



Formule Stage	Descriptif	Week-end	Journée	1/2Journée	Divers
<b>Perfectionnement Motocross</b>	Un stage de Perfectionnement va vous permettre d'évoluer techniquement, par la réalisation d'ateliers pédagogiques. Sur l'ensemble du stage, nous travaillerons des points précis, avec un travail complet sur: La position, le freinage, l'accélération, le regard, l'inclinaison,	Premier Stage 2 jours: 100€ + accès piste  Ensuite Stage 2 jours à : 80€ + accès piste	50€ + accès piste	30€ + accès piste	<b>Formule Perfectionnement intensif:</b> 5 Stage de 2 jours : 300€ 60€/stages <b>-25%</b> + accès piste <b>Groupe de 8 Pilotes max.</b>
<b>Training Motocross</b>	Un stage Training va vous permettre sur l'ensemble du stage, un travail sur vos trajectoires, vos positions. Nous travaillerons avec un objectif, Repousser ses limites. Partiels, Chronos, Manches, Duels, Courses a l'américaine (2t/3t), Départ.	40€ + accès piste	30€ + accès piste	25€ + accès piste	<b>Groupe de 6 Pilotes max.</b>
<b>Supercross</b>	Un stage Supercross va vous permettre, de vous décontracter devant un saut, de gagner en précision, en gestion suite a la longueur du saut, en dynamisme avec un travail sur les implusions et sur vos jambes.		50€ + accès piste	30€ + accès piste	<b>Groupe de 6 Pilotes max.</b>
<b>Individuel</b>	Perfectionnement/ Training/ Supercross	sur devis	70€ + accès piste	50€ + accès piste	<b>Session sur simple demande</b> <b>4 pilotes max.</b>
<b>Séjour Training Mx Intensif</b>	Lors du séjour: -> Sport (squash, running, circuit training, streeching...) -> Moto: Motocross, Supercross, Sable Positions, trajectoires, réglages... -> Divers: Mécanique, alimentation, concentration...	<b>Du Lundi au Vendredi ou week-end</b> De 3 à 5 jours : 100€ par jour 2 jours : 125€ par jour			<b>Le Tarif comprend:</b> Stage/Hébergement/Entrées de terrain/Transport/Séances de sport. <b>De 1 à 6 pilotes</b>
<b>Séjour Training Mx Fun</b>	Lors du séjour: -> Matin Training Moto : 9h/13h (Positions, trajectoires...) -> Après-midi: Sport fun : 15h/18h Wake/Paint-ball/Acrobranche/Trampoline/Karting... -> Divers: Mécanique, alimentation, concentration...	<b>Vacances Scolaire</b> -> Pâques / Eté / Toussaint = 690€ <b>Le Tarif comprend:</b> Stage Moto / Hébergement / Entrées de terrain Transport aux activités / Séances de Sports Fun <b>Autres dates possible sur demande</b>			Les Sports Fun peuvent etres modifiés suivant les conditions climatiques <b>De 1 à 6 pilotes</b>
<b>Séjour Training Prépa-Physique</b>	Lors du séjour: -> Sport: squash, running, circuit training, cardio, VTT, RPM, abdos streeching, bains chaud/froid. -> Divers: alimentation, concentration, explication du besoin de la préparation physique pour le motocross, mise en place d'un planning de basse physique	<b>Du Lundi au Vendredi ou week-end</b> 2 jours : 240€			<b>Le Tarif comprend:</b> Hébergement/Transport Séances de sport. <b>De 1 à 6 pilotes</b>
<b>Magasin, Club Association</b>	Stage de Perfectionnement	700 €	400 €	300 €	<b>Groupe de 10 Pilotes max.</b>
<b>Initiation Motocross</b>	Découverte de de la moto Apprentissage des bases: appuis, des commandes ...	Session de 2h: Matin ou Apres-midi 30€ sans moto (moto perso) 45€ avec location Moto			<b>Groupe de 10 Pilotes max.</b>