

Stage moto à Croix-en-Ternois (Fr.) Le 26 août 2009

Cap Moto et l'équipe des moniteurs du *Centre de Maîtrise de la Route* vous invitent le mercredi 26 août à un stage moto qui se déroulera sur le circuit de Croix-en-Ternois en France.

Il y a quelque temps vous avez suivi un stage moto organisé par le Centre de Maîtrise de la Route (www.maitriseautomobile.com). Lors de cette formation, différentes approches de la conduite moto vous ont été enseignées mais certaines n'ont pu être vues par manque de place, de temps ou tout simplement par manque « d'expérience » de votre part. Pour pallier ce manque nous vous proposons un stage « hors catégorie » ouvert à tout(e) motard(e) quel que soit le niveau de chacun(e) et indépendamment du type de moto que vous possédez (Touring, Trail, Basic, Roadster, Custom ou Sportive).

Tout en respectant la philosophie « sécurité et plaisir » des stages que vous avez suivis au CMR, nous vous prodiguerons des conseils et développerons des techniques de conduite qui vous permettront de vous sentir encore plus à l'aise et en sécurité sur votre moto.

Pour atteindre cet objectif nous avons besoin d'un outil de travail répondant aux normes d'espace et de sécurité optimale, c'est pourquoi nous avons loué en exclusivité, pour vous, la piste de Croix-en-Ternois.

Programme du stage :

Ce stage d'une journée débute à 09h00 au circuit de Croix-en-Ternois et se termine vers 18h00.

Vu l'infrastructure, l'objectif du stage sera d'allier perfectionnement et plaisir.

Perfectionnement :

Lors de différents ateliers les points suivants seront vus ou revus :

- La position : la souplesse, les appuis, les déhanchés, ...
- Le freinage : le frein avant, le frein arrière, le freinage en courbe, la rétrogradation, ...
- La trajectoire : l'improvisée, la bonne, la corrigée, ...
- La technique du regard : on la connaît mais on l'oublie aussi vite, ...

Plaisir :

Une fois ces exercices acquis, l'après-midi sera consacrée aux **sessions libres**, où chacun pourra rouler en toute sécurité sur le circuit et profiter pleinement de ses nouveaux acquis.

Sachez qu'en aucune façon, l'esprit de compétition ne sera présent lors de cette formation.

Afin de vous permettre d'évoluer le plus sereinement possible, nous établirons des groupes suivant le niveau de chacun ; débutant(e), « balade à moto » et « roule toujours ». Le stage s'achèvera à 18h00.

Aspect pratique :

La P.A.F. pour le stage s'élève à 175 € par pilote, il faut compter 20 € de plus pour un(e) passager(ère), ce prix comprend : l'encadrement par les moniteurs du *Centre de Maîtrise de la Route*, l'utilisation de la piste de Croix-en-Ternois, le service médicale (ambulance et infirmiers du circuit) et le lunch de midi servi au circuit.

N'est pas compris dans ce prix, vos boissons et celles de votre moto.

Pour s'inscrire à cette journée, il vous suffit de renvoyer le bon d'inscription ci-après avant le **20-08-2009**.

Attention les places disponibles pour ce stage sont strictement limitées à 40 personnes maximums, seules les inscriptions avec payement seront retenues.

Remarque :

Pour rouler sur le circuit, le (la) pilote et le (la) passager(ère) moto doivent obligatoirement porter un équipement de protection moto complet, casque, vêtement de protection cuir ou textile (veste, pantalon), gants et bottes montantes.

Il est exigé par les autorités françaises que quiconque montant sur la piste doit être en possession de sa « **carte européenne d'assurance maladie** », ou « **Eurocross** », carte délivrée, gratuitement, par votre mutuelle. Cette carte devra nous être montrée le matin lors des vérifications administratives. Si vous n'êtes pas en possession de la dite carte il vous sera interdit de monter sur la piste.
La P.A.F. ne comprend aucune assurance de quelle forme que ce soit. En cas de pluie, prévoyez votre équipement pneumatique ou vestimentaire en conséquence.

Les petits plus de Cap Moto :

- Si vous ne désirez participer qu'aux sessions libres de l'après-midi il vous en coûtera 55 € Le rendez-vous vous sera fixé entre 14h00 et 14h30.
- Lors du stage des photos seront prises de vos exploits celles-ci vous seront offertes gratuitement.
- En cas de soucis mécanique l'organisation pourra prendre en charge votre moto et la ramener en Belgique.

La piste de Croix-en-Ternois www.circuitdecroix.com se trouve à ±190 km de Bruxelles sur la N 39 entre Arras et Le Touquet à proximité du Saint-Pol-sur-Ternoise. Pour ceux qui désireraient arriver la veille il y a moyen de trouver à se loger dans les environs www.ternois-tourisme.com.

Pour toutes informations complémentaires contactez Pierre-Yves Mercier au 015 31 65 62 (après 20h00) ou capmoto@scarlet.be

En espérant vous (re)voir lors de ce stage, et en vous rappelant qu'en aucune façon, l'esprit de compétition sera présent lors de cette journée.

L'équipe de Cap Moto,

Bulletin d'inscription à renvoyer à Cap Moto (Pierre-Yves Mercier) avant le 20-08-2009

Hoogstraat 76 B-2570 Duffel Tél.& fax : 015 31 65 62 Mail: capmoto@scarlet.be

STAGE PREMIERE EXPERIENCE CIRCUIT 26-08-2009

Nom : Prénom : H / F
Adresse :
Code Postal : Commune :
Tél. : Fax :
E-mail :

Je m'inscris à la journée de stage et paye : 175 € en solo
 195 € en duo (175 € + 20 €)

Nom et prénom passager(ère) :

Je m'inscris uniquement aux sessions libres de l'après-midi et paye : 55 €

Niveau de conduite afin de déterminer des groupes homogènes

- je suis un(e) débutant(e) (- de 2.000 km et / ou première expérience circuit)
- je suis un(e) « balade à moto » (entre 2.000 et 12.000 km et / ou déjà roulé sur circuit)
- je suis un(e) « roule toujours » (+ de 12.000 km et / ou déjà roulé sur circuit)
- j'ai déjà suivi un (des) stage(s) moto (centre de formation ou école) :
- Nivelles Malmedy Zolder Croix-en-Ternois Beuvardes Folembay autre :

Moto possédée :

Marque : Type :

Marque : Type :

**J'effectue un virement correspondant au choix fait ci-dessus au compte:
310-0822206-23 de Cap Moto Balade Hoogstraat, 76 B-2570 Duffel
Communication : Nom + prénom + « stage 26-08-2009 »**