

PRÉSENTATION DE L'ÉCOLE DE VELO VPM

Un des objectifs du VPM est la mise en place et l'animation d'une école vélo qui s'adresse aux jeunes de 9 à 18 ans. Avant 9 ans, après un essai concluant du jeune

Cette structure a pour but d'initier et de perfectionner les jeunes à la pratique du V.T.T et de les rendre autonomes.

Cette structure a été mise en place à partir du samedi 21 mai 2005 La durée des séances est de 2h00 environ, tous les samedis sauf durant les congés scolaires.

Le certificat médical et l'autorisation parentale sont obligatoires ainsi que le port du casque.

L'encadrement est assuré par des éducateurs (Diplômés FFCT), et des volontaires possédant une expérience en cyclotourisme. Mais toute personne ayant une âme d'instructeur peut participer à l'encadrement et à l'animation.

Le lieu de rendez-vous est le local VPM, au 2 Avenue Clemenceau à Moyeuve-Grande (en face de la place de la République). Les cours se passent dehors, dans un milieu protégé pour les premières séances sous formes de jeux puis dans les bois.

Suivant la saison et les conditions climatiques, des "cours" en salle sont dispensés pour aborder des sujets aussi divers que variés.

Les ateliers suivants sont proposés :

JEUX D'ADRESSES : passage sous une barre, ramasser un bidon, rouler sur une planche à bascule, slaloms.....

ORIENTATION CARTOGRAPHIE : lire une carte, s'orienter, préparation d'un parcours, rechercher des balises...

ENDURANCE : s'entraîner, s'avoir s'alimenter, gérer son effort...

TECHNIQUE EN FORÊT : les descentes, les montées, les devers, la maniabilité...

MECANIQUE : savoir réparer une crevaillon, une chaîne cassée, réglage des freins...

PARTICIPATION AUX CRITERIUMS : rencontres interclubs évaluées avec différents ateliers (mécanique, maniabilité, orientation.....)

SORTIES EN GROUPE DECOUVERTE DE LA FAUNE ET LA FLORE CODE DE LA ROUTE ET FORESTIER VOYAGES EN VELO SUR PLUSIEURS JOURS

Un carnet de progression assurera le suivi technique de chaque enfant Un classement d'assiduité récompensera les jeunes en fin d'année.

Visiter les sites des jeunes de la FFCT :

De Lorraine : <http://llct.jeunes.free.fr/> Vous y trouverez tous les séjours organisés pour vous

National : www.jeunes-ffct.org/

Vous y trouverez des informations sur les organisations nationales pour les jeunes, des reportages sur ces grands rendez-vous et d'autres informations utiles...

Un calendrier des randonnées loisir vous est proposé chaque année sous format papier ainsi que le calendrier national « ou irons nous » à demander à Christian