

Formation Consolidation des habiletés de base (2024)

Nous vous offrons la formation consolidation des habiletés de base à vélo. Celle-ci vise à améliorer certaines habiletés pour rendre nos sorties plus agréables et sécuritaires.

Les sujets traités sont les suivants:

- Comment faire une vérification rapide de son vélo
- Explication sur le fonctionnement de la transmission
- Positionnement de base
- Démarrer efficacement
- Comment freiner
- Contrôle du vélo à basse vitesse
- Changement des vitesses en roulant
- Négocier un virage
- Comment signaler en roulant
- Parcours d'intégration des différents éducatifs sur circuit fermé
- Période de question avec les participants

Le Club absorbe les coûts de cette formation théorique et pratique de 2 heures. (avec votre vélo)

Formateur: Daniel Cyr

Date: 7 -14 et 16 mai 2024 beau temps mauvais temps

Prévoir votre habillement Heure: 10h30 à 12h30 Lieu: Parc Blanchard

Nombre maximum de participants:40