



STAGE BMX

Dimanche 18 décembre 2016

Sur la piste de MASSY

Massy BMX 91 organise une journée de stage de perfectionnement.
Stage ouvert à tout pilotes licenciés désirant améliorer ses départs et sa puissance.
Au programme (Départ, cross training (kettlebell corde medecine ball etc)
Le stage dure 3 heures par groupe.

Horaires :

- 09h30 - 12h30 -> stage pour les - de 14 ans
- 13h30 - 16h30 -> stage pour les + de 14 ans

Prévoir des chaussures de sport, vêtements de rechange, Kway, collation, eau, des outils adaptés à votre bike et une pompe adapté à vos valves !!

Coût :

- 15€ la demi journée

Encadrement :

- Kévin SUYKERBUYK (BF2)

Renseignements et inscriptions: vinkeescabe@yahoo.com ou au 0652562086

Retourner l'autorisation parentale ci-dessous le jour du stage, accompagnée du règlement à l'ordre de VCMP BC (places limitées),

Adresse de la piste: Parc Urbain George Brassens – 91300 MASSY
VC MASSY-PALAISEAU - Section BMX

À

Je soussigné Mr, Mme.....
Adresse..... déclare inscrire
au stage de BMX du dimanche 18 décembre 2016 (si besoin, rayer la mention inutile) mon
fils, ma fille né(e) le.....
licencié(e) au club de
et autorise les dirigeants à prendre toutes les dispositions nécessaires en cas d'accident.
Domicile..... Portable..... Travail.....
E-mail (obligatoire) : Allergies , ob-
servations.....

Fait à, le.....
Signature