

Chers clubs breilliens,

Dans le cadre du Plan national de détection VTT, le comité départemental d'Ille-et-Vilaine organise le niveau 1 à destination de ses licenciés. La date retenue est le :

SAMEDI 05 FÉVRIER 2022, de 9h30 à 16h30

et se tiendra à :

VÉLO CLUB DE LAILLÉ
(3, rue de Bréhat– 35890 LAILLÉ)

Pour y participer, chaque club intéressé établira une liste de priorité (potentiel déjà repéré et saison orientée en « VTT CROSS-COUNTRY ») afin de limiter la participation totale et ouverte aux cyclistes des catégories :

MINIMES FILLES/GARÇONS + CADETTES ET CADETS
(INSCRIPTION PAR LES CLUBS À L'ADRESSE : ctd35cyclisme@gmail.com **jusqu'au 29/01/2022**).

Chaque jeune devra prévoir pour cette journée :

- 1 tenue de sport
- Tenues vététiste pour les tests spécifiques XC
- Sa licence 2022
- Casque et autres effets personnels du pilote
- Nécessaire de réparation (chambres à air, démonte-pneu, pompe, multi-outils)
- Epingles à nourrice pour dossards
- Panier repas du midi
- VELO DE CROSS-COUNTRY EN PARFAIT ÉTAT DE FONCTIONNEMENT
- **NB : pédales plates pour les Minimes durant les tests spécifiques**

DÉROULÉ :

Matin : tests généraux (détente verticale, force des bras, souplesse, test d'endurance de type « navette ») au local du VC Laillé.

Après-midi : tests spécifiques à VTT Cross-country (Wheeling, manual, bunny-up, franchissement de marche en montée, franchissement de marche en descente, saut de table) qui seront réalisés à la carrière de Laillé (lieu-dit « La Roche »).

À l'issue des tests de niveau 1 (Généraux + Spécifiques) et selon les résultats fournis au comité de Bretagne FFC, une sélection sera effectuée pour les tests de niveau 2.