



Chers parents,

Le stage vélo « SRAV : Savoir Rouler À Vélo » se déroulera du lundi 08 au vendredi 12 juillet 2024, en matinée (cinq séances d'une durée de 2h00).

Au cours de ces séances, votre enfant pourra perfectionner sa pratique du vélo et apprendre à se déplacer à vélo en circulation, en groupe encadré.

Il est ouvert aux enfants âgés de 8 à 11 ans sachant faire du vélo (tenir en équilibre, pédaler, s'arrêter). Attention, ce stage n'est pas adapté aux débutants !

Afin de permettre à votre enfant de progresser et d'obtenir l'attestation de participation à l'issue du stage, la participation aux cinq séances est requise.

Pour y participer, votre enfant aura besoin de :

- son **vélo** à sa *taille* et en *bon état de fonctionnement* ;
- son **casque** vélo à sa *taille* ;
- d'une **tenue adaptée** : vêtements confortables (pas de jupe longue ni de pantalon ample) ; chaussures fermées (pas de sandales, pas de tongs) ;
- d'**équipement adaptés à la météo** (veste de pluie, casquette, crème solaire, etc.),
- d'une **gourde** ;
- d'un **en-cas**.

Afin de vous aider à vérifier l'état du vélo de votre enfant, consultez les conseils ci-joints.

En cas de besoin ou de doute pour faire réviser le vélo ou si vous constatez un problème, rendez-vous dans notre atelier mécanique vélo participatif :

**Adresse** : 25 avenue Jean Jaurès à Oullins

**Horaires** (sans rendez-vous) :

- Mardis + jeudis : 14h-19h00;
- Mercredis + vendredis : 14h-17h30 ;
- Samedis : 10h-16h30

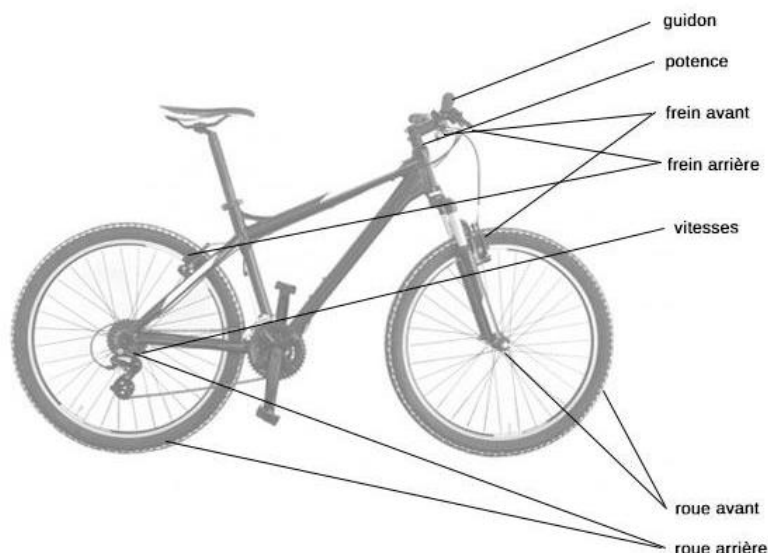
**Contact** : 07 49 93 89 06 / atelieroullins@janus-france.org

Une adhésion à l'association Janus vous sera demandée pour pouvoir utiliser le matériel (outils, pompe, pied d'atelier, etc..) et bénéficier des conseils de notre équipe.

Au plaisir de vous accueillir et d'accompagner votre enfant vers l'autonomie à vélo !

L'association Janus

Quelques conseils pour vérifier l'état de fonctionnement du vélo de votre enfant :



Points à vérifier

<b>frein avant</b>	Bloque-t-il complètement la roue avant ? Est-il facile à actionner ?
<b>frein arrière</b>	Bloque-t-il complètement la roue arrière ? Est-il facile à actionner ?
<b>roue avant</b>	Est-elle bien fixée (ne bouge pas, ne tombe pas) ? Le pneu avant est-il bien gonflé ?
<b>roue arrière</b>	Est-elle bien fixée (ne bouge pas, ne tombe pas) ? Le pneu avant est-il bien gonflé ?
<b>guidon</b>	Est-il bien serré (tourne en même temps que la roue) ? Les deux bouchons au bout des poignées du guidon sont-ils en place ?
<b>vitesses</b>	Passent-elles toutes ? Passent-elles sans déraillement ?