



**STAGE HIVERNAL VTT SOUS L'EGIDE DU
COMITE DEPARTEMENTAL DE CYCLISME de Meurthe et Moselle et Meuse
LES COMITES 54 & 55 ORGANISENT UN STAGE VTT
les lundi 8, mardi 9 et mercredi 10 février 2016**

A destination des **JEUNES VETETISTES DE MEURTHE et MOSELLE et MEUSE** à partir de
BENJAMINS 11, 12 ans, MINIMES 13, 14 ans, CADETS 15, 16 ans à jour de leur licence 2016

Hébergement tout compris repas + 2 nuitées **40 €** (TARIF 75 € dont 35 € pris en charge par les COMITES)

A la base de plein air – Chemin du Gué Rappeau – 55300 Saint MIHIEL

Responsables :

François CHERY avec l'encadrement des deux comités 54 et 55 : Benoit et Madeleine GASPARETTI, Gilles PIERSON, Alexis ZENON

STAGE VTT réservé aux Jeunes pratiquants régulièrement dans leurs clubs :

Ce stage s'axera sur le perfectionnement des disciplines du VTT (surtout descente, trial) et détection pour les compétiteurs minimes / cadets

Inscriptions limitées (**dans l'ordre des inscriptions avant le 23/01/2016**) à envoyer rapidement avec le règlement, bulletin d'inscription et fiche sanitaire auprès de :

Pour la Meurthe et Moselle :

Benoit GASPARETTI : 4 rue de la grande corvée 54600 VILLERS LES NANCY tél. 06 81 29 36 88

gasparetti.benoit@wanadoo.fr

Pour la Meuse :

Gilles PIERSON : 3 chemin de la gare 55300 KOEUR LA PETITE tél. 06 42 82 79 37

gilles.pierson2@wanadoo.fr

Fiche sanitaire, autorisation parentale et Bulletin d'inscription ci-joint

règlement libellé à l'ordre du COMITE DE CYCLISME DEPARTEMENTAL

Pour ce stage en **pension complète**, vous devrez vous munir des équipements suivants :

- licence de la saison 2016
- VTT en parfait état de fonctionnement
- Tenues d'entraînements adaptées à la pratique du vélo afin de pouvoir pallier aux conditions météorologique de saison ;
- Equipements de protection : casque, gants
- Nécessaire de réparation
- Barres de céréales
- Nécessaire de prise de notes

Il est convenu de faire tout avec le même vélo, mais possibilité de prendre un vélo pour le trial et pour la descente.

- Se munir d'un casque intégral, gants longs, dorsale et genouillères pour la descente,
- casque normal pédales plates et protège tibias pour le trial.

Nous conseillons aux jeunes qui ne possèdent pas de protections d'emprunter aux amis ou aux clubs voisins ; ceux qui n'en auraient pas voudront bien prévenir Benoit avant le stage.

- Linge de rechange pour la vie en intérieur :
- SAC DE COUCHAGE
- survêtement, pyjama, chaussons ou baskets propres, affaires de toilette avec serviette
- si médicaments personnels, joindre l'ordonnance.

Eviter de prendre un téléphone. (ils seront enlevés la nuit à l'extinction des feux à 22 h)

Nous demanderons aux parents de récupérer leur enfant qui ne respecterait pas la discipline.

Attention : Il n'y aura pas de remboursement en cas de défection non justifiée des stagiaires

INFORMATIONS SUR LE DEROULEMENT DU STAGE

Base de Plein Air – Chemin du Gué Rappeau – 55300 SAINT-MIHIEL

Responsable : François CHERY : tél. 06 10 59 40 53

Benoit GASPARETTI : tél. 06 81 29 36 88 - Vtt Fun Club

Madeleine GASPARETTI : tél. 06 71 59 74 06 – Vtt Fun Club

Gilles PIERSON : tél. 06 42 82 79 37 – Les Baroudeurs de Ligny

Alexis ZENON : tél. 03 29 88 32 42 – SAV Verdun - Président du Comité Départemental de Meuse

Nous donnons rendez-vous à tous les stagiaires et encadrants le lundi 8 février à la Base de Plein Air à ST MIHIEL à 8 h30 en tenue de vélo (trial).

Fin du stage : mercredi 10 février à 17 h

Benoit GASPARETTI, Président de la Commission VTT du Comité de Meurthe et Moselle