



BROMONT

INSPIRE L'ACTION

INSPIRE L'ACTION



QUI SOMMES NOUS...

Depuis 2008, le club CNCB-BOLT représente la structure rêvée pour les jeunes cyclistes de Bromont, avec pour objectif de les accompagner dans un environnement où tous peuvent progresser, s'amuser et évoluer en toute sécurité !

Le programme de BMX accueille près de 120 membres annuellement et vise le développement d'athlètes de tous âges désirant commencer la compétition ou simplement parfaire leurs habiletés techniques en BMX.

Le Club CNCB-Bolt | BMX évolue, grâce à son propre conseil d'administration et ses bénévoles, en étroite collaboration avec le Centre national de cyclisme de Bromont.



Nos entraîneurs sont formés par la Fédération Québécoise des Sports Cyclistes (FQSC)



AU PROGRAMME...

Récréatif (1x ou 2x) : Ce cours s'adresse aux pilotes qui désirent améliorer leur technique de BMX afin de pouvoir utiliser tous les obstacles d'une piste de BMX (grille de départ, saut, section rythmique).

Développement:

Filles/Garçons* : Ce cours a comme objectif d'apprendre aux membres les techniques de course en BMX (l'horaire des cours peut être modifié par l'entraîneur).

100% filles : Ce cours a comme objectif de créer un environnement propice au développement des coureuses en BMX.

Équipe DÉVO* : Ce cours a comme objectif d'apprendre aux membres et de perfectionner les techniques de course en BMX. Chaque participant devra participer à 3 courses de calibre régional ou provincial afin de mettre en pratique les techniques acquises. (L'horaire des cours peut être modifié par l'entraîneur).

Adulte: Ce cours répondra au besoin des adultes (papa/maman) qui veulent perfectionner différentes techniques utilisées en BMX mais également utiles en vélo de montagne.

* Il est à noter qu'une évaluation présaison sera effectuée pour les catégories "Développement et Équipe DÉVO" dans l'objectif d'avoir des groupes homogènes pour les entraînements





HORAIRE...



| Groupes | Âge | Fréquence/sem. | Horaires | Début / Fin de saison | Coût Non-Résident | Coût Résident |
|--|----------------|----------------|----------------------------------|-----------------------------|-------------------|---------------|
| Équipe DÉVO Filles & Garçons | 13 et plus | 2 jours | Mardi et jeudi De 19h à 20h30 | 5 avril au 8 septembre 2022 | 365\$ | 335\$ |
| Développement 100% filles BMX | 5 à 14ans* | 2 jours | Mardi et jeudi De 17h45 à 19h | 3 mai au 25 août 2022 | 315\$ | 285\$ |
| Développement Filles & Garçons | 5 à 10 ans* | 2 jours | Mardi et jeudi De 17h45 à 19h | 3 mai au 25 août 2022 | 315\$ | 285\$ |
| Développement Filles & Garçons | 11 à 14 ans | 2 jours | Mardi et jeudi De 19h à 20h15 | 3 mai au 25 août 2022 | 315\$ | 285\$ |
| Récréatif Filles & Garçons | 5 à 8 ans* | 1 jour | Lundi De 17h45 à 19h | 2 mai au 22 août 2022 | 240\$ | 210\$ |
| Récréatif Filles & Garçons | 9 à 12 ans* | 1 jour | Mercredi De 17h45 à 19h | 4 mai au 24 août 2022 | 240\$ | 210\$ |
| Récréatif Filles & Garçons | 5 à 8 ans* | 2 jours | Lundi et merc. De 17h45 à 19h | 2 mai au 24 août 2022 | 315\$ | 285\$ |
| Récréatif Filles & Garçons | 9 à 12 ans* | 2 jours | Lundi et merc. De 19h à 20h15 | 2 mai au 24 août 2022 | 315\$ | 285\$ |
| Adultes Femmes & Hommes | 18 ans et plus | 1 jour | Jeudi De 19h à 20h30 | 5 mai au 25 août 2022 | 210\$ | 180\$ |

*Un rabais de 25\$ sera appliqué lors de l'inscription du 2^e, 3^e, 4^e ... membres d'une même famille.

