



STAGE HIVERNAL

Pilotes COMPETITEURS

DATE/HORAIRES

SAMEDI 18 Février : piste de **MOZAC**: 9h30 / 16h30

PROGRAMME

- Perfectionnement : -Technique
 - Technico-tactique
 - Physique (force / endurance/vitesse)
- Préparation au championnat d'Auvergne
- Analyse vidéo / correction défauts sur écran.

ORGANISATION

Encadrement:

Willy QUEYREL pilote Elite / B.E / BF3 BMX et VTT

Tarif:

20€ / pilote (*places limités*)

Inscriptions:

coach_bco@yahoo.fr / 06.82.02.66.09

Le repas sera tiré du sac / prévoir matériel de crevaison