



Adresse : 137 rue Maximilien ROBESPIERRE
93600 AULNAY-SOUS-BOIS
Tel : 01 48 66 06 07
Email : ententecyclistedaulnay@orange.fr
Site : www.ententecyclistedaulnay.com

INSCRIPTIONS 2016- 2017

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 de 2011 à 2013)

CYCLISME TRADITIONNEL ECOLE DE VELO

Reprise le 12 septembre 2016

Lundi 17h00 à 18h00 Prélicenciés (nés de 2011 à 2013)
18h00 à 19h30 Nouveaux licenciés
Poussins (nés en 2009 et 2010)
Pupilles (nés en 2007 et 2008)
Benjamins (nés en 2005 et 2006)

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

MINIMES CADETS JUNIORS SENIORS

Reprise le 13 septembre 2016

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 2017 TARIF

DATE DE NAISSANCE	LICENCE	PRIX DE LA LICENCE	COTISATION CLUB	TOTAL	CAUTION HABILLEMENT
2005 à 2013	Ecole de cyclisme	50€	75€	125€	150€
2003 et 2004	Minimes	50€	55€	105€	150€
2001 et 2002	Cadets	50€	55€	105€	150€
1999 et 2000	Juniors (Compétition)	86€	55€	141€	150€
1998 et avant	3eme Catégorie (Compétition)	117€	55€	172€	150€
1998 et avant	Pass'Cyclisme Open	105€	55€	160€	150€
1998 et avant	Pass'Cyclisme (Loisir)	66€	55€	121€	150€
1998 et avant	Pass'Loisir	45€	55€	100€	150€
1998 et avant	Pass'Cyclo sportive	54€	55€	109€	150€
1998 et avant	Encadrement	63€	55€	118€	

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 2013 (Prélicenciés) à 2005 (Benjamins)

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

Horaires : **Lundi** 17h00 à 18h00 Débutants
Prélicenciés (nés en 2011, 2012 et 2013)
18h00 à 19h30 Nouveaux licenciés
Poussins (nés en 2009 et 2010)
Pupilles (nés en 2007 et 2008)
Benjamins (nés en 2005 et 2006)

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

Encadrement : Jean-Michel BRANCHEREAU (Brevet d'Etat d'Eduteur Sportif 2eme degré, option cyclisme)
Henri BILLET (Brevet fédéral 1^{er} 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