

## **REGLEMENT DES ENTRAINEMENTS AUX STARTS**

### **Encadrement**

- Entraîneurs : Alexandre RENAUDE et Nicolas PIERGUIDI

ET

- Un membre du comité

### **Période**

- Du 12 mai au 30 juin 2016 soit 8 séances

### **Jours et heures**

- Les jeudis de 18h à 19h30

### **Organisation des séances**

- 20 minutes d'échauffement hors fonctionnement de la grille
- 1h de start
- 5 à 10 minutes d'étirements

### **Pilotes autorisés**

- Tous les pilotes licenciés à l'AVBM à jour de leur cotisation et de leur licence sans inscription préalable
- Conditions de participation : participer à au moins un entraînement du samedi sur deux au cours de la période d'organisation de l'action

### **Communication**

- Informations quant à la mise en place de cet entraînement par le biais d'un article sur le blog
- En cas d'annulation : par le biais d'un article sur le blog

### **Coût**

- Gratuit pour les pilotes
- Frais de fonctionnement pris en charge par le club

### **Ouverture et fermeture du site**

- Par le membre du comité présent

### **Matériel de premiers secours**

- Trousse à pharmacie sous la butte de départ

### **Tenue des pilotes**

- Protections minimum obligatoires : casque intégral, gants, genouillère si short, maillot et/ou protections à manches longues