



Ligue des Associations Sportives Etudiantines Luxembourgeoises

League of the Luxembourg Students' Associations
Luxemburger Studentensportverband

lase@education.lu / www.lasel.lu

BIKE DAY 2015

Initiation et perfectionnement en Mountainbike JG/JF toutes catégories

Date : 29 octobre 2015 à partir de 14h00

Lieu : Baumbusch, entrée plaine des jeux

Principe : l'idée est d'initier et de perfectionner les jeunes lycéens au Mountainbike en leur proposant des exercices techniques sur différentes stations afin d'améliorer la maniabilité du vélo.

Pour ajouter un objectif compétitif, un 4X (trial éliminatoire) sur un parcours technique de +/- 200m clôturera la manifestation. Il y aura à chaque tour 4 partants dont 2 se qualifient pour le tour prochain jusqu'à la finale.

Inscriptions : en renvoyant le fichier d'inscription en annexe avant le **mardi 27 octobre 2015** à nathalie.lamborelle@education.lu.

Les enseignants-accompagnateurs accompagneront les élèves sur les différentes stations.

Equipement : tenue habituelle de sport (en fonction des conditions météo), casque, vélo VTT en bon état de fonctionnement (privé ou lycée)

Licences : la feuille de licence LASEL est obligatoire

Salutations sportives,

Nathalie LAMBORELLE
Directeur sportif « Cyclisme »



Mountainbike