



ENSEMBLE À VÉLO



Un programme de découverte et de remise en selle pour adultes

ufolep
TOUS LES SPORTS AUTREMENT

NOTRE PROGRAMME ÉDUCATIF «ENSEMBLE À VÉLO»



INITIER ET (RE)METTRE EN SELLE DES ADULTES



une **expertise** sur les pratiques **urbaines** et **rurales**,



un **accompagnement personnalisé** des porteurs **projets** (centres sociaux...),



des **encadrements sur mesure**, adaptés aux publics et aux spécificités des territoires,

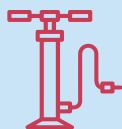


des **parcours de formations adaptés** aux bénévoles et professionnels,



un **tremplin** vers des **pratiques partagées** et **intergénérationnelles**.

Sur le modèle du dispositif «Savoir Rouler à Vélo»



10 h

de formation (selon les projets et les besoins)

3 blocs

de progression adaptés

1

Savoir Pédaler : Maîtriser les fondamentaux du vélo. Pédaler, tourner, freiner, conduire et piloter.

2

Savoir Circuler : Découvrir la mobilité à vélo en milieu sécurisé. Apprendre à rouler en groupe, se déplacer en sécurité et dans le respect du code de la route.

3

Savoir Rouler à Vélo : Apprendre à rouler en autonomie sur la voie publique, à utiliser et à partager les différents espaces de pratique.

ENSEMBLE

À VÉLO

