



école de vtt

MORZINE MOUNTAIN BIKE SCHOOL

04 50 92 95 13
alpesattitude@yahoo.fr

BIKE PARK INITIATION

Scéance de 3 heures, pratiquant occasionnel qui souhaite découvrir la pratique du VTT. Découverte des techniques de pilotages sur vélo tout suspendu avec des freins hydrolique :

virages relevés, à plat, dévers, franchissement, sauts (cabrage, bunny hop, kick, drop) trajectoires - appuis et allègements - freinages et accélérations.

À partir de 10 ans

Niveau requis : • Rouler sur les pistes vertes/bleues de bikepark.

• Virage debout + angle • Freinage court...

forfait, moniteur, vtt et protections inclus 95€

BIKE PARK PERFORMANCE

Vous avez déjà pratiqué le vtt de descente et/ou connaissez les bases du vtt. Vous souhaitez améliorer votre technique en descente et découvrir de nouvelles pistes.

Niveau requis : • Biker 1 ou équivalent.

forfait, moniteur, vtt et protections inclus 105€

BALADE INITIATION

Balade de 2h dans le parc des Dérêches, ou sur parcours sans remontée mécanique.

Pour découvrir le VTT en douceur.

Niveau requis sur terrain plat et dégagé :

• Pédaler assis sans roulettes • Freiner pour s'arreter

moniteur, vtt et protections inclus 39€

ENGAGEMENT*

1/2 journée : **110 €** jusqu'à 2 riders
(10€ par rider supplémentaires)

Journée : **200€** jusqu'à 2 riders
(10€ par rider supplémentaires)

STAGE BIKE PARK

3 séances évolutives :

• SÉANCE 1

- Prise en main des vélos ; découverte des techniques de base de pilotage descente
- Franchissement, virages et freinages

• SÉANCES 2 ET 3

- Virages relevés, bosses et sauts
- Evolution vers le niveau biker 2
- Descente en pente raide, virage avec prise d'angle, sauts (cabrage, bunny hop, kick, drop)...

Stage progression 3 séances

forfait, moniteur, vtt et protections inclus 270€



BALADE FAMILIALE

Scéance de 3 heures, sortie familiale pour pratiquant occasionnel qui veulent découvrir la pratique du VTT en montagne, initiation aux techniques de pilotage sur des itinéraires faciles, pente moyenne avec remontée mécanique

Niveau requis sur pentes douces sans obstacle (à partir de 8 ans et groupe de 4 pers. mini)

- Rouler d'une seule main
- Tenir debout sur les pédales
- Freiner sans s'arreter • Changer les vitesses

forfait, moniteur, vtt et protections inclus 59€