



Parcours VTT Juin 2018



Départ 8 h 30 du Château du Terral

Responsable: Patrick PASTOR: Tel 06 24 80 12 66

Patrick COBOS: Tel 06 89 95 35 68

**Sorties tous les samedi matin avec un esprit cyclotouriste
(Humilité, Camaraderie, Humour et Convivialité).**

Pour les visiteurs du site : Si vous souhaitez faire un essai avec nous sur ces parcours c'est avec plaisir que nous vous accueillerons. Pour cela il vous faut contacter un de nos responsables (voir coordonnées plus haut)

Samedi 02 / 06 :

Pas de sortie organisée les responsables effectuent une rando VTT à Millau (la caussenarde 100km)

Samedi 09 / 06 : 25 km D+ 552

Dans la grande Gardiole départ de la tortue, 28 km, 552 m dénivelé positif, 1h45 de parcours, itinéraire sur grands chemins sans difficulté et une approche du monotrace, cette sortie est basée sur une approche de la technique propre au pilotage du VTT (positions, braquets).

Samedi 16/ 06 : 25 km

Dans la petite Gardiole départ derrière aire de repos autoroute Fabrègues, 25 km, divers chemins et mono trace, descentes et montées variées, cette sortie sera basée sur les anticipations à adopter par rapport au terrain (positions, braquets, forme physique).

Samedi 23/ 06 : 25 km

Dans l'arrière pays de st Georges d'Orques, balade proposé par Thierry VALQUE, circuit surprise de moyennes difficultés, cette sortie sera basée sur la découverte de paysages hors routes.

Samedi 29/ 06 : 25 km

Dans la petite Gardiole départ derrière aire de repos autoroute Fabrègues, 32 km, montée jusqu'à la chapelle, divers chemins et mono trace, descentes et montées variées, cette sortie sera basée sur les anticipations à adopter par rapport au terrain (braquets, travail dans les descentes).

Cette activité VTT reste un complément au club vélo route elle se déroule le samedi matin. Elle est officiellement déclarée au club, les horaires de départ sont établis en fonction des saisons, un responsable de sortie est présent, elle reste dans la même optique que la section vélo route (convivialité, amitié, humour, esprit sportif).