

## À vos marques, prêt... Moulinez!

Vous cherchez à :

- Être en forme en pratiquant une activité agréable
- Prendre soin de la planète et choisir le transport actif
- Donner la chance aux jeunes d'expérimenter un sport
- Profiter de la nature et découvrir de nouveaux paysages
- Contribuer au développement d'infrastructures sportives
- Échanger avec un groupe afin de vous motiver à l'entraînement
- Préconiser les activités sportives en famille de façon sécuritaire
- Relever des défis, vous dépasser, apprendre et partager des trucs
- Favoriser de saines habitudes de vie et développer votre passion du vélo

Embarquez dans le peloton, ensemble nous trouverons ce que vous cherchez!

Dans le respect des normes relatives au COVID-19 et en s'inspirant du plan de relance de la FQSC, nous vous avons concocté l'offre de service suivante :

Jeunes route et montagne :

- Possibilité de louer un vélo pour la saison
- Suivi de votre progression tout au long de la saison
- Entraîneurs / accompagnateurs motivés
- Entraînements en groupe au cours desquels différents aspects de la pratique du vélo sont abordés : sécurité, équipement, différentes techniques liées à la pratique du vélo : freinage, accélération, sauts, virages, sprint, sillonnage, etc.

Adultes route et montagne :

- Possibilité d'échanger sur la pratique du vélo avec des passionnés du sujet
- Adhésion à un groupe Facebook fermé afin de trouver un partenaire de sortie
- Faire la différence en matière de développement de la pratique du vélo à Rouyn-Noranda

Il est possible de vous inscrire dès maintenant sur notre [site Web](#) et d'y retrouver facilement les réponses à vos interrogations, sinon n'hésitez pas à nous contacter.

Bonne saison de vélo à tous. Au plaisir de vous croiser sur la route ou en sentier tout en respectant la distanciation physique!

**C. A. de Vélo Action Rouyn-Noranda**

**Daniel Armstrong**  
**Guy Baril**  
**Rock Desbiens**  
**Simon Drouin**  
**Philippe Gaudreault**  
**François Groleau**  
**Daniel Spalding**