



BMX ESSAIS SEPT-2025

BMX Tavaux est une Section du Club Cycliste ACDTR (Avenir Cycliste Damparis Tavaux et Région)

Découvrir le BMX

Des séances de découverte seront organisées les samedis matin 6 et 13 septembre 2025, à la piste de BMX du Bois des Vernaux, à TAVAUX. Elles sont ouvertes aux enfants et aux adultes.

Il est nécessaire de bien maîtriser son vélo, en descente et au freinage.

Il est proposé à chaque enfant, ou adulte, de faire une séance découverte un samedi matin, suivie de deux séances d'essai d'entraînement avec les autres pilotes du club, les samedi après-midi 13 et 20 septembre.

Après l'entraînement du 20, vous devrez prendre une licence si vous souhaitez poursuivre.

Horaires des séances de découverte du samedi matin : **10h00 à 10h45 pour les enfants de moins de 9 ans**

11h00 à 11h45 pour les 9 ans et +

Pour des raisons pratiques, les groupes sont limités à 8 participants. Pour être assuré de pouvoir pratiquer, Il est **impératif** de s'inscrire au préalable par mail à l'adresse suivante :

secretariat.bmxtavaux@orange.fr

en précisant : Nom et Prénom du pilote, Âge, Date choisie (6 ou 13), ainsi qu'un N° de téléphone pour vous contacter.

Conseils pratiques

Tenue : baskets, pantalon long type Jean (pas de Jogging), maillot manches longues, gants longs (Prêt possible si besoin). Le casque intégral et le vélo sont prêtés dans le cadre des essais découvertes. Prévoir une gourde d'eau.

Règles de bonne conduite pour les Parents :

Stationner sur les emplacements autorisés, **ne pas stationner sur la piste cyclable.**

Pour les 2 séances d'entraînement des samedi 13 et 20 (après la séance découverte) :

Horaires : **14h00 -15h30** **Arriver 15 minutes avant** le début de l'entraînement et se présenter à la cabane.

Pendant le mois de septembre les vélos sont prêtés ainsi que les casques. En fonction de l'affluence il est possible qu'il n'y ait pas assez de vélos BMX. Si votre enfant possède un VTT, venir avec, ainsi il pourra rouler quand même.

La section BMX loue des vélos BMX à partir du mois d'octobre, si vous êtes intéressés, le faire savoir au responsable des locations de vélo : Jean-Claude LENORMAND (qui sera présent à la piste) ou par mail à : lenormand_jeanclaudio@yahoo.fr.

La location des vélos est subordonnée à la prise de licence.

Les casques ne sont plus prêtés à partir d'octobre.

Avant tout achat de casque ou vélo, demander conseil à un entraîneur, pour la taille du vélo notamment.

Il est possible de se procurer du matériel d'occasion auprès des membres actuels qui renouvellent leur équipement.

La responsable de la section BMX : Blandine JUPILLE

Contact : secretariat.bmxtavaux@orange.fr

Site Internet de la section : bmx-acdtr.fr