

Jérôme BASSET



RANDONNÉE
HIVERNALE



RANDO



VTT - VTTAE



CANYONING



Accompagnateur en Montagne - Guide Canyon - Moniteur VTT

161 Chemin de Chabotte le Villard 38350 LAVALDENS

Port:06 89 93 50 19 - Email:basset.gse@orange.fr

Agrément éducation nationale : EPSAAM04030400031

Agrément jeunesse et sports : 03896ED2223

Web: <https://www.raquette-randonnee.com/ecolevtt.html>

Fiche technique sortie perfectionnement descente VTT à partir du télésiège de l'Alpe du Grand Serre

T

Présentation : Sortie permettant le perfectionnement au VTT de descente en montagne

Objectif : Perfectionnement des techniques de descente en VTT : amélioration des freinages trajectoire, franchissement, optimisation des vitesses, perfectionnement des équilibres.

Déroulement : . Après un temps (30mn) de vérification des bases du VTT sur un espace adapté, nous réalisons des descentes par des parcours permettant une progression du VTT de descente.

Durée : ½ journée soit environ 2h30 de pratique.

Pré requis : Avoir acquis le niveau de la sortie initiation descente VTT.

Lieu de Pratique : Alpe du Grand serre

Nombre de Participant : 8 (possibilité de faire un groupe le matin et un autre l'apm).

Public : Tout public adulte, enfants de 12 à 17 ans.

Praticable: période d'ouverture du Télésiège.

Equipement fourni: - VTT- casques- Matériel pédagogique

Matériel à prévoir: - Eau et nourriture (pique nique si sortie journée)- vêtements ne craignant rien,- coupe vent imperméable,- chaussures de type baskets- petit gant individuel.

