



AC Accompagnement

Coach VTT • Professeur de snowboard

L'œil du coach au service de votre progression

GUIDE DU PARTICIPANT

Session Technique Bike Park

Bike Skills Zone du Géant - Morgins

Bienvenue chez AC Accompagnement !

Merci votre confiance. Ce guide vous aidera à préparer sereinement votre expérience afin que vous puissiez en profiter pleinement.

À propos des Sessions Techniques Bike Park

Dates

- Vendredi 11 septembre 2026
- Vendredi 18 septembre 2026
- Mardi 22 septembre 2026
- Vendredi 25 septembre 2026

Horaires

16h00 – 18h00

Lieu de rdv

Télési du Géant – Morgins

Rendez-vous directement au pied du téléski du Géant, sur la piste du Géant

Tarif

CHF 40.– par session ou CHF 130.– pour le pack des 4 sessions

Le tarif comprend :

- 2 heures de session ;
- le coaching ;
- l'utilisation des ateliers et modules ;
- l'accès au téléski pendant la session.

Partenaires



GUIDE DU PARTICIPANT

Concept

Les Sessions Techniques Bike Park sont organisées sous forme de ride libre encadré. Pendant les 2 heures, chacun roule à son rythme sur la piste du Géant et peut profiter de différents ateliers techniques ainsi que des conseils du coach.

Les ateliers porteront sur :

Le tarif comprend :

- les virages et les appuis
- les franchissements
- l'équilibre et la maîtrise du vélo
- les modules techniques d'apprentissage
- les passages techniques de la piste
- les sauts, l'impulsion et les réceptions selon le niveau.

Les exercices sont adaptés à l'âge, au niveau et aux objectifs de chacun.

Thèmes des sessions

11 septembre - Virages & appuis

Virages à plat et relevés, regard, freinage, position et appuis.

18 septembre - Franchissements & maîtrise

Allègement, équilibre, franchissements, placement du vélo et modules techniques.

22 septembre - Préparation Valiant GP

Travail sur la piste et préparation technique avant la course. Un petit chronométrage pourra également être proposé si le matériel est disponible.

25 septembre - Sauts & fluidité

Impulsion, timing, franchissements, sauts et réceptions selon le niveau de chacun.

Chaque session peut être suivie indépendamment.

Grâce aux remontées en télésiège de la piste du Géant, vous pourrez enchaîner les descentes sans effort, répéter les exercices et progresser rapidement dans un environnement parfaitement adapté à l'apprentissage.

Partenaires



GUIDE DU PARTICIPANT

Encadrement

Les participants roulent de manière relativement autonome et peuvent rejoindre le coach sur les différents ateliers ou passages techniques pour recevoir des conseils personnalisés.

Si la participation est importante, un deuxième coach pourra être présent afin de garantir la qualité de l'encadrement.

Matériel obligatoire

- ✓ VTT en bon état
- ✓ Casque.
- ✓ Dorsale ou plastron.
- ✓ Genouillères.
- ✓ Coudières.
- ✓ Gants.
- ✓ Une tenue adaptée à la pratique du VTT et aux conditions météo .

Il est conseillé d'apporter

- ✓ Sac à dos.
- ✓ Gourde ou bouteille d'eau.
- ✓ Petit snack ou barre énergétique.
- ✓ Veste de pluie ou coupe-vent.
- ✓ Chambre à air adaptée au vélo.
- ✓ Lunettes de soleil, lunettes VTT ou masque (goggles)

Nombre minimum de participants

Une session est maintenue à partir de 4 participants inscrits.

Si ce minimum n'est pas atteint, la session sera annulée et les personnes inscrites seront informées.

En cas de mauvais temps

En cas de mauvaises conditions météo ou si l'état du terrain ne permet pas de rouler en sécurité, la session sera reportée à une date ultérieure dans la mesure du possible. Si aucun report n'est possible, les participants seront remboursés au prorata des sessions non effectuées.

Partenaires





AC Accompagnement

Coach VTT • Professeur de snowboard

L'œil du coach au service de votre progression

Une question avant votre venue ?

N'hésitez pas à me contacter si vous avez la moindre question concernant votre matériel, votre niveau ou le déroulement de votre activité.

Je me ferai un plaisir de vous conseiller afin que vous puissiez préparer sereinement votre expérience et en profiter pleinement.

Prolongez l'expérience !

Découvrez également les autres prestations proposées par AC Accompagnement :

- Sessions privées
- Camps et stages VTT
- Sorties d'entreprise

- Hébergement à Morgins

Choisissez entre *mon appartement*

Airbnb ou *l'Hôtel Helvetia*, partenaire d'AC Accompagnement.

- Location de vélos

Chez *JJ Sport*, bénéficiez de 20 % de réduction sur la location

Scannez pour en savoir plus



Au plaisir de partager cette expérience avec vous. Bon ride et à très bientôt dans les Portes du Soleil!

Arno Cambier

Coach VTT • Professeur de snowboard

☎ [+41 76 562 55 78](tel:+41765625578)

✉ a.cambier@ac-accompagnement.ch

🌐 www.ac-accompagnement.ch

Partenaires

