



Parcours VTT Juillet 2018



Départ 8 h 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 avez envie de 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 07 / 07 :

pas de sortie organisée les responsables sont à Trièves

Samedi 14 / 07 : 25 km D+ 552

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

Samedi 21/ 07 km : 25 km

Dans la petite Gardiole départ derrière aire de repos autoroute Fabrègues, 25km, 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 28/ 07 km : 25 km

sortie au lac du Salagou, les modalités de la journée seront mise en place avec les participants à cette sortie .

Cette activité VTT reste un complément au club vélo route elles ont lieu le samedi matin elles sont officiellement déclarées au club, les horaires de départ seront établis en raison des saisons, un responsable de sortie sera présent, elle sera dans la même optique que la section vélo route (convivialité, amitié, humour, esprit sportif).