

# -Stage de Perfectionnement en monocycle Trial et Freestyle 2017-

*Association Cirqu'en Retz*  
Vacances de Printemps du 18 au 22 Avril 2017  
A St Brévin les Pins

à partir de 11 ans et selon le niveau minimum requis par discipline

## Stage de perfectionnement Freestyle

De 10H à 13H Salle de Tennis de Table de St Brévin les Pins, avec possibilité de rouler l'après midi dans la salle jusqu'à 17H30 (sauf le samedi voir plus bas)

**Tarif** : 90 euros / 75 euros Adhérent

Apprentissage technique de la pratique du freestyle

**Niveau minimum requis**



### Base Level 3 (Niveau de Base 3 IUF)

• **Ride a figure-8** (Faire un 8 en roulant, les cercles du 8 doivent avoir un diamètre de maximum 3 mètre)

• **Ride 10 révolutions backwards** (rouler 10 tour en arrière, en partant de la marche avant, rouler 10 tour de roue en arrière et repartir en avant)



## Stage de perfectionnement Trial

De 15H à 18H (montage zone et installation matériel de 14H à 15H) Salle Garot (chemin des Pinluettes à St brévin les Pins) (sauf le samedi voir plus bas)

**Tarif** : 90 euros / 75 euros Adhérent

3 niveaux d'apprentissage : débutant, expert, élite.

**Niveau minimum requis**

### Base Level 3 (Niveau de Base 3 IUF voir ci dessus)

+ savoir sauter au minimum deux palettes de haut en side-up selles devant (soit 30 cm)

## -Compétition Trial, Freestyle, street et Flat le 22 avril 2017-

Une compétition de fin de stage et ouverte à tous aura lieu le samedi dernier jour du stage l'après midi à partir de 14 heures au Skatepark de St brévin les pins (salle de tennis de table en cas de mauvais temps)

### Plus D'information :

- Les jeunes inscrits sur les stages auront la possibilité de rouler en salle sur les heures libres selon leur stage entre 10H et 17H30
- Apportez votre pique nique, un micro onde et un mini four seront à votre disposition
- Les Familles de nos adhérents peuvent accueillir les jeunes venant de l'extérieur, contactez Nicolas au 0621213034 pour plus d'information

## Inscription

Remplir la feuille d'inscription et la renvoyer par courrier ou par mail **avant le 1 mars 2017**

**Tarif avant le 18 mars 2017** : 90 euros / 75 euros Adhérent

**Tarif Après le 18 mars 2017** : 110 euros le Stage

### Contact :

Association Cirqu'en Retz  
15 allée de la trêve 44250 Stbrévin les pins  
[cirquenretz@gmail.com](mailto:cirquenretz@gmail.com) / [www.cirquenretz.com](http://www.cirquenretz.com)  
Nicolas 06,21,21,30,34  
Facebook : cirquenretz