



## Section Rando Roller (à partir de 13 ans et adulte)

### Début des entraînements pour la saison 2022 – 2023

Premier entraînement le mardi 6 septembre 2022 à 20h00.

#### Horaires d'entraînements :

Créneau	Lieu	Catégorie
Mardi de 20h00 à 21h00	Salle verte – Saint-Orens	Débutants
Mardi de 21h00 à 22h30	Salle verte – Saint-Orens	Confirmés
Samedi de 9h00 à 10h30	Salle verte – Saint-Orens	Cours mixte : débutants et confirmés

L'heure indiquée correspond au début du cours, patins aux pieds.

**Casque obligatoire**, protège-poignets fortement recommandés.

**IMPORTANT** : la répartition des groupes de niveau (débutants ou confirmés) est sous la responsabilité de l'entraîneur. Le niveau du patineur est évalué et validé par l'entraîneur.

L'adhérent peut participer au cours du mardi soir, selon son niveau, et au cours du samedi matin, soit deux entraînements possibles par semaine.

#### Tarifs cotisation + prestation :

- **Activité Loisir :** **160,00 €**

Incluant la cotisation au club et la Licence Fédération Française de Roller Skating (FFRS)

Réductions : pour l'adhésion de plusieurs membres d'une même famille (toutes sections confondues), se référer à la Fiche d'informations générales Club du site internet.

#### Objectifs de la section

- Apprentissage de la pratique du roller pour adultes et ados (cours encadrés par des coaches diplômés).
- Se retrouver entre amis et patiner dans une ambiance conviviale.
- Se préparer à participer à des sorties urbaines du type randos-roller (familiales ou dans un cadre organisé, vois vertes)
- Se préparer à des courses à roller types semi-marathon (Lourdes-Tarbes), marathon, relais de 6 heures (Muret, Agen), 12 heures, 24 heures (Calafat - Espagne, Le Mans) toujours dans un but loisir et plaisir.

**Nom des entraîneurs :** Astrid JACOB, Frédéric DELEPORTE.

**Nom du responsable de la section :** Fabrice NOYES

**Contact :** Pour toute demande d'information sur la section rando, rendez-vous sur le formulaire du site internet du club : <http://rso.fr/contact> ou adressez un mail à : [<bureau.rando.rso@gmail.com>](mailto:bureau.rando.rso@gmail.com)