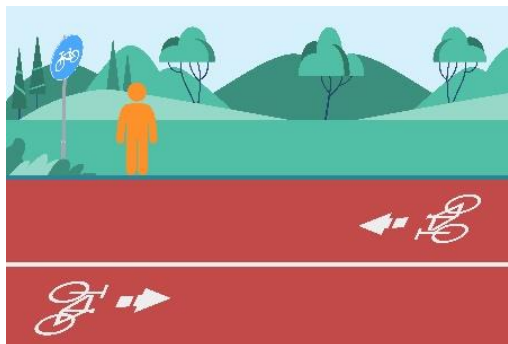


HANDOUT POUR LE PARTICIPANT : Le cyclisme. Les principes de base

1. Demander l'aide d'un tiers pour réaliser l'activité.



2. Choisissez un endroit (familier et sûr) pour faire du vélo.



3. Assurer les conditions nécessaires à la pratique du vélo.



4. Planifier la réalisation de l'activité - cyclisme



5. Rouler à bicyclette

