



Une invitation 100 % VÉLO

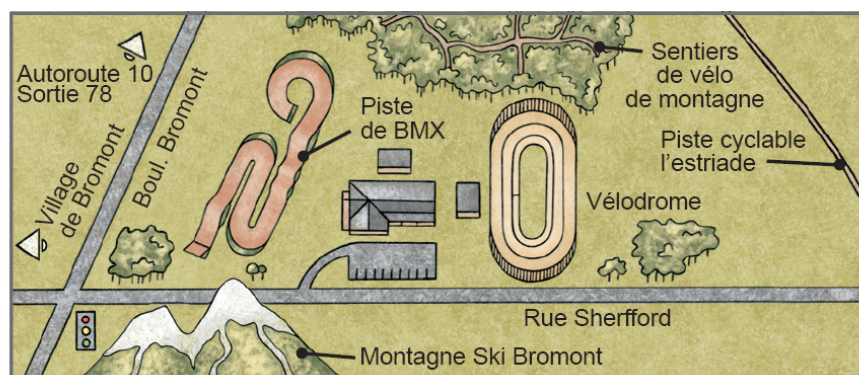
Le Centre national de cyclisme de Bromont est fier de vous annoncer que la saison de vélo est encore loin d'être terminée. Afin de terminer la saison 2006 en beauté, nous vous invitons à venir participer à l'une de nos nombreuses activités 100 % Vélo.

Profitez d'un rabais instantané de 10 % sur l'ensemble des « **Camps 100% Vélo** » offerts, sur les inscriptions reçues avant le 8 septembre 2006.

Activités d'automne 2006

- Camps 100 % Vélo
 - 100 % Descente – 15 au 17 septembre
 - 100 % Route et Piste – 29 septembre au 1 octobre
 - 100 % Famille – 6 au 9 octobre
- École 100% vélo
 - Enseignement 100% BMX – samedi 9h00 à 10h30 – 2 septembre au 21 octobre
 - Enseignement 100% vélo (BMX, cross country, descente, piste, route)
 - Entraînements vélos en salle – Automne et hiver
 - Journée cycliste pour les groupes – mai à novembre
 - Programme sports-études – septembre à juin

Le Centre national de cyclisme de Bromont s'est bâti une solide réputation au fil des années pour l'enseignement des sports cyclistes. Le Centre regroupe, sous un même toit, l'expertise et les infrastructures les plus complètes en Amérique.



LES INFRASTRUCTURES LES PLUS COMPLÈTES EN AMÉRIQUE

Centre national de cyclisme de Bromont

400, rue Sherfford, Bromont (Qc) J2L 3E7 • Tél : (450) 534-3333 • Fax : (450) 534-1563

Camp 100 % Descente – 15 septembre au 17 septembre 2006

Trip d'adrénaline assuré !

Pour les mordus de descente, clinique de perfectionnement avec des athlètes professionnels (virage, prise de saut, dérapage, choix de ligne, positionnement, sections chronométrées et filmées)

Début le vendredi à 19h00 et termine le dimanche à 16h00.

2 groupes seront formés :

- 12 à 14 ans;
- 15 ans et plus.

Forfait hébergement et repas:

- Tarif spécial : 198\$ Tarif régulier : 220 \$.

Forfait incluant le repas du midi et du soir:

- Tarif spécial : 148,5 \$ Tarif régulier : 165 \$.

Frais supplémentaires pour la fin de semaine :

- Tarif pour les remontées mécaniques: 48 \$
- Location d'un vélo de descente à la station de Ski Bromont : 150 à 180 \$
- Pour plus d'informations sur ces tarifs : <http://www.skibromont.com>

Camp 100 % Route et Piste – 29 septembre au 1er octobre 2006

Fin de semaine routard !

Venez rouler sur les magnifiques routes des Cantons-de-l'Est et sur le vélodrome des Jeux olympiques d'Atlanta sous la supervision d'entraîneurs et d'athlètes.

Début le vendredi à 19h00 et termine le dimanche à 16h00.

Ouvert aux jeunes de 12 à 16 ans.

Forfait hébergement et repas:

- Tarif spécial : 198 \$ par personne. Tarif régulier : 220 \$.

Forfait incluant le repas du midi et du soir:

- Tarif spécial : 148,50 \$ par personne. Tarif régulier : 165 \$.

