



 **île de France**



MINISTÈRE  
DES SPORTS

Montreuil, vendredi 19 septembre 2014.

## ENTRAINEMENTS INSEP 2014 2015

Cette année encore le comité régional d'Île de France met en place les Entraînements de l'INSEP.

Ces entraînements sont réservés aux coureurs des catégories Minimes 2, Cadets 1 et 2, ainsi qu'aux juniors 1 (licences 2015)

Ces entraînements se dérouleront de 14h30 à 17h30 les jours suivants :

- 5 - 12 – 19 – 26 novembre
- 3 – 10 – 17 décembre
- 7 – 14 – 21 – 28 janvier
- 4 – 11 février

Les entraînements seront organisés de la façon suivante :

- De 14h30 précise à 15h30 : Découverte réservée aux coureurs Mimines 2 et C1 (catégorie licences 2015)
- De 15h30 à 17h30 : Perfectionnement et entraînement des coureurs Cadets 2 et Juniors 1 (catégorie licences 2015)

## INSCRIPTIONS

Les coureurs concernés doivent s'inscrire sur papier libre, en précisant :

- Nom, Prénom, date de naissance, club.

Ce courrier doit être accompagné du règlement, soit 100 euros pour les Minimes 2 et Cadets 1, et 130 euros pour les Cadets 2 et Juniors 1, pour toute la durée des entraînements, et envoyé à l'adresse suivante :

Comité Régional de Cyclisme d'Île de France  
Inscriptions INSEP  
Vélodrome National  
1, rue Laurent Fignon  
78180 MONTIGNY LE BRETONNEUX