



## REGLEMENT ECOLE VTT 9-15 ans

---

**Le règlement suivant est complémentaire au règlement général du Club.**

### *Préambule*

Le VTT est une activité sportive et ludique qui se pratique principalement dans les chemins et sentiers en milieu naturel.

L'école de vélo du club BSC ST Germain Nuelles a pour objectif de faire découvrir cette pratique aux jeunes, de leur apprendre à maîtriser leur vélo en tenant compte des difficultés rencontrées dans le milieu naturel, d'apprendre à pratiquer une activité sportive en groupe et à entretenir son vélo pour pratiquer ce sport en toute sécurité ! L'école est ouverte aux enfants âgés de **9 à 15 ans inclus**.

### *Arrivée et départ*

- Le lieu de rendez-vous est au parking de la salle du Colombier.
- Le jeune déposé par un parent, ou par l'adulte responsable, est accompagné par lui jusqu'à prise en charge par un encadrant de l'école de VTT (nommé ci-après Encadrant). Le jeune autorisé à se rendre par ses propres moyens au club par ses parents ou de l'adulte responsable, doit se présenter à l'arrivée à un Encadrant.
- A la fin de la séance, le jeune qui a l'autorisation de partir par ses propres moyens doit informer l'Encadrant de son départ.
- Les jeunes n'ayant pas l'autorisation de rentrer par leurs propres moyens (voir feuille d'inscription), devront patienter avec un Encadrant à la fin de la séance jusqu'à l'arrivée du parent ou de la personne responsable.
- L'usage des modules VTT par les jeunes à l'arrivée au club avant la prise en charge des Encadrants et à la fin de la séance ne peut se faire que sous la responsabilité des Parents ou de l'adulte responsable.

### *Equipements*

**Il est impératif que le jeune arrive à l'école de VTT avec :**

- Un VTT en bon état (s'il ne l'est pas, prévenir directement un Encadrant)
- Un casque pour la pratique du vélo aux normes NF
- Des gants longs obligatoire,
- Des lunettes de protection (ou lunettes de vue)
- Un sac à dos ou un sac à eau (type « Camelbak »), et autres contenant pouvant être attachés au VTT et permettant de contenir :
  - un en-cas et de l'eau

- un nécessaire de réparation comprenant :

□ une pompe en état, rustines et une **chambre à air de rechange**, 2 démonte-pneus □ -1 outil multifonction adapté au vélo

- Un imperméable un cas de risque de pluie
- Un change, pour la fin de la séance, impératif lors des sorties de l'école de VTT

En cas d'équipement incomplet ou de VTT en mauvais état, l'Encadrant pourra refuser, pour des raisons de **sécurité**, de prendre en charge un jeune dans son groupe.

### *Santé et conditions physiques*

La pratique du VTT nécessite obligatoirement un certificat médical de moins d'un an. En cas de problème de santé ou de difficultés physiques temporaires particulières, le jeune et les parents en informeront l'Encadrant avant le début de la séance. Des dispositions spécifiques pourront être prises (par exemple disponibilité du parent pour récupérer le jeune en cas de difficulté durant la séance).

L'école de vélo n'est pas une garderie et l'enfant malade ne sera pas accepté au cours pour des raisons sanitaires et de sécurité.

### *Horaires et Contenu des séances*

Un planning détaillé sera fourni à l'inscription de l'enfant.

Les cours se dérouleront sur la base de 15 séances adaptées aux niveaux des enfants.

Une première séance d'évaluation permettra de répartir les enfants dans le groupe de niveau qui lui correspond le mieux ( 2 groupes de 8 enfants en moyenne en fonction du Niveau/âge)

Les séances sont effectuées le samedi matin de **9h00-10h30** et **10h30 12h00** et le samedi après midi de **13h30-15h00** et **15h00 16h30** (en option si besoin) pour une durée de **1h30**  
Une séance sera proposée le **mercredi après midi** en fonction des demandes.

L'enseignement est assuré par un moniteur diplômé.

Les séances abordent toutes les techniques du référentiel de progression type biker 1,2 et 3.  
Les 3 grands principes : Equilibre, Motricité, Conduite (Pilotage).

