



CLUB
OMNISPORTS
DE VALBONNE



TOUT NIVEAU



COURS VTT ADULTES

LES JEUDIS -18H00/19H30

RDV VALBONNE / SOPHIA

SORTIES A LA "CARTE"
ENCADRÉES PAR UN
MONITEUR

04.92.94.33.43
COV-VALBONNE.ORG

COURS VTT ADULTES

Le COV vous propose des séances « à la Carte » sans engagement...
Choisissez votre sortie thématique selon votre niveau et vos envies.
Les cours sont encadrés par un professionnel qui vous apportera des
conseils techniques pour progresser quelque soit votre niveau.

Jeudi 21/09 : Aisance et
confiance (position de base,
mobilité, équilibre, freinage...).

*Débutant et +
VTT et VTTAE*

Jeudi 28/09 : Franchissement de
marches en descente.

*Tout niveau
VTT et VTTAE*

Jeudi 12/10 : Découverte du
spot de Valbonne / Bruguet.

*Initié + et perf
VTT et VTTAE*

Jeudi 19/10 : Bonne utilisation
du VTTAE et rando secteur
Valmasque.

*Débutant ++
et perf
VTTAE*

Autres dates à venir...



Renseignements et réservations:
Club Omnisports de Valbonne
04.92.94.33.43
accueil@cov-valbonne.org

*15€ / séance
18h/19h30*