



Randonnée en toute sécurité et bien équipé

Informations

L'activité de l'accueil-jeunes se déroulera le samedi après-midi (hors vacances scolaires) à partir du 12 septembre de 14h à 17h. Le rendez-vous se fera au local, la Maison Pour Tous, 2 Avenue de Québec à Seichamps, sur le parking à côté de l'école Jean Lamour.

Une séance d'activité peut être annulée exceptionnellement en cas de mauvais temps, effectif d'éducateur insuffisant ou autre manifestation du cyclo Seichamps.

La pratique du cyclotourisme Route et VTT nécessite un respect de certaines règles qui permettront à nos jeunes d'évoluer avec confort et en sécurité maximale.

Un jeune mineur peut pratiquer le cyclotourisme sous la responsabilité et la présence des parents, du tuteur légal ou d'un éducateur.

L'activité se déroulera sur vélo VTT, sur les routes, voies verte, chemins forestiers et agricoles.

La circulation en groupe, sur route, demande de la discipline (utilisation du code gestuel et vocal) et le respect strict du code de la route.

Le port du casque est OBLIGATOIRE.

Nous vérifions les vélos avant chaque départ. Si l'un d'eux présentait le moindre danger pour un enfant, nous pourrions malheureusement, refuser sa participation à la sortie. Il est donc primordial que votre enfant utilise un vélo en bon état.

Matériel obligatoire pour chaque sortie :

- Vélo en parfait état de marche
- Casque aux normes CE
- Petit sac à dos
- Poche à eau dans le sac à dos ou bidon
- Un en-cas indispensable, ne jamais partir le ventre vide ! - (barre céréale, fruit sec, pâte de fruit...)
- Gilet sécurité
- Un coupe-vent léger et, le cas échéant, un vêtement de pluie (dans le sac à dos)

- **Matériel fortement recommandé :**
- Trousse de réparation comprenant au minimum :
 - 2 démonte pneus - 1 chambre à air + colle et rustines - 1 pompe
- Une paire de gants de vélo
 - légers ou mitaines pour l'été (protection en cas de chute)
 - **chauds pour l'hiver** (les mains sont particulièrement sensibles au froid, elles bougent peu)
- Une paire de lunettes de vélo, pour se protéger des insectes, des branches et du soleil (pas trop foncées pour le VTT en sous-bois)

Matériel non indispensable, mais bien pratique tout de même...:

- Un compteur (basique, avec fil, ce sera suffisant)

si vous avez besoin d'aide, les encadrants pourront vous conseiller