

Sorties initiation VTT Juin Juillet Aout 2020

Pays Fouesnantais & Combrit « Les séances VTT, sont à destination des personnes pratiquant l'activité en loisirs, dans un but de découverte et d'apprentissage des basics ; les circuits empruntés sont larges et adaptés à votre niveau » Ces séances vous permettront de gagner en autonomie : tenir sa trajectoire et le freinage, # types de pédalages et les changements de vitesses, gestion de l'effort, lectures de cartes IGN, petites réparations mécaniques, stretching d'avant et d'après séance, notions de 1ers secours.

Encadrement effectué par Nicolas Massé BEES APPT, CQP VTT

Autres sorties VTT à la journée pour pratiquants réguliers en Actualités/ Guidages touristiques.

- Inscription obligatoire J-24h minimum, par téléphone format SMS ou mail nicolas@nature-forme-evasion.fr GSM : 06 07 09 61 06
 - Pas de séance lors des alertes de Météo France
 - Réparation VTT auprès du magasin Cyleworks Quimper (partenaire) <http://www.cycleworks.fr/index.php>
 - Venez avec un VTT en état de fonctionnement + casque et gants longs, pas de cale pieds en VTT (pédales plates type BMX) pédales automatiques acceptées.
 - Ados de +15 ans acceptés avec accord parentale daté et signé.
- Sous réserve de 3 participants par séance mini, 8 personnes maxi .

Dates	Lieux *	horaires
Juin 2020 2h de Séance	Combrit , Roscouré Parking restaurant après le pont.	Dimanche 21 , 9h45
Juillet 2020 2h de Séance	Pleuven -Moulin du Pont Résidences de Moulin du Pont	Dimanche 12 : 9h45 Jeudi 16 :14h00
Aout 2h de Séance	Bénodet , parking du Letty sous UCPA	Dimanche 2 : 9h45 Jeudi 6 : 9h45
Septembre 2h de Séance	Pleuven -Moulin du Pont Résidences de Moulin du Pont	Dimanche 6 : 9h45

*Suivant la météo le lieu de pratique peut changer

Autres :

Page Facebook, l'actu en directe.

<http://www.facebook.com/pages/nature-forme-evasionfr/125322014150471?v=wa>