



Parcours VTT Novembre 2018



Départ 8 h 30 du Château du Terral

Responsables : Patrick PASTOR : Tel 06 24 80 12 66

Patrick COBOS : Tel 06 89 95 35 68

Sorties tous les samedis et mercredis (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, contactez un de nos responsables, c'est avec plaisir que nous vous accueillerons.

Samedi 03 / 11 :

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

Samedi 10 / 11 : 28 km D+ 552

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

Samedi 17/ 11 km: 25 km

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

Révision sur comment réparer après crevaison.

Samedi 24/ 11 km : 25 km

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

*Cette activité VTT reste un complément au club vélo route . Les sorties ont lieu le samedi et mercredi matin elles sont officiellement déclarées au club, les horaires de départ sont établis en fonction des saisons, un responsable VTT est présent à chaque sortie .**Pour les mercredis nous faisons en fonction des vététistes présents suivant les capacités de chacun.** *Suivant la météo le planning peut être modifié .**