Camp 100 % Vélo - 100% famille – 6 au 9 octobre 2006

Du plaisir en famille !

L'occasion de partager une passion avec votre enfant et par le fait même, de découvrir les différents sports cyclistes. Roulez en vélo de montagne, route, piste et BMX.

Début le vendredi à 19h00 et termine le lundi à 11h00.

Ouvert aux jeunes de 8 ans à 12 ans accompagnés d'un parent

Forfait : hébergement et repas:

- Tarif spécial : 198 \$ par personne. Tarif régulier : 220 \$.

Forfait : repas du midi et du soir:

- Tarif spécial : 148,50 \$ par personne. Tarif régulier : 165 \$.

Enseignement 100 % BMX – 2 septembre au 21 octobre 2006

Tous les samedis 9 h 00 à 10 h 30

Le Centre met à la disposition des adeptes des vélos BMX GT 2006, ainsi que des casques tout à fait gratuitement lors des enseignements.

Ouvert aux :

- Débutants jusqu'à intermédiaire;
- 5 ans et plus; les adultes sont les bienvenus.

Tarifification :

- Un cours : 15 \$ par jour.
- Pour une session complète : 99 \$.

École 100 % Vélo - Septembre à novembre 2006

Développez votre potentiel

Pour l'apprentissage et le perfectionnement des techniques et des habiletés reliées aux différentes disciplines cyclistes : route, montagne, piste, cyclo-cross et BMX.

- Ouvert autant pour les jeunes que les adultes;
- Cours privés ou en sous-groupe offerts;
- Équipement cycliste et vélos disponibles;
- Tarif régulier à partir de 40 \$ par personne et 25 \$ par personne supplémentaire.

Entraînements vélos en salle

Pour plus d'énergie, de vigueur et... de vitesse !

Le Centre offre encore cette année une programmation de mise en forme hivernale basée sur des exercices de vélo sur des appareils CycleOps. Rouleaux d'entraînement CycleOps Electronic avec vélo Opus et appareil calculant les pulsations, la cadence, le wattage et la vitesse.

Ces entraînements se veulent accessibles à toute la population cycliste

- 2 séances de 90 min. par semaine durant 5 semaines
- Groupe du lundi et mercredi 18h00 et 19h45
- Groupe du mardi et jeudi 18h00 et 19h45
- Tarif : 110\$ par bloc

- Tarif spécial pour 4 blocs : 330 \$

Programmation

Bloc 1 - Mise en forme sur vélo intérieur et tests physiques - 6 novembre au 7 décembre

Bloc 2 - Axé sur les aptitudes des systèmes respiratoires et musculaires – 8 janvier au 8 février

Bloc 3 - Axé sur une combinaison judicieuse d'efforts modérés et intenses – 19 février au 22 mars

Bloc 4 – Axé sur les systèmes respiratoires et l'endurance physique – 2 avril au 3 mai

Journée cycliste pour les groupes

Une activité saine, dynamique et abordable !

La journée cycliste est une activité qui se veut un moyen privilégié d'initier la population aux sports cyclistes (BMX, montagne, route et piste). Les activités sont présentées sous forme d'ateliers et agencées selon le nombre de participants.

Les journées cyclistes s'adressent aux organismes scolaires, aux municipalités, ainsi qu'aux regroupements divers désirant faire vivre une expérience cycliste inoubliable. Nos activités d'initiations s'adaptant à l'âge des participants. Pour les groupes de 8 à 60 personnes. Offert de mai à novembre.

Les activités incluses au Centre :

- Les vélos spécialisés;
- Casques;
- Accès aux infrastructures cyclistes;
- Entraîneurs et animateurs.

Entre 14 \$ à 25 \$ par personne.

Sports-études 100 % vélo

Pour vivre à 100 % sa passion

Le CNCB collabore avec l'École Massey-Vanier de Cowansville et offre un programme sports-études en sports cyclistes aux adolescents du secondaire I à V.

Pour de plus amples informations sur nos activités, veuillez nous contacter :

Caroline Couture
Coordonnatrice des opérations
Centre national de cyclisme de Bromont

Téléphone : (450) 534-3333 poste 105
Télécopieur : (450) 534-1563
Courriel : caroline@mondialduvelo.com

Centre national de cyclisme de Bromont

400, rue Shefford, Bromont (Qc) J2L 3E7 • Tél : (450) 534-3333 • Fax : (450) 534-1563