

# VTT & MONTAGNE



## Objectifs

Allier l'initiation et la pratique du VTT à la découverte d'un environnement rural et montagnard :

- Progresser à son rythme dans une activité technique et ludique
- Apprendre à se responsabiliser et se fixer des limites en faisant attention à soi, aux autres et au matériel
- Découverte de la montagne et de l'environnement alpin lors de sorties extérieures

## Déroulement du séjour

4 séances/élèves en demi-groupe ou en classe entière en abordant les thèmes suivants :

- Initiation au VTT et découverte du centre avec un encadrant spécialisé puis évolution sur des circuits balisés.
- Sensibilisation aux règles de sécurité, à la météo, aux premiers secours, etc.
- Préparation à la randonnée en demi-journée : équipements, matériel de réparation et d'entretien, connaissance des vélos et de leur entretien.
- Randonnée à la journée ou demi-journée accompagnée par un AMM et explications des particularités de la faune et de la flore alpines.

*Maîtrise préalable du vélo nécessaire et indispensable pour l'activité VTT.*



### Informations pratiques :

Public : Maîtrise du vélo  
Période : Printemps et Automne  
Tarif de base/élève : 276€

