VTT, Préparation raid longue distance

SUAPS
UNIVERSITÉ DE LA RÉUNION

Armand HENRIETTE

UR | UNIVERSITÉ DE LA RÉUNION

SAINT-DENIS
NORD
OCÉAN INDIEN
Saint-Denis
Sainte-Marie
Sainte-Suzanne
Villa de Bois Rouge
Saint-Bernard
Aéroport Réunion-Roland-Garros
Saint-François
le Brûlé
Pointe des Galets
le Port
la Possession
Quartier-Français
Saint-André
Baie de Saint-Paul
Usine
Savannah
Sans-Soucis
le Dos-d'Âne
Plaine des Fougères
Pointe de la Rivière du Mât
Saint-Paul
le Bois-de-Nèfle
la Roche Écrite
2 277
Bras-Panon
Coopérative de Vanille-Bourbon
Cimetière marin
Cap la Houssaye
Boucan-Canot
Cap Homard
Pointe des Aigrettes
Gorges de la Bernica
la Bernica
la Petite-France
le Cimendef
2 226
Grand-Îlet
Salazie
Voile de la Mariée
Saint-Benoît
Saint-Gilles-les-Bains
Musée de Villèle
Saint-Gilles-les-Hauts
le Bélier
Piton Maïdo
2 203
Cirque de Salazie
Mare-à-Poule-d'Eau
Forêt de Bélouve
Forêt de Ravenales
Jardin d'Éden
la Saline
Cirque de Mafate
Hell-Bourg
Cascade de Takamaka
Sainte-Anne
la Saline-les-Bains
les Trois-Bassins
Piton des Neiges
3 070
le Grand Bénare
2 896
Forêt de Béboux
1 528
Grand Étang
Premier Village
Sainte-Rose
Conservatoire Botanique de Mascarin
Cilaos
Bras-Sec
2 350
Cirque de Cilaos
la Plaine-des-Palmistes
la Chaloupe
Ferme Corail
Îlet-à-Cordes
la Petite-Plaine
Deuxième Village
Piton-Sainte-Rose
Coulée de lave (1977)
Saint-Leu
Grand-Bassin
Col de Bellevue
1 606
Pointe des Cascades
Anse des Cascades
la Fenêtre
1 574
Musée Stella Matutina
Pointe au Sel
les Makes
la Plaine-des-Cafres
Bourg-Murat
Nez de Bœuf
2 136
Bois-Blanc
le Souffleur
le Tévelave
le Vingt-Troisième
Piton de la Fournaise
la Vierge au Parasol
les Avirons
l'Entre-Deux
Cratère Bory
2 632
Étang-Salé
la Rivière
le Quatorzième
le Grand Brûlé
Étang-Salé-les-Bains
Usine du Gol
Saint-Louis
Coulée de lave (1986)
Pointe de l'Étang Salé
le Tampon
Grand-Coude
Grand-Galet
le Tremblet
Aérodrome de Pierrefonds
la Plaine-des-Grègues
la Crète
Pointe de la Table
Saint-Pierre
Terre-Sainte
Usine de Grand-Bois
Petite-Île
le Baril
Pointe du Parc
Saint-Philippe
Manapany-les-Bains
Saint-Joseph
Vincendo
Langevin
Grande-Anse
graphie HACHETTE Tourisme

LES COURS

LE SAMEDI EN AVRIL
DE 7H00 à 12H00
AU MOIS DE MARS
Samedi 2 / 9 / 16 / 23 mars

8 places uniquement

LES JOURNEES

Dim 14 Avril :
MAÏDO

Dim 21 & Lundi 22 Avril :
TOUR DE L'ILE

IL FAUT VENIR AVEC

1 PAIRE DE BASKETS A LACETS

1 PAIRE DE GANTS DE VELO

1 CUISSARD

ET AUSSI

DES LUNETTES DE SOLEIL

ET UN CORDON POUR LES ATTACHER

CREME SOLAIRE

1 BOUTEILLE D'EAU

(En plastique dur)

