



CYCLING VLAANDEREN ACADEMIE

SPRINT-BMX TRAININGEN 2024

LOCATIE: VELODROOM, Terlaemen 30, 3550 Heusden-Zolder

DATUM	UREN
DO 7 NOVEMBER	18u00-20u00
DO 14 NOVEMBER	18u00-20u00
DO 21 NOVEMBER	18u00-20u00
DO 28 NOVEMBER	18u00-20u00
DO 5 DECEMBER	18u00-20u00
DO 12 DECEMBER	18u00-20u00
DO 19 DECEMBER	18u00-20u00
DO 2 JANUARI	18u00-20u00
DO 9 JANUARI	18u00-20u00
DO 16 JANUARI	18u00-20u00
DO 23 JANUARI	18u00-20u00
DO 30 JANUARI	18u00-20u00
DO 6 FEBRUARI	18u00-20u00
DO 20 FEBRUARI	18u00-20u00
DO 27 FEBRUARI	18u00-20u00

DOELGROEP: BMX'rs en SPRINTERS U15 (M/V) + U17 (M/V) + Junioren (M/V) + U23/Elite2 (M/V) met een competitie- of recreantenvergunning van Cycling Vlaanderen.

Amateurs/masters kunnen niet deelnemen.

Maximum 30 deelnemers per sessie.

DOEL: kennismaken met de piste en -fiets, voorbereiding op bmx-seizoen en/of piste sprintwedstrijden, aanleren van technische vaardigheden sprint, fysieke trainingen.

ONLINE INSCHRIJVEN VANAF 15/09/2024 OP WWW.CYCLING.VLAANDEREN

KOSTPRIJS : € 150 voor het pakket. Inschrijving en betaling dient onmiddellijk online te gebeuren!
Een pistefiets kan ter plaatse gehuurd worden bij Sport Vlaanderen aan de inkom aan €6,50 per sessie.

AANDACHTSPUNTEN:

- Breng je eigen pistefiets mee of indien je pistefiets zal huren neem je eigen pedalen mee. Verder ook zeker je eigen koerschoenen en helm niet vergeten.
- Kom op tijd indien je een pistefiets huurt: fietsen moeten klaargemaakt worden, pedalen opgezet. Dit neemt de nodige tijd in beslag.
- Zorg dat je een minimum aan basisconditie hebt. Enkel zo gaat u een meerwaarde hebben aan het initiatiepakket.

CONTACTPERSOON:

Dominique Perissi +32 479 63 98 04 dominique.perissi@cycling.vlaanderen

CYCLING VLAANDEREN

STRANDLAAN 3 . 9000 GENT . T.09 321 90 20
INFO@CYCLING.VLAANDEREN . WWW.CYCLING.VLAANDEREN