**A-Initiation** Evaluation initiale

- La position de base
- Changer ses vitesses
- Pédaler freiner
- Le freinage
- Le virage de base
- Régler son Vélo, l'équipement

**B-Apprentissage**

- Le Pierrer
- Le surplace
- Descente de marche
- Le freinage d'urgence
- Le Devers
- Dérapiage
- Cabrage/Franchissement Cabré
- Monter une butte
- Plonger dans une pente

### **C-Perfectionnement**

- Lever les roues av et arrière
- Le déplacement de roue
- Sortir d'une ornière
- Le wheeling, le nose wheeling
- Techniques de descente Pompage et avalement de bosse
- Virages en épingle Appel Contre Appel
- Les sauts
- Le bunny-up

### **D - Evaluation Finale Epreuve chronométrée**

#### *Contact*

**Le moniteur doit être prévenu obligatoirement, au plus tard la veille de la séance, de l'absence de l'enfant au cours.**

**Les coordonnées du moniteur seront fournies à la première séance.**

**Par défaut, les parents peuvent transmettre sur la messagerie du club l'information.**

**[www.bscstgermain.fr](http://www.bscstgermain.fr)**

## Fiche inscription Ecole Vélo BSC Saint Germain-Nuelles

Nom : ..... Prénom : .....

Date de Naissance : ..... Lieu : .....

Profession ou  
classe : .....

Adresse : .....

Code Postal : ..... Localité : .....

Téléphone domicile : ..... Téléphone portable : .....

E-mail (lisible) : .....  
@ .....

E-mail des parents pour les mineurs : .....@ .....

### Je déclare m'inscrire au BSC St Germain Nuelles et m'engage à :

- Respecter le code de la route et de la nature
- Respecter les consignes données par les responsables
- Ne pas nuire au club par ma tenue physique et morale
- Fournir un certificat médical de moins de 3 mois de non contre-indication
- Fournir 1 enveloppe timbrée avec adresse et 2 photos dont 1 à coller ici .....>
- Payer mes cotisations correspondantes aux licences et assurance Avoir pris connaissance du règlement intérieur

### AUTORISATION POUR LES MINEURS :

Je soussigné(e) ..... autorise mon enfant à s'inscrire au Club BSC St Germain-Nuelles et à participer aux activités proposées. Je m'engage à être présent avant la fin de l'activité et d'attendre le retour de mon/mes enfant(s) si l'activité se poursuit. En cas d'accident, j'autorise les responsables de l'activité à prendre, le cas échéant, toutes les mesures (traitements médicaux, hospitalisations, interventions chirurgicales) rendues nécessaires par l'état de mon enfant.

Nom et adresse du médecin traitant : .....

Téléphone : .....

**Uniquement pour les plus de 12 ans :** J'autorise mon enfant à rentrer seul après l'activité et je préviens le plus rapidement possible les responsables en cas de non retour de mon/mes enfant(s).  
(Cochez la case correspondante) Oui Non

A ..... le ..... Signature

Téléphone du responsable : ..... Portable du responsable : .....



Prix	Catégories d'âge	Licence	Adhésion club	Forfait 25 séances	Total
Ecole VTT	Jeune 9-15	20,00 €	30,00 €	160,00 €	210,00€*
Maillot Club Inclus Taille : Maillot gratuit pour la première inscription, 15 euros de participation ensuite. TOTAL / Chèque à l'ordre du BSC St Germain  Paiement en trois fois <input type="checkbox"/> ( 3 chèques 70€,70€,70€)  Date dépôt du premier mois : .....					

\* Remise 30 euros si carte Rhône Pass'.  
Remise fratrie 25 euros (cumulable)

**L'adhérent (et/ou son représentant légal) reconnaît avoir pris connaissance du règlement général ainsi que le formulaire de garantie de la licence et en accepte tous les articles.**

Pour autorisation et accord : Signature du représentant légal, précédée de la mention manuscrite "lu et approuvé"

Fait à ....., le ...../...../2019.



## Certificat médical.

Je soussigné : .....

Docteur en médecine à : .....

déclare avoir examiné (\*) Mr - Mme - Mlle : .....

.....

et le(a) déclare (\*) **APTE** - **INAPTE** à pratiquer de façon

régulière le vélo tout terrain (V.T.T.) en compétition

(\*) Rayer les mentions inutiles

Signature et  
Cachet du médecin

Fait à .....

Le ..... / ..... / 2019