

# VTT - VTTAE COTATIONS



## Préalable :

Pour pratiquer le VTT, tout adhérent Pyrénéa a l'obligation de disposer d'une assurance couvrant le VTT.

Soit inscription avec licence FFME + option VTT ou avec licence FFRP (VTT inclus)

Soit avec une assurance personnelle (dans ce cas, nécessité de présenter une justification en début d'activité au secrétariat du club qui validera la possibilité de pratiquer le VTT).

---

Le nombre de participants à chaque sortie VTT est limité en fonction de la difficulté de la sortie et des options prises par l'encadrant. Maximum 12.  
Merci de votre compréhension il en va de la sécurité de tous.

## Niveau des sorties :

**Facile** : 20/35 km, D+ 500 m maximum, progression sur chemins et sentiers sans obstacle technique. 12 participants

**Intermédiaire** : 20/45 km, avec plusieurs possibilités de difficultés, distance ou dénivelé ou petits passages techniques. D+ 700 m maximum. Progression sur pistes et sentiers avec un peu de pente. 10 participants.

**Difficile** : 15/50 km, D+ > 700 m. Progression sur pistes, sentiers avec forte pente et passages techniques. Nombre de participants à la discrétion du meneur

---

## Recommandations :

**Equipement individuel obligatoire** : casque, gants, lunettes.

Equipement recommandé : vêtements et chaussures adaptés.

Dans le sac ( sortie à la journée ) : un multi outils, chambre à air , pompe , rustines grattoir et colle , démontes pneus, une petite pharmacie.

**Avant toute sortie vérifier son VTT :**

Positionnement, serrages (cintre, selle, roues), vérifier les embouts du cintre, bonne tenue des poignées ( ne tournent pas, ne glissent pas )

Etat des pneus et pression, efficacité des freins .

VTT-AE : vérifier la charge de sa batterie