



# Parcours VTT MAI 2019



**Départ 8h30 du Château du Terral**

**Responsables : Patrick PASTOR : Tel 06 24 80 12 66**

**Thierry VALQUE : Tel 06 27527613**

---

**Sorties tous les samedis et mercredi (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, nous vous accueillerons avec plaisir. Pour cela, contacter un de nos responsables (voir coordonnées plus haut)

---

### **Mercredi 01 / 05**

Dans la petite et grande Gardiole : travail de stabilité dans les descentes

---

### **Samedi 04 / 05**

Dans l'arrière pays de st Georges d'Orques : sortie entraînement pour la randonnée des drailles

---

### **mercredi 08/ 05**

Grande Gardiole : entraînement à la maniabilité du vélo sur le site des dinosaures, maîtriser les grandes descentes

---

### **Samedi 11/ 05**

Petite sortie sur du plat en vue de la rando des drailles le lendemain

---

### **Dimanche 12 / 05**

**Randonnée « les drailles du diable » au pont du diable (rando en équipe)**

---

**Mercredi 15/ 05**

Dans l'arrière pays de st Georges d'Orques, sortie débriefing de la rando des drailles

---

**Samedi 18 / 05**

Sortie surprise concoctée par la nouvelle équipe

---

**Mercredi 22/ 05**

Dans la petite et grande Gardiole, entrainement en monotraces exclusivement

---

**Samedi 25 / 05**

Sortie découverte du côté d'Aumelas

---

**Mercredi 29/ 05**

**Sortie déportée au salagou**

**Les mercredis nous faisons en fonction des vététistes présents et suivant les capacités de chacun**

En fonction de la météo le planning peut être modifié

**Rappel** : les activités vtt sont accessibles à tous et les sorties sont adaptées en fonction des capacités de chacun.