



## TARIFICATION

Participation aux deux modules : 120€

Participation à un module : 60€

Pour participer, la licence de Sport Adapté est nécessaire. Elle est à ajouter au coût de l'activité (si non possédée) avec la part adhésion à l'association :

- Licence jeune non compétitive : 38€
- Licence adulte non compétitive : 43€
- Adhésion au CDSA 2607 : 23€

Carte top départ, pass'sport, coupons sport, pass région acceptés



## OÙ ÇA ?

**GYMNASE DU BOUQUET  
RUE PAUL NEGRE  
26200 MONTELMAR**



## QUAND ÇA ?

**LES MERCREDIS DE 15H30 - 16H30**

**MODULE 1 - DU 17/09/2025 AU 04/02/2026**

- DÉBUTANTS "J'APPRENDS À PÉDALER"

**MODULE 2 - DU 11/02/2026 AU 24/06/2026**

- PERFECTIONNEMENT "J'APPRENDS À CIRCULER"



## COMITÉ DÉPARTEMENTAL SPORT ADAPTÉ DRÔME ARDÈCHE



**CELINE LELIEVRE**

07.66.62.54.55

contact@cdsa2607.fr



Fédération Française  
du Sport Adapté

**Drôme - Ardèche**

**SPORT ET HANDICAP MENTAL,  
TROUBLES PSYCHIQUES OU  
TROUBLES DU SPECTRE AUTISTIQUE**

## VÉLO JEUNES ET ADULTES



“

**VOUS AVEZ ENVIE DE  
NOUS REJOINDRE ?  
ALORS PRÉPAREZ  
VOTRE VÉLO ET  
CONTACTEZ NOUS ”**

**LE CDSA 26-07**



## LES OBJECTIFS

- Maîtriser les fondamentaux du vélo
- Apprendre à piloter correctement son vélo
- Acquérir un bon équilibre
- Vaincre sa peur/son appréhension
- Circuler à vélo en toute sécurité
- Découvrir les panneaux du code de la route
- Développer l'autonomie à vélo
- Améliorer ses capacités motrices, sa condition physique
- Pratiquer régulièrement une activité physique adaptée à ses capacités



## LES SÉANCES

- Jeux ludiques et ateliers sportifs
- Conseils personnalisés
- Groupes constitués en fonction des capacités et des niveaux
- Amener son propre vélo et casque obligatoire
- Encadrement par une professionnelle diplômée en Activité Physique Adaptée

