

Stage 100% Féminin
6 mars 2026
à Vaison Piste (71)



PROGRAMME PRÉVISIONNEL

8:00 8:30	ACCUEIL DES PARTICIPANTES	<ul style="list-style-type: none">■ Prise de contact avec le groupe autour d'un café■ Enregistrement des participantes
8 :30	BRIEFING	<ul style="list-style-type: none">■ En combinaison avec la présence des accompagnants
	■ ECHAUFFEMENT	<ul style="list-style-type: none">■ Comment s'échauffer avant de monter sur la moto
	■ POSITION DU PILOTE SUR LA MOTO	<ul style="list-style-type: none">■ Poste de pilotage
9 :00 17 :00	■ DECOMPOSITION D'UN VIRAGE COMPLET	<ul style="list-style-type: none">■ Décomposition de l'entrée du virage<ul style="list-style-type: none">- Comment placer sa moto à l'entrée d'une courbe- Comment freiner correctement- Comment gérer sa boîte de vitesse- La position à avoir■ Décomposition de la phase neutre■ Comment trouver un point de corde et l'atteindre■ Comment et où redresser sa moto■ Comment et où remettre les gaz pour avoir une bonne sortie■ Comment se replacer pour le virage suivant
	■ COMMENT SE PLACER ET GERER UN DEPASSEMENT	
	■ COMMENT GERER UN DEPART	
	■ COMMENT SE PREPARER MENTALEMENT AVANT UN DEPART	
12 :00 14 :00	PAUSE DEJEUNER	Possibilité de manger au snack du circuit
17 :15 18 :00		BILAN DE LA JOURNÉE

Pour celles qui voudraient arriver la veille, le circuit sera ouvert jusqu'à 22h.