



Ligue des Associations Sportives Etudiantines Luxembourgeoises

League of the Luxembourg Students' Associations  
Luxemburger Studentensportverband

lasele@education.lu / www.lasele.lu

# BIKE DAY 2016

## Initiation et perfectionnement en Mountainbike JG/JF toutes catégories

**Date** : 27 octobre 2016 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 25 octobre 2016** à [nathalie.lamborelle@education.lu](mailto: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