



Stage BMX – VTT

20 et 21 octobre 6/9ans

22 au 24 octobre 10/17ans

David SPITERI: 06 17 25 04 86

www.provencevtt.fr

PROVENCE VTT- 2380 RN 96 Quartier de la Condamine 13400 Aubagne

E-mail : david@provencevtt.fr

ASSOCIATION n°3 25331 - SIRET n° 442 764 031 00021 - APE n°9312Z

MINISTERE DES SPORTS n°2172 S/03

Exemple 1 journées avec BMX le matin et VTT l'après-midi

- 9h/12h BMX : Pump Track / Skate Parc / Champ de Bosse suivant le site
 - Découverte de la pratique Freestyle sur différent supports. Mise en place d'ateliers techniques, découverte et jeux pour progresser en s'amusant.
- 14h/17h VTT : Fuveau / Peynier / Nans les Pins
 - Découverte des sentiers sur différents massif forestier. Mise en place d'ateliers techniques, découverte et jeux pour progresser en s'amusant.

Planning activités avril 2025

	Lundi 6/9 ans	Mardi 6/9ans	Mercredi 10/17ans	Jeudi 10/17ans	Vendredi 10/17ans
Matin 9h/12h BMX	Pump track Fuveau + skate parc	Pump Track Peynier	Pump Track Gémenos + skate parc	Pump Track Peynier	Pump Track Nans Les Pins
Transport et repas (pique-nique par vos soins)					
Après -midi 14h / 17h VTT	Fuveau	Peynier	Gémenos st Pons	Peynier	Nans Les Pins bike Park

Matériel indispensable à la pratique

- Un vélo en bon état de fonctionnement : Pneumatiques / Freins / Direction / Transmission.
- Le BMX n'est pas obligatoire pour faire le stage
- 1 Chambre à air de rechange adaptée au vélo.
- 1 Casque en bon état (pas de fissure) et à la taille du pratiquant.
- Une paire de gants. Les mains sont les premiers membres en contact avec le sol en cas de chute.
- De l'eau, indispensable pour un effort : 1L minimum.
- Des lunettes de soleil pour le confort des yeux, mais aussi contre les branches basses (facultatif).
- Des barres de céréales pour les petits creux.
- Un coupe-vent type K-Way et vêtements chauds. Si besoin.
- Crème solaire.
- 1 Pique-Nique pour le midi (Possibilité de sac séparé)

- Un vrai sac à dos (pas de sac type besace).

Point de rendez- vous pour Départ et le Retour et horaires.

Nous récupérons votre enfant à partir de 8h45 et vous pouvez le récupérer le soir à 17h.

Adresse de regroupement :

Provence VTT

2380 RN96 (route de Napolon)

Quartier de la Condamine

13400 Aubagne

Lien google map :

<https://maps.app.goo.gl/VEBYvreQvpcMMyPh6>

Tarifs

6/9ans 2 journées	78€
6/9ans 1 journée (au choix)	48€
10/17ans 3 journées	117€
10/17ans 1 journée (au choix)	48€
Adhésion + Licence Provence VTT (si pas adhérent) (Valable pour toutes les activités de l'association jusqu'à septembre 2025)	30€
Location BMX à la demi-journée	6€
Location VTT à la demi-journée	10€

Le tarif du stage comprend :

- 1 moniteur diplômé
- 1 véhicule de transport + remorque
- Matériel de protection spécifique (casque intégral / protection corporel / matériel pédagogique)

Documents à fournir

Déjà adhérent à l'association ?

- Fiche d'inscription au stage
- Règlement (en fonction de choix retenu)

Pas encore adhérent à l'association ?

- Fiche d'inscription au stage
- Fiche d'adhésion (Provence VTT)
- Demande de licence pratiquant (Fédération Sport Pour Tous)
- Règlement (en fonction de choix retenu)
- Règlement adhésion + licence Provence VTT
(Valable pour toutes les activités de l'association jusqu'à septembre 2025)

Attention :

- Prévoir le pique-nique du midi (possibilité de sac séparé)
- En cas de pluie, nous organiserons 1 atelier mécanique dans nos locaux

David SPITERI: 06 17 25 04 86

www.provencevtt.fr

PROVENCE VTT- 2380 RN 96 Quartier de la Condamine 13400 Aubagne

E-mail : david@provencevtt.fr

ASSOCIATION n°3 25331 - SIRET n° 442 764 031 00021 - APE n°9312Z

MINISTERE DES SPORTS n°2172 S/03