

Fédération Française de Cyclisme
Comité régional du
GRAND EST de CYCLISME



Siège Social: Comité du Grand est de Cyclisme FFC - Maison Régionale des Sports
13 rue Jean Moulin – 54510 TOMBLAINE
Tél : 03 83 18 87 59 - ffcgrandest.comite@orange.fr – www.ffcgrandestcyclisme.fr

COMMUNICATION CRVTT du 11 AVRIL 2024
STAGE de PREPARATION aux échéances à venir
(TRJV – TIJV – Coupes Grand Est Jeunes...)
MERCREDI 24 AVRIL 2024 à HERMONVILLE

Le comité Grand-Est de cyclisme organise plusieurs stages de Trial afin de vous préparer aux échéances à venir.

Le 1^{er} a déjà eu lieu à Remiremont le samedi 30 mars 2024, pour le secteur ex Alsace / Lorraine.

Il a rassemblé 38 jeunes pilotes G et F.

Comme promis, le 2^{ème} aura lieu le mercredi 24 avril à Hermonville (terrain de Moto cross) pour le secteur ex Champagne Ardenne et Lorraine en proximité. Nous pouvons accueillir une trentaine de candidats - candidates.

Ces stages sont ouverts aux G et F « U13, U15 et U17 » UNIQUEMENT.

Vous trouverez ci-dessous les informations et le formulaire d'inscription pour le stage du 24 Avril à HERMONVILLE – D30 vers Bouvancourt - vers le haut de Côte à Droite :

- Terrain de Moto Cross
- Rendez vous à partir de 9h30.

9h30 accueil des vététistes + briefing

10h - 12h30	Exercices spécifique à la technique du VTT Trial
12h30 - 13h30	Repas tiré du sac
13h30 - 16h30	Mise en situation en zone
16h30	Débriefing + fin du stage

Pour participer au stage, il est impératif de s'inscrire via la fiche ci-jointe, à nous transmettre en retour, ainsi que de remplir la fiche sanitaire que vous avez en pièce jointe.

**** Participation demandée : 10€/stagiaire (règlement sur place ou par le club)**

**** Repas tiré du sac**

Matériel OBLIGATOIRE pour le stage :

- Casque
- Gants longs
- Repas tiré au sac pour le midi
- Eau + barres de céréales
- Protection adaptées à la discipline
- Kit réparation (chambre à air, multi-outils)
- Fiche sanitaire (ci jointe)

Bonne semaine à vous, à très bientôt en forme !

La CRVTT et l'équipe d'encadrement ETR / VTT.

Vos contacts :

- Accueil et Encadrement stage : Simon ROGIER – 0671291669 – contact@bikeenergy.com
- Accueil et CRVTT : Alain GHILONI – 0662365028 - alain.ghiloni@orange.fr
Fiona ANTOINE – 0632096624 - fionaantoine@orange.fr



Fédération Française de Cyclisme
Comité régional du
GRAND EST de CYCLISME



Siège Social: Comité du Grand est de Cyclisme FFC - Maison Régionale des Sports
13 rue Jean Moulin – 54510 TOMBLAINE
Tél : 03 83 18 87 59 - ffcgrandest.comite@orange.fr – www.fcggrandestcyclisme.fr

MERCREDI 24 AVRIL 2024 à HERMONVILLE
STAGE de Préparation technique spécifique au TRIAL

FICHE D'INSCRIPTION individuelle à nous retourner

NOM :
Prénom :
Date de naissance:
Club :
N° de licence FFC :
Catégorie :

Adresse é.mail de vos parents :

N° de téléphone de vos parents :

A renvoyer par é.mail avec la fiche sanitaire avant le 20 avril à :
(la fiche sanitaire au plus tard, le matin du stage)

Responsable technique : 1) Simon ROGIER – 0671291669 – contact@bikeenergy.com
CRVTT : 2) Alain GHILONI – 0662365028 - alain.ghiloni@orange.fr

A l'avance merci.

Pour la CRVTT

Alain GHILONI

