Du 09 au 13 Mars 26

Ou

Du 20 au 24 Juillet 26

Ou

Du 02 au 06 Novembre 26

QUATRE VENTS CENTRE NATURE

FF vélo
À vélo, tout est plus beau !

STAGE MÉCANIQUE

5 Jours / 4 Nuits

À partir de **497€ *** par personne (basse saison)

* En pension complète sur la base d'une chambre Premium partagée à 2, différentes formules d'hébergement possibles sur devis.

Ce stage pour tout niveau vous rendra autonome pour la mécanique vélo de terrain et l'entretien courant de votre matériel. Vous apprendrez à démonter votre roue arrière et à réparer efficacement une crevaison, régler correctement votre transmission et approfondirez en démontant un moyeu, un pédalier ou une fourche pour un entretien parfait. Une sortie de deux heures sera dédiée à la mécanique de terrain, celles des dépannages et des astuces pour pouvoir poursuivre ou rentrer.

Programme du séjour

JOUR 1

Arrivée à partir de 16h. Brief à 18h, pot d'accueil et repas.

JOUR 2

Ateliers pratiques démonter une roue, réparer une crevaison, régler la transmission. Repas au gite. Démonter un moyeu

JOUR 3

Savoir changer ses freins, ses amortisseurs. Repas au gite. Démonter un pédalier ou une fourche pour un entretien parfait.

JOUR 4

Balade le matin pour savoir réparer en pleine sortie. Midi au restaurant. Reprise d'ateliers pratiques l'après midi. Le dévoilage des roues et l'hydraulique (freins, fourches et amortisseurs) seront aussi abordés.

JOUR 5

Petit déjeuner et fin du séjour.

Venez avec votre vélo de route ou votre VTT (possible électrique) ou louez en un du centre !