



Adresse : 137 rue Maximilien ROBESPIERRE  
93600 AULNAY-SOUS-BOIS  
Tel : 01 48 66 06 07  
Email : [ententecyclistedaulnay@orange.fr](mailto:ententecyclistedaulnay@orange.fr)  
Site : [www.ententecyclistedaulnay.com](http://www.ententecyclistedaulnay.com)

### INSCRIPTIONS 2015- 2016

Inscriptions possibles toute l'année aux jours et horaires d'entraînement ou en téléphonant au 01 48 66 06 07

#### HORAIRES DES SEANCES D'ENTRAINEMENT DEBUTANTS

**Lundi** 17h00 à 18h00 Débutants : enfants et adultes désirant apprendre à faire du vélo  
Prélicenciés (nés en 2010 et après)

#### CYCLISME TRADITIONNEL ECOLE DE VELO

Reprise le 14 septembre 2015

**Lundi** 17h00 à 18h00 Prélicenciés (nés de 2010 à 2012)  
18h00 à 19h30 Nouveaux licenciés  
Poussins (nés en 2008 et 2009)  
Pupilles (nés en 2006 et 2007)  
Benjamins (nés en 2004 et 2005)

**Mercredi** 13h30 à 15h00 Nouveaux licenciés et licenciés sans compétition  
15h00 à 16h30 Licenciés avec compétition

#### MINIMES CADETS JUNIORS SENIORS

Reprise le 15 septembre 2015

**Mardi** 18h00 à 20h00 Entraînement Piste pour Minimes, Cadets, Juniors et Seniors  
**Mercredi** 14h00 Entraînement Route pour Cadets  
17h00 Entraînement Route pour Minimes  
**Jeudi** 14h00 Sortie Loisir  
**Vendredi** 18h00 à 20h00 Entraînement Piste pour les Benjamins, Minimes et Cadets sauf lorsqu'il y a des compétitions organisées par l'ECA  
**Samedi** 14h00 Entraînement Route pour les Cadets, Juniors et Seniors

#### DEMANDE DE LICENCE 2016 TARIF

DATE DE NAISSANCE	LICENCE	PRIX DE LA LICENCE	COTISATION CLUB	TOTAL	CAUTION HABILLEMENT
2004 à 2012	Ecole de cyclisme	45€	75€	120€	150€
2002 et 2003	Minimes	45€	55€	100€	150€
2000 et 2001	Cadets	45€	55€	100€	150€
1998 et 1999	Juniors (Compétition)	81€	55€	136€	150€
1997 et avant	3eme Catégorie (Compétition)	112€	55€	167€	150€
1997 et avant	Pass'Cyclisme Open	100€	55€	155€	150€
1997 et avant	Pass'Cyclisme (Loisir)	61€	55€	116€	150€
1997 et avant	Pass'Loisir	40€	55€	95€	150€
1997 et avant	Pass'Cyclo sportive	49€	55€	104€	150€
1997 et avant	Encadrement	58€	55€	113€	

S'il y a 2 licenciés de la même famille, la cotisation pour la 2ème personne est de 40 Euros

Si il y a 3 licenciés et plus de la même famille, la cotisation pour le 3ème et les autres membres de la famille est de 25 Euros par personne

#### ECOLE DE VELO

**Public concerné** : Enfants nés de 2012 (Prélicenciés) à 2004 (Benjamins)

**Lieu** : Stade du vélodrome, 137 rue Maximilien Robespierre à AULNAY SOUS BOIS

**Horaires** : **Lundi** 17h00 à 18h00 Débutants  
Prélicenciés (nés en 2010, 20011 et 2012)  
18h00 à 19h30 Nouveaux licenciés  
Poussins (nés en 2008 et 2009)  
Pupilles (nés en 2006 et 2007)  
Benjamins (nés en 2004 et 2005)

**Mercredi** 13h30 à 15h00 Nouveaux licenciés  
Licenciés sans compétition  
15h00 à 16h30 Licenciés avec compétition

**Encadrement** : Jean-Michel BRANCHEREAU (Brevet d'Etat d'Edicateur Sportif 2eme degré, option cyclisme)  
Henri BILLET (Brevet fédéral 1<sup>er</sup> degré)

**Contenu de l'activité** : Suivant les périodes de l'année et suivant l'âge des enfants, nous travaillons soit sur un plateau, soit sur un vélodrome ou sur la route (ZI des Mardelles).

Sur le plateau : freiner, rouler en groupe, rouler en danseuse, pédaler d'une jambe, se lâcher d'une main, se tenir par l'épaule, slalomer entre des quilles ou des piquets, ramasser des objets à terre, passer sous une barre, etc...

Sur le vélodrome : rouler plusieurs kilomètres sans s'arrêter à allure régulière, rouler de plus en plus haut dans les virages, faire des relais, faire des épreuves de vitesse, de courses aux points et d'élimination suivant les catégories, etc...

Sur la route : les bases du code de la route (stop, feux, rouler à droite, la priorité à droite, etc...) et les dangers de la circulation, rouler en groupe, faire des relais, rouler en aérobie

**Finalités** : au fur et à mesure des années, pouvoir se déplacer en vélo sur différents parcours en prenant du plaisir et pouvoir participer à différentes compétitions sur route, sur piste ou en cyclo-cross