STAGES BEYNOST BMX LA CÔTIÈRE

Vacances FÉVRIER 2020

Le Beynost BMX la Côtière (BBC) organise 4 journées de stages de BMX, à l'occasion des vacances de février 2020, ouverts à tous les pilotes

 (Adhérents ou non au BBC).

Stages encadrés par :

 **Thibault DUPONT Entraîneur du BBC et de l’équipe de DN**

Titulaire du Brevet d’État DEJEPS BMX et du BF Entraîneur Club

Ex Pilote élite de l’équipe de Division Nationale « Ain Côtière BMX »

et

**Charlotte MOROT Entraîneur stagiaire du BBC**

Pilote élite Dame de l’équipe de Division Nationale « Ain Côtière BMX »

**VENEZ VOUS PREPARER A LA PREMIERE MANCHE DU Championnat Ain-Rhône 2020, du 15 mars 2020 :**

***La Piste de Beynost a été remodelée par Damien Godet : avec création d'une section pro, les lignes 3 et 5 ont été complètement refaites ainsi que le dernier virage qui a été réalisé en PAVES.***

Lieu : piste de BMX du BBC. Chemin du Pilon 01700 Beynost.

Plan d'accès sur notre site : http://beynostbmxcotiere.fr

**STAGES FEVRIER 2020 :**

**JOUR 1 : Mercredi 26 février : Tous Pilotes, limité à 20 pilotes**

**JOUR 2 : Mardi 03 mars : Tous Pilotes, limité à 20 pilotes**

**JOUR 3 : Mercredi 04 mars : Tous Pilotes, limité à 20 pilotes**

**JOUR 4 : jeudi 05 mars : Tous Pilotes, limité à 20 pilotes**

**HORAIRES :** 9H15 – 16H30

Possibilité de déposer les enfants à 8H45 et de les récupérer à 16H45 (le préciser à l’inscription).

**PROGRAMME DES STAGES**:

- Préparation Physique

- Perfectionnement Technique

- Amélioration des Techniques de Départ

- Utilisation de la Vidéo

- Jeux

**TARIFS (\*):**

Pilote du BBC :1 jour 15 €-2 jours 25 €-3 jours 35 €-4 jours 45 €

Pilote Autres Clubs :1 jour 20 €-2 jours 32 €-3 jours 44€-4 jours 56€

Pilotes Non licenciés : 1 jour 25 € - 2 jours 40€ (avec prêt de vélo et casque possible)

REPAS TIRES DU SAC. Le BBC dispose d’un local avec point d’eau, micro-onde.

***Gouter offert par le club.***

***ATTENTION PLACES LIMITEES 20 Pilotes par jour***

***Priorité sera donné aux pilotes Beynolans et aux premiers inscrits***

**RENSEIGNEMENTS** :

Thierry Dupont  : 06 75 75 68 47 tdupont@free.fr

Thibault Dupont : 06 85 40 90 76 thib64d@icloud.com

**INSCRIPTIONS** :

\*Pour les pilotes du BBC sur le site, rubrique Calendrier – Inscriptions Stage paiement sur place le jour du stage ou mail : secretariatbbc@laposte.net

\*Pour les pilotes extérieurs par courrier postal avec leur règlement par chèque à l’ordre du BBC

Thierry Dupont 5 Hameau des Alouettes 01390 MIONNAY

**Différentes informations et/ ou conditions :**

La piste sera entièrement réservée au déroulement du stage et

fermée lors de la pause repas.

Toutes les protections sont obligatoires : casque intégral, gants, pantalon et maillot manches longues.

Vêtements de pluie et maillot de rechange.

Matériel en bon état de fonctionnement avec chambre à air et nécessaires de réparation (démonte pneu, rustines).

Licence FFC 2019. (Si Pb, nous contacter)

Le repas de midi n’est pas prévu, chaque participant assurera son intendance

**Fiche d’inscription stage BBC FEVRIER 2020**

À retourner au plus tard le 24 février 2020 avec le règlement **PAR CHÈQUE UNIQUEMENT** (à l'ordre du BBC) :

Thierry DUPONT 5 Hameau des Alouettes 01390 MIONNAY

En cas d’inscription tardive contactez Thierry Dupont au 06 75 75 68 47

Nom:…………………………………

Prénom : ………………………………

Date de naissance : .... / ... / …… Club : ….......................... Catégorie : …..................

Adresse……………………………………………………………………………………………………………………..……………………………………………………………………………………………………………………………

N°téléphone……………………………../………………………………………

Mail …………………………….@................................................................

Cochez le choix de stage :

**STAGES FEVRIER 2020 :**

**JOUR 1 : Mercredi 26 février : Tous Pilotes, limité à 20 pilotes**

**JOUR 2 : Mardi 03 mars : Tous Pilotes, limité à 20 pilotes**

**JOUR 3 : Mercredi 04 mars : Tous Pilotes, limité à 20 pilotes**

**JOUR 4 : jeudi 05 mars : Tous Pilotes, limité à 20 pilotes**

**Autorisation**

Je soussigné……………………………………………………………….

Autorise mon fils/ma fille à participer au stage organisé par le BBC

Autorise les responsables du club de BEYNOST BMX la COTIERE à faire transporter ou à transporter mon fils/ma fille

Nom :………………………………Prénom:………………………….

A l’hôpital en cas d’urgence.

Signature :

Personne à joindre en cas d’urgence :

NOM : Prénom : N° Téléphone :