



MÂCON *Vélo en Ville*

VELO ECOLE

Adultes / enfants accompagnés

Le vélo,
c'est pour la
vie !

Dates de la session Automne 2019 :

samedi 14 septembre	10h/11h30
samedi 21 septembre	
samedi 28 septembre	
samedi 5 octobre	
samedi 12 octobre	
samedi 19 octobre	
samedi 26 octobre	
samedi 2 novembre	



*Savoir faire
du vélo en ville...*

→ *pour les grands débutants*
→ *pour se perfectionner*

www.maconvelo.fr

Contact et participation :

Inscription en fonction des sessions proposées.
Les séances ont lieu **le samedi matin de 10h à 11h30**
Toutes les informations sont sur le site de M2v :

www.maconvelo.fr

Vous pouvez aussi nous contacter :

Adresse mail : veloecole@maconvelo.fr

Téléphone : 06 14 88 69 52

En option
Marquage &
passeport vélo
bicycode.org :
2€

La session d'environ 8 séances de 1h 30 : **40 €**
(à régler à partir de la seconde séance)

*Adhésion annuelle, prêt de vélo (casque et gilet) et
assurance **inclus**.*

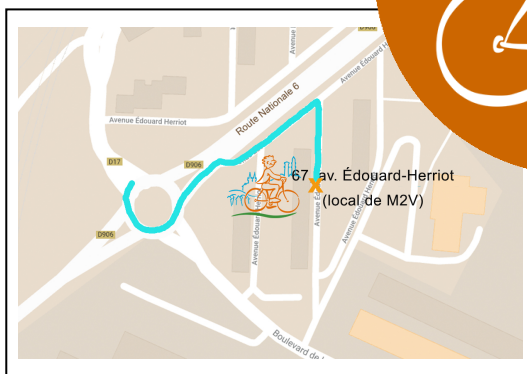
L'**encadrement** est assuré par des bénévoles de
l'association, dont deux titulaires du brevet d'Initiateur
Mobilité Vélo.

Adresse / accès :

VÉLO ÉCOLE URBAIN

Local de Mâcon Vélo
en Ville

67 av. Edouard
Herriot
71000 Mâcon



VELO ECOLE

*Savoir faire
du vélo au quotidien...*

➔ *pour les débutants :*

Il n'y a pas d'âge pour apprendre à faire du vélo. En 8 séances progressives, vous aborderez les bases de l'équilibre et de la maîtrise du vélo.

Viendront ensuite les exercices de circulation en zone protégée.

Une sortie sur piste cyclable ou voie bleue est envisagée.

➔ *pour se perfectionner :*

Vous savez faire du vélo mais vous n'osez pas circuler en ville ? En 8 séances, la vélo-école fait le point avec vous sur vos acquis et vous accompagne pour prendre confiance en vous et vous montrer les bons gestes pour circuler en toute sécurité.

Des exercices d'agilité et de réflexes sont d'abord mis en place en zone protégée, puis des sorties encadrées sont organisées en zones à faible circulation puis en centre-ville.