



VELO SPORT SEYNOIS



LA SANTE par la pratique du CYCLISME

Club labélisé « club Compétition » affilié à la Fédération Française de Cyclisme pour la pratique du cyclisme de Loisir et de Compétition en fonction de la licence individuelle signée.

1. ECOLE DE CYCLISME de 5 à 14 ans.

Apprentissage et développement des fondamentaux du cyclisme que sont la MOTRICITE, L'EQUILIBRE, La VITESSEet apprentissage de l'entretien de son vélo.

L'entraînement permettra d'aborder sereinement les compétitions des différents calendriers F.F.C Les trois blocs du dispositif interministériel qui a pour objectif de permettre à l'enfant de se déplacer de manière écologique et économique, de pratiquer une activité physique et gagner en autonomie à vélo seront progressivement mis en place. SAVOIR PEDALER. SAVOIR CIRCULER. SAVOIR ROULER A VELO.

Entraînement : Le Samedi de 14h00 à 17h00. Stade HUBIDOS. Pratique dans un milieu fermé sécurisé. (Curie)

Le Mercredi après-midi à partir d'Avril en fonction des disponibilités du site et de l'encadrement. (Même lieu)

2. CENTRE DE FORMATION JEUNES

Pour les 13 .14 . 15. 16. en fonction de leurs aptitudes et accords des parents sorties sur Route le Mercredi après-midi à partir du 1^{er} Novembre.

Pour les 11. 12. 13. 14. 15. et 16 ans le vendredi à partir du 1^{er} Octobre de 18h00 à 20h00 entraînement PISTE sur le vélodrome Olympique de TPM à Hyères.

Au niveau du centre de formation mise en pratique des fondamentaux et développement des références en milieu ouvert, LA SECURITE .LE TACTICIEN. LE CATCH. ROULER EN GROUPE. LES RELAIS .LA SANTE.....

L'objectif compétitions de ces entraînements sera développé avec harmonie.

3. POLES COMPETITIONS et LOISIR

Le POLE de Compétitions s'adresse aux Jeunes du Centre de Formation et à l'ensemble des licenciés COMPETITION du Vélo Sport Seynois.

Du fait de la modification des licences FFC les licenciés de 17 et 18 ans pourront choisir une licence ACCESS ou OPEN.

Les licenciés de plus de 18 ans pourront également choisir une licence ACCESS ou OPEN.

L'entraînement route du POLE sera encadré le mercredi après-midi.

Tous les licenciés du POLE pourront participer aux entraînements PISTE du Vendredi soir avec une priorité au titre du prêt de matériel pour les U13-U15-U17 et OPEN.

Les licenciés LOISIR pourront participer également aux entraînements Route et Piste en fonction de leurs compétences

Renseignements : Tous les mardis au siège du V.S.S de 19h00 à 20h00, Stade Municipal A.SCAGLIA et 06 81 72 65 83.