

COURS DE VÉLO DE MONTAGNE

COURS EN GROUPE

COURS INITIATION



POUR QUI? : Toute personne qui souhaite s'initier au sport et qui veut partir sur de bonnes bases. Pour les 13 ans et +.

CE QUI EST COUVERT DANS LE COURS : La vérification d'avant-départ du vélo, technique de changement de vitesses, technique de freinage, positionnement en descente et montée, techniques de virage, etc.

COURS EN GROUPE
(MIN. 4 PERSONNES, MAX. 8 PERSONNES)

35\$^{+Tx}

Quand: 3 samedis à 9h
11 juillet, 25 juillet, 8 août

Endroit: Secteur Shannahan

Durée: 3h00

CLIQUEZ ICI
Pour consulter les disponibilités des cours de groupe

COURS PRIVÉS

COURS DÉBUTANT



POUR QUI?: Toute personne qui souhaite s'initier au sport et qui veut partir avec de bonnes bases.

CE QUI EST COUVERT DANS LE COURS: La vérification d'avant-départ du vélo, technique de changement de vitesses, technique de freinage, positionnement en descente et montée, techniques de virage, etc. Personnalisé selon les besoins.

COURS INTERMÉDIAIRE



POUR QUI?: Toute personne qui est à l'aise sur son vélo et qui roule de façon occasionnelle, mais qui souhaite améliorer ses techniques.

CE QUI EST COUVERT DANS LE COURS: Formation davantage axée sur les techniques de virage (berms et virage à plat) et la manière d'aborder des obstacles. Personnalisé selon les besoins.

COURS D'INITIATION AU SAUT/DROP ET PERFECTION DES VIRAGES



POUR QUI?: Toute personne qui souhaite approfondir ses techniques de saut. Doit au préalable être à l'aise dans les pistes intermédiaires.

CE QUI EST COUVERT DANS LE COURS: Vérification avant-départ des vélos et ajustements des suspensions. Technique approfondie du «manual» et du «bunny hop» pour se diriger vers les sauts et drops. Personnalisé selon les besoins.

COURS PRIVÉS (MAX. 4 PERSONNES)

Quand:

Les vendredis du 3 juillet au 7 août
9h00 à 11h30 | 12h00 à 14h30 | 15h00 à 17h30

Les samedis 11 juillet, 25 juillet et 8 août
12h30 à 15h00

1 personne 125\$^{+Tx}

2 personnes 150\$^{+Tx}

Endroit: Secteur Shannahan

Durée: 2h30

3 personnes 175\$^{+Tx}

4 personnes 200\$^{+Tx}

VEUILLEZ COMMUNIQUER AVEC NOUS (CLIQUEZ ICI)

Pour tous renseignements ou pour réserver les cours privés.



HUGO BEAUMIER, INSTRUCTEUR PMBIA

Hugo est sans l'ombre d'un doute un grand passionné qui se plaît à transmettre, avec humour et simplicité, son enthousiasme. La pratique des sports de plein air, dont le vélo de montagne, est pour lui un mode de vie. Il oeuvre pour notre organisation depuis plusieurs années et contribue grandement à accroître l'expertise de notre équipe dans cette discipline. Bachelier du bac en plein air et tourisme d'aventure à l'UQAC, Hugo coordonne maintenant les opérations touristiques touchant au vélo de montagne dans la Vallée Bras-du-Nord.

CONDITIONS GÉNÉRALES

- Réservation requise
- Location d'un vélo et accès aux sentiers non-inclus
- Taxes en sus

* Les cours sont donnés par un instructeur certifié PMBIA (Professional Mountain Bike Instructors Association).

