTIN

Club VTT

Le Club et l'Ecole Vtt d'Aventure Mont-Saint-Quentin

Saison 2017/2018

Durant ces journées les membres du club découvrent la vie en groupe, la pratique d'un sport qui nécessite autant de qualités morales que physiques et la nature, dans une *approche ludique* du Vtt. Si le mercredi est réservé aux plus jeunes, le samedi et le dimanche les plus âgés et "*affûtés*" sont pris en charge afin de leur inculquer une *pratique plus technique et plus sportive du Vtt* ("sportive" n'étant pas là synonyme de compétition) et ce à travers des activités plus pointues.

Les écoles Vtt du mercredi et du samedi après-midi, **créées en 1991**, sont encadrées par des éducateurs Vtt, titulaires des diplômes de la FFC et de l'UFOLEP

A chaque instant, toute l'équipe éducative garde comme objectif la découverte, le plaisir de rouler, dans une bonne ambiance.

Ecole Vtt du mercredi : inscriptions à partir du premier mercredi de septembre.

Les éducateurs et accompagnateurs accueillent les enfants **de 7 à 12 ans (13 ans débutants)** au "Gîte des Crapauds" à Lessy **de 13 h 30 à 17 h 00 VTT puis goûter.**

Départ à 14 h donc arriver **AU MOINS 15 MINUTES AVANT.**

Renseignements Ecole Vtt du mercredi : Pascal 03.87.32.57.67 (après 17 h 00)

Groupes constitués (age/niveau) 7 à 13 ans.

Groupe Blanc : 7 - 8 ans (6 ans si au niveau après essai, et avis des éducateurs) : Théo, Jean Claude,

Groupe Orange : 9 - 10 ans (11 ans débutants) : Pascal, Hervé, Evelyne,

Groupe Vert : 11 - 12 ans (13 ans débutants) : Pierre, Gilles,

(possibilité pour les 12-13 ans confirmés ce groupe de venir aussi le samedi).

Ecole Vtt du samedi, Groupes adultes, Groupe Marcheurs :

inscriptions à partir du premier samedi de septembre.

Les jeunes et adolescents **de 13 à 17 ans** sont accueillis au "Gîte des Crapauds" **de 13 h 45 à 17 h 00.**

Départ à 14 h donc arriver **AU MOINS 15 MINUTES AVANT.**

Ecole Vtt du samedi :

- Groupe 13-14 ans confirmés.

- Groupe jeunes 15-17 ans.

ces deux groupes n'étant pas formels mais plutôt orientés âges / niveaux

Educateurs : Riton, Anthony, Guillaume, Arthur, Hugo, Ben, Guiba, Phil, Greg ...

- Groupe Adultes et jeunes non confirmés (12-13 ans débutants) : Pascal 03.87.32.57.67.

Activités adultes du Samedi :

- Groupes Rando Adultes confirmés et XC : Phil, Riton, Joris ...

- Groupe Rando Adultes : Bertrand, Thierry, Fab ...

- Groupe marcheurs : David, Nico, Hélène ...

ATTENTION : Il n'y a pas Ecole Vtt du Mercredi et du samedi pendant les vacances scolaires !

Activités Adultes du dimanche : Vtt.

"Le Gîte des Crapauds" à Lessy est ouvert le dimanche de 08 h 45 à 13 h 00.

Sorties "Club", "club house", R.D.V à partir de 08 h 45, *Départs groupés à 9 h 00 :*

- Groupe XC-Rando Sportive.

- Groupes Rando Adultes.

Après chaque sortie tout le monde se retrouve au "Gîte" (Bar, Club-House).

Activités Adultes du Lundi : Musculation, Prépa physique...

Gymnase de Châtel-st-Germain le lundi de 19 à 21 h.

Site d'activités de l'association : Gîte des Crapauds Lessy

Secrétariat, Renseignements : Aventure Mont-Saint-Quentin, Chez Gregory Sièja

12 rue de Châtel 57160 LESSY

06.33.68.54.25 gregsieja@gmail.com

Sur le Web : <http://www.amsq.fr>



IN VTT VERITAS

CLUB VTT