*Les parents d'enfants âgés de 5 à 9 ans doivent demeurer sur le site du CNCB pendant les cours.

Inclus l'abonnement annuel aux installations CNCB extérieur (non-remboursable)



INFORMATION...

Prérequis:

Détenir une licence FQSC valide en BMX option récréative 20 po ou compétitive / UCI pour les volets développement au nom du Club CNCB-BOLT. Pour vous la procurer, visitez la section adhésion et affiliation du [site de la FQSC](#).

Matériel nécessaire

- Les cyclistes DOIVENT PORTER un équipement de protection complet comprenant :
 - Casque plein (*full face*)
 - Souliers fermés
 - Gants doigts longs
 - Des vêtements de sport adaptés à la pratique BMX (*maillot manches longues, pantalon long, bas longs*)
 - Optionnel: protections corporelles (*protection genoux/tibias, plastron*)
- Vélo de BMX en état et adapté à la pratique de la discipline



| Grandeur Pilote | Modèle BMX Course |
|-----------------|-------------------|
| <4'4" | Micro Mini |
| 4'2" - 4'6" | Mini BMX |
| 4'6" - 5'1" | Junior BMX |
| 5'0" - 5'4" | Expert BMX |
| 5'2" - 5'6" | Expert XL |
| 5'3" - 5'8" | Pro (20.5" TT) |
| 5'7" - 6'1" | XL (21" TT) |
| 5'11" > | XL, XXL |

Inclus le maillot de BMX identifié au Club CNCB-BOLT (non-remboursable)



BENEVOLAT...

Le club CNCB-BOLT veut être un club impliqué dans la communauté et une communauté vit de l'implication de tous. Il est donc demandé que nos membres et leur famille participent à un minimum de 4 heures d'activités bénévoles à travers la liste d'activités suivante :

- Corvée annuelle de la piste de BMX (mai)
- Course régionale le 21 mai
- Week-end de course de la Coupe Québec 10-11-12 juin
- Corvée d'entretien des installations de BMX

Un chèque non encaissé de 150,00 \$ par famille vous sera demandé lors de la rencontre d'essayage des maillots. Ce chèque sera déposé à la fin de la saison seulement si les 4 heures d'implication bénévole requises ne sont PAS effectuées.





CONDITIONS...

1- Je reconnais que la pratique du vélo comporte des dangers inhérents. J'accepte seul l'entière responsabilité quant à tout dommage corporel et/ou matériel, perte ou vol que je pourrais subir ou causer à autrui.

2- Je renonce à toute réclamation et dégage de toute responsabilité le Club de BMX Bromont ainsi que leur conseil d'administration, organisateurs, employés, représentants, bénévoles, sociétés commanditaires et organismes reliés de près ou de loin à l'organisation du Club BMX Bromont

3- J'autorise le Club de BMX Bromont à utiliser des photos/films sur les activités du club pour des fins publicitaires.

4- S'il y a annulation pour cause de maladie seulement, et sur présentation d'une attestation médicale, nous rembourserons le montant équivalent à la période non écoulée du calendrier, moins les frais administratifs.

5- La direction se réserve le droit de retourner un membre à la maison pendant les activités, et ce, sans remboursement si sa conduite est jugée inacceptable dans le meilleur intérêt des membres.





RESSOURCES...

Pour toute question relative au **contenu sportif** et aux **changements apportés à l'horaire** (annulation, absence) veuillez communiquer avec le Club de BMX

- Courriel à bmxcncb.ca
- Consulter la [Page Facebook.com/CNCBBoltBMX/](https://www.facebook.com/CNCBBoltBMX/)

Information sur le BMX de course: [Info FQSC](#)

