

SORTIES ECOLE DE CYCLISME

Theux = Parking en face du tennis (Av. du stade)

Spa = La Fraineuse (Av. Amédée Hesse)

La Reid = Parking du Maquisard



Rappels

Il est obligatoire de porter un casque et d'avoir sur soi :

- un vélo en ordre,
- une chambre à air de rechange,
- à boire en suffisance, et de quoi manger à la pause,
- le n° de GSM du parent susceptible de venir le/la rechercher le plus vite possible en cas de coups durs ou de pépins.

En période hivernale :

- Il n'est pas impossible que les conditions atmosphériques viennent perturber ce programme et que nous soyons contraints de supprimer une de ces sorties. Si c'était le cas, chacun sera prévenu via le groupe WhatsApp le matin même.
- Il est impératif, si l'on ne veut pas (trop) souffrir du froid d'**être habillé en conséquence** : cuissard long, gants d'hiver, et surchaussures.

Nouvel Horaire à partir du mercredi 27/03 !

Nous allons anticiper et revenir, avant tout le monde, à l'horaire d'été comme certains parents à la bourre chaque mercredi nous l'ont très gentiment demandé. **A partir du mercredi 27/03, nos sorties débuteront à 14h30** pour se terminer à 17h00 au plus tard.

Programme de mars et avril

06/03	14h00 - 16h30	Theux	
13/03	14h00 - 16h30	Spa	
20/03	14h00 - 16h30	La Reid	
27/03	14h30 - 17h00	Theux	
03/04	14h30 - 17h00	Spa	
10/04	14h30 - 17h00	La Reid	
17/04	14h30 - 17h00	Theux	
24/04	14h30 - 17h00	Spa	
01/05	14h30 - 17h00	La Reid	
08/05	09h00 - 16h15	La Reid	Journée au Chafour avec la MJ, voir les « Infos Club »

COMPÉTITIONS POUR LES JEUNES



Rappels

Chaque jeune est libre de participer ou non aux compétitions, le club met à disposition 2 tonnelles.

Pour toutes les compétitions veuillez-vous informer des règles et tarifs sur les sites internet des organisations

Pour ceux qui désirent faire plusieurs courses, il est vivement conseillé de prendre une licence. Sans licence, les jeunes sont limités à seulement 3 participations, devront payer une assurance d'un jour et il faudra présenter une attestation médicale récente (ce qui n'est plus le cas avec une licence vu que le médecin a déjà apposé son paraphe sur le document de la licence).

BH Kid's Challenge (Cross-Country)

4 courses sur la journée (une par catégorie) adaptées en fonction de l'âge. La durée de celles-ci varie de 15 à 45 minutes et les difficultés techniques sont différentes. Le challenge se déroulera sur 13 manches et concerne les kids de 7 à 14 ans.

Préinscriptions obligatoires sur le site prod.chronorace.be. Infos : www.fcwb.be

23/03 Orp Jauche

30/03 Anhée

21/04 Cuesmes

04/05 Eupen

G-SKIN Wallonia Cup (Cross-Country)

3 courses sur la journée (3 catégories par course) adaptées en fonction de l'âge. Le challenge se déroulera sur 4 manches et concerne les compétiteurs à partir de 15 ans.

Préinscriptions obligatoires sur le site prod.chronorace.be. Infos : www.fcwb.be

31/03 Anhée

Belgian Ardennes Marathon Series (Marathon)

Le challenge est avant tout dédié aux adultes, mais certaines manches offrent la possibilité aux jeunes de s'essayer au marathon.

01/04 La Hallonienne

Courses de 15 (2010-2012) et 25km (2006-2009).
Infos : www.grand-halleux.be