



# BULLETIN D'INSCRIPTION

## STAGE PILOTAGE VTT

**Séjour de printemps de Gilette du 18 au 25 avril 2015**

*Le département des Alpes-Maritimes est un petit coin de paradis pour le VTT.... mais un paradis qui se mérite !*

*En plus des reliefs importants, des cols, les chemins azuréens sont assez techniques, souvent recouverts de cailloux, relativement exposés et truffés d'épingles.*

*Pour prendre un maximum de plaisir dans les montagnes des Alpes Maritimes et dévaler sans encombre ses cols, le Club des Cent Cols organise avec le concours de 1001sentiers des sessions de pilotage d'une demi-journée, encadrées par un guide-moniteur Brevet d'Etat, qui seront l'occasion de vous perfectionner et d'apprendre tous les fondamentaux techniques pour aborder dans les meilleures conditions de sécurité toutes les difficultés qui vous attendent sur les sentiers, et savourer par la suite plus encore les parcours proposés lors du séjour de Gilette.*

*Le stage se déroule en partie sur l'un des parcours du séjour afin de terminer celui-ci dans l'autre demi-journée. (circuit de Levens a priori)*



### **Infos pratiques Stages de pilotage Cent Cols - 1001sentiers**

- **Durée : 3h**
- **Groupes : 7 à 10 personnes par session**
- **Tarif : 30€/personne**
- **Encadrement : Greg Germain, moniteur BE VTT**
- **Matériel nécessaire : VTT révisé (vérifiez transmission, pneus, freinage), casque, gants, eau, chambre à air de rechange, motivation et bonne humeur des protections genouillères sont conseillées**

**Contenu du stage : exercices de passages d'épingles serrées, de franchissement d'obstacles en montée et en descente sur des sentiers caillouteux ou fuyants..**

NOM : .....

Prénom : .....

N° CCC : .....

Licence FFCT ou autre : .....

Bulletin d'inscription à retourner avant le 06 avril 2015

Inscription à envoyer à Gérard Birelli 22 rue du Château 37550 - SAINT AVERTIN - France

ou [gerard.birelli@wanadoo.fr](mailto:gerard.birelli@wanadoo.fr)