



Saison 2017

Du samedi 22 avril au samedi 26 août

Période scolaire

Entraînement 1 fois semaine

Du samedi 22 avril au samedi 20 juin 2017

10 h à 11 h30 départ à l'Aqua Complexe

- ♦ Atome (U11) ** 2007-2008
- ♦ Pee wee (U13) 2005-2006
- ♦ Minime (U15) 2003-2004
- ♦ Cadet (U17) 2001-2002

Période estivale

Entraînements 2 fois semaine

Du samedi 24 juin au samedi 26 août 2017

Les samedis de 10 h à 11 h 30

Les mardis de 17 h 45 à 19 h15

Tous les départs à l'Aqua Complexe

- ♦ Atome (U11) ** 2007-2008
- ♦ Pee wee (U13) 2005-2006
- ♦ Minime (U15) 2003-2004
- ♦ Cadet (U17) 2001-2002

Entraîneurs certifiés du Programme national de certification des entraîneurs (PNCE)

Le coût d'inscription inclus l'affiliation récréative à Fédération québécoise des sports cyclistes (FQSC).

En sus, tous les frais de participation lors de compétitions régionales ou provinciales.

125 \$ - 1 fois semaine : samedi

160 \$ - 2 fois semaine : samedi et mardi

**une fois semaine seulement le samedi

À propos de nous

Mission du club

Promotion et initiation de la pratique du cyclisme dans un milieu fédératif sur le territoire de la ville de Drummondville.

Nous sommes un club cycliste pour les jeunes de 9 à 16 ans (+/-) qui veulent développer et raffiner leurs habiletés cyclistes.

Nous contacter

Jacques Tessier, Entraîneur

Téléphone : 819 818-1720

E-mail : j.tessier@live.ca

Conseil d'administration

Michel Couturier, Président

Éric Morissette, Vice-Président

Pierre Ferland, Trésorier

Jacques Tessier, Administrateur

Carole Degré, Secrétaire

Les inscriptions se font au

Drummondville Olympique

1380, rue Montplaisir

Drummondville (Québec) J2C 0M6



Vélocité Drummond

1380, rue Montplaisir

Drummondville

(Québec) J2C 0M6



« Viens t'amuser...et...
pédaler en sécurité ! »



Les valeurs du club cycliste Vélocité Drummond

Persévérance ♦ Relève le défi

Intégrité ♦ Fait preuve d'esprit sportif

Respect ♦ Respecte les autres

Plaisir ♦ Amuse-toi

Santé ♦ Reste en bonne santé

Équité ♦ Donne en retour



Hugo Houle - natif de Ste-Perpétue, un petit village situé au centre du Québec, Hugo a débuté sa carrière à l'âge de 9 ans en triathlon. Il a pratiqué ce sport jusqu'à l'âge de 14 ans pour se rendre compte, au fil des années, qu'il excellait davantage en cyclisme.

Àgé de 15 ans, il s'est joint au **Club Cycliste Vélocité Drummond** où il a couru durant deux saisons sur les coupes du Québec. Il a accumulé plusieurs podiums, ce qui lui a permis de se faire remarquer par les meilleures équipes juniors au Québec.

« Croyez en vos rêves, discipline et persévérance, vous mèneront au succès. »

Hugo Houle

membre de l'équipe française AG2R La mondiale



Obligatoire

- ♦ Le cycliste doit fournir son vélo, casque et de bonnes chaussures de sport.

Développement général

- ♦ Règlement de la sécurité routière;
- ♦ Éthique en vélo;
- ♦ Comment rouler seul et en groupe;
- ♦ Initiation à l'entraînement : échauffement, retour au calme, étirements;
- ♦ Alimentation, hydratation
- ♦ Habiletés cyclistes de base : Agilité, coordination, équilibre, changement de vitesse, etc.
- ♦ Habiletés mécaniques de base : Changement de crevaillon, ajustement de selle, etc.