

MAISON SPORT SANTÉ UFOLEP REZÉ

ufolep 44
TOUS LES SPORTS AUTREMENT

REMISE EN SELLE



POUR ADULTES

Gymnase Château Nord · Rezé
Allée de Provence, 44400 Rezé

GRATUIT
POUR LES
LIENCIÉ.ES
UFOLEP

20€
POUR LES
NON-LIENCIÉ.ES
UFOLEP

Inscription aux 3
séances obligatoires

15, 16 ET 17
AVRIL 2025

Deux créneaux au choix

14h00 - 16h00

OU

16h30 - 18h30

INSCRIPTION ICI



02 51 86 33 34
sport-sante-ufolep44.com
sport-sante-ufolep44@laligue44.org

Nos Maisons Sport Santé UFOLEP de Rezé et Nantes vous proposent un stage de remise en selle à vélo sur 3 séances :

15, 16 ET 17 AVRIL 2025

SÉANCE 1 : SAVOIR PÉDALER

Je maîtrise les fondamentaux du vélo : il s'agit d'acquérir un bon équilibre et d'apprendre à conduire et à piloter son vélo correctement : pédaler, tourner, freiner.

SÉANCE 2 : SAVOIR CIRCULER

Je découvre la mobilité à vélo en milieu sécurisé : il s'agit de savoir rouler en groupe, communiquer pour informer les autres d'une volonté de changer de direction et de revoir les panneaux du code de la route.

SÉANCE 3 : SAVOIR ROULER À VÉLO

Je circule en situation réelle : il s'agit d'apprendre à rouler en autonomie sur la voie publique et à s'appropriier les différents espaces de pratique.

Inscription aux 3 séances obligatoires

