



**Ligue des Associations Sportives Etudiantines Luxembourgeoises**

**League of the Luxembourg Students' Associations  
Luxemburger Studentensportverband**

3 route d'Arion / L-8009 Strassen / G.D.-Luxembourg  
Tel.: 43 43 91 - 1 / Fax: 43 43 91 - 91  
lase@lase.lu / www.lase.lu

---

# BIKE DAY 2019

Initiation et perfectionnement en Mountainbike  
GARÇONS/FILLES toutes catégories

**24 octobre 2019  
à 14h00 au Baumbusch**

**Principe :** l'idée est d'initier et de perfectionner les jeunes lycéens au Mountainbike en leur proposant des exercices techniques sur différentes stations afin d'améliorer la maniabilité du vélo.

Les enseignants-accompagnateurs accompagneront un groupe désigné d'élèves sur les différentes stations.

**Equipement :** tenue habituelle de sport (en fonction des conditions météo), casque, vélo VTT en bon état de fonctionnement (privé ou lycée), **bidon/gourde**

**Licences :** la feuille de licence LASEL est obligatoire

NB : fin prévue pour 16 :00 h. N'oubliez pas de prévoir un bidon pour chaque élève, les petites bouteilles en plastiques ne sont plus distribuées aux élèves ! Un robinet pour remplir les bidons est sur place.

**Inscriptions :** en renvoyant le fichier d'inscription en annexe avant le **mardi 22 octobre 2019** à [welter.jean-paul@education.lu](mailto:welter.jean-paul@education.lu)

Salutations sportives,

Jean-Paul Welter  
621 221093