Présentation des sports de nature

Canyon

Pagaies & eaux vives

Plongée

Trail

Voile légère

VTT

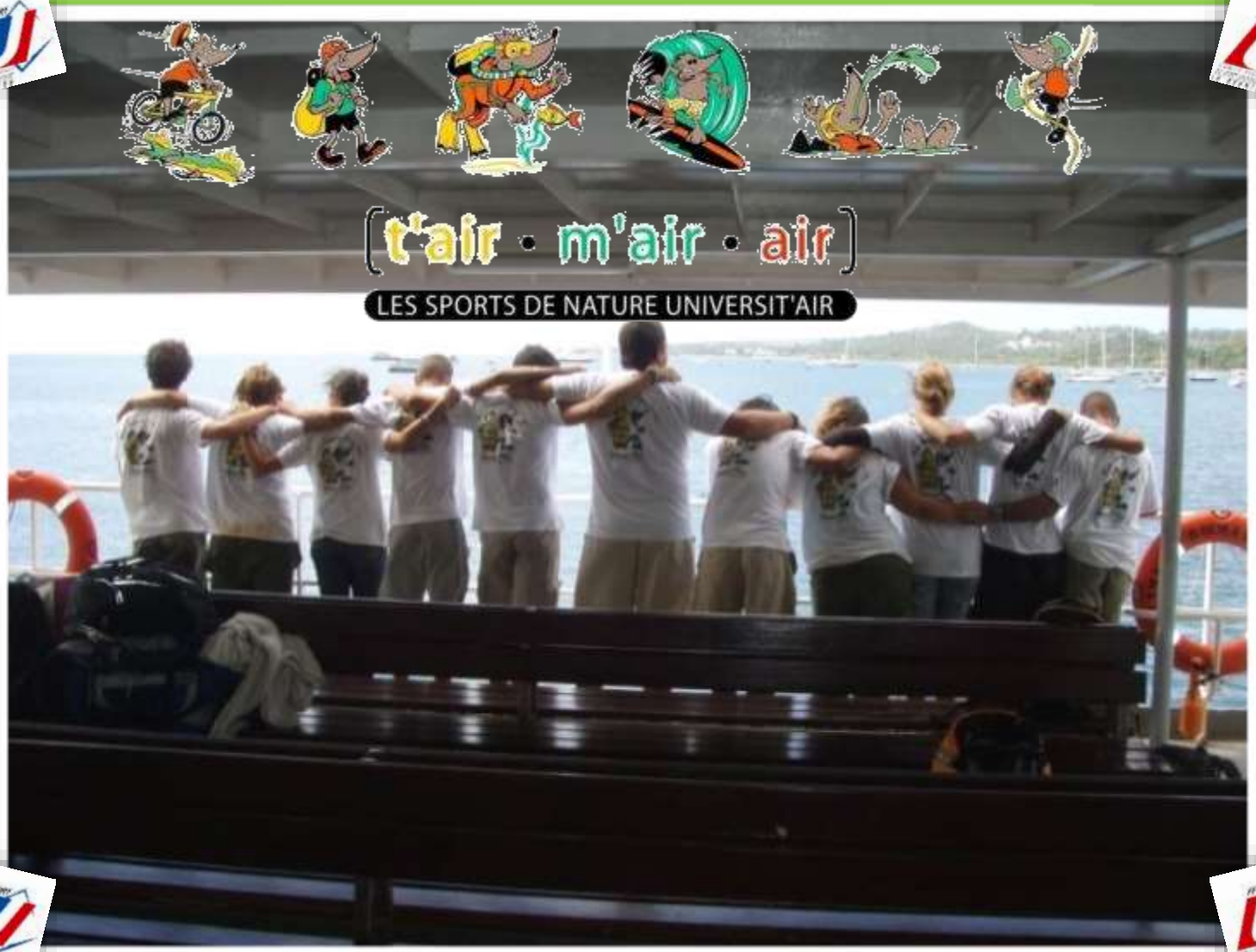
Où et quand ?

Selon planning communiqué lors de la réunion de présentation, le samedi matin de 9h à 12h00 .
Vous devez remplir une pré-inscription sur le site du suaps et assister aux réunions d'information organisées au début du semestre.
Quatre groupes sont normalement constitués, un par mois (octobre, novembre, mars et avril) et vous pouvez participer plusieurs mois, en fonction des places disponibles.

Les cours de VTT en quelques mots

Les cours de VTT ont lieu depuis le campus Nord (Moufia) selon le planning défini au début du semestre.
Ces cours ont lieu le samedi matin de 9h à 12h, au mois d'octobre et novembre (premier semestre) et au mois de mars et avril (second semestre).
Ce cours est organisé pour le semestre par le Service Universitaire des Activités Physiques et Sportives (SUAPS) de l'Université de la Réunion. Il est ouvert à tous les étudiants inscrits à l'Université, mais le nombre de places est limité.
Cet enseignement permet à tout étudiant inscrit à l'université de la Réunion (campus Nord principalement), quel que soit son niveau, de pratiquer le VTT, dans un but de développement personnel et de loisir ou dans le cadre d'une formation permettant d'acquérir des crédits libres (LMD).
Les vélos et le matériel nécessaire à la pratique (sauf gants et cuissard) sont mis à votre disposition par l'Université.
Ce cours permet d'aborder les notions suivantes : pilotage route et chemin, sortie longue distance, entretien et réparation, mécanique

CONTINUITE AVEC LES ASSOCIATIONS SPORTIVES UNIVERSITAIRES ET CIVILS



UN EXEMPLE AVEC L'ASSOCIATION

GRAND AIR

[t'air • m'air • air]

LES SPORTS DE NATURE UNIVERSIT'AIR

Association Grand AiR

STAGE ECO-CITOYEN A MADAGASCAR

BULLES SOLID'AIR

ITINIER'AIR SOLID'AIR, ROULER & BULLER

JUIN-JUILLET 2019