



## Étoile Cycliste de Meyrin

c/o Alejandro SOTO MORENO  
Esplanade des Récréations 7  
1217 Meyrin

### COURS ENFANTS ECM (5-10 ANS)

#### Dates :

Printemps (retour des vacances d'avril à la fin de l'année scolaire)

22.04.2026	29.04.2026	6.05.2026	20.05.2026
27.05.2026	3.06.2026	10.06.2026	24.06.2026

Automne (rentrée scolaire aux vacances d'octobre)

26.08.2026	2.09.2026	9.09.2026	16.09.2026
23.09.2026	30.09.2026	7.10.2026	14.10.2026

**Lieu & horaire :** Quartier des Vergers et alentours,  
RDV au local EC Meyrin (Eco-Corner, Avenue de Vaudagne 3), de **14h à 16h.**

**Nombre et âge des participant.e.s :** 8 participant.e.s au maximum, de 5 à 10 ans

**Encadrant.e.s :**



*Alejandro Soto Moreno*

Enseignant DIP au Secondaire  
& Moniteur J+S Sport des jeunes

*Marie Hübner*

Enseignante DIP au Primaire

**Tarif :** 300.-/année avec cotisation incluse + t-shirt de sport ECM enfant offert

Annexes :

- Cadre & Déroulement d'un cours
- Matériel à prévoir
- Formulaire d'inscription

## Cadre des cours

Les cours de cyclisme du mercredi après-midi se déroulent dans un cadre sécuritaire, bienveillant et ludique où l'inclusion et la progression font foi. Chaque enfant est amené à se dépasser tout en s'amusant pour progresser dans la pratique du cyclisme.

Afin de garantir un cadre de progression idéal, les cours du mercredi sont donnés dans les alentours du quartier des Vergers (Meyrin), dans des espaces sécurisés et écartés du trafic motorisé. Que ce soit en forêt, dans l'herbe ou sur une place spacieuse, tous les terrains sont bons pour s'amuser !

En termes de matériel, il est recommandé de se présenter avec un vélo solide, prêt à affronter les prouesses d'agilité réalisées par votre enfant. Il est également impératif que le vélo soit en bon état. En cas de besoin, l'EC Meyrin met en place une permanence de mécanique gratuite pour ses membres. Pour les habits, préférez des tenues peu dommageables qui pourront se salir ou se mouiller. Idem pour les chaussures : solides, fermées et avec une bonne accroche si possible.

## Déroulement d'un cours

Les participant.e.s du cours enfant se présentent à 14h pour le début du cours devant le local de l'EC Meyrin, à l'éco-corner de Meyrin Village (Avenue de Vaudagne 3). Après un échauffement ludique axé sur la thématique du jour, le groupe se dirige vers un endroit adapté à la pratique du cyclisme pour s'exercer autour d'une compétence-cible.

La compétence est travaillée de manière évolutive, avec plusieurs exercices et feed-backs à la clé, jusqu'à sa maîtrise ou sa reconduction lors d'une prochaine session. Cette compétence est mise en application dès son introduction lors du tour réalisé pendant le cours du jour.

Vers la fin de l'entraînement, les participant.e.s auront l'occasion de prendre part à quelques jeux sur le vélo avant de terminer le cours par un retour au calme. Le cours se termine à 16h devant le local de l'EC Meyrin, sous réserve de légers retards en cas de problèmes mécaniques.

Annexes :

- Cadre & Déroulement d'un cours
- Matériel à prévoir
- Formulaire d'inscription

## Matériel à prévoir

- Casque (**obligatoire**)
  - Vêtements de sport peu dommages adaptés à la météo (ex. : gants, imperméable, lunettes de soleil, bonnet, etc.)
  - Chaussures fermées
  - Vélo en bon état
  - Gourde ou bouteille d'eau
  - Porte-gourde (sur le vélo) ou petit sac à dos
  - Facultatif : petit en-cas si nécessaire
- 

### Annexes :

- Cadre & Déroulement d'un cours
- Matériel à prévoir
- Formulaire d'inscription

## Formulaire d'inscription

En tant que responsable légal de \_\_\_\_\_, j'ai pris connaissance des informations relatives aux **cours enfants ECM** et y inscris mon enfant.

Coordonnées du/de la participant.e :

NOM	<input type="text"/>
Prénom	<input type="text"/>
Date de naissance	<input type="text"/>
Téléphone resp. légal	<input type="text"/>
Mail resp. légal	<input type="text"/>

- Mon enfant s'engage en tout temps à respecter les consignes de l'équipe d'encadrement et à veiller à sa sécurité personnelle et à celle du groupe lors des sorties à vélo dans la mesure de ses capacités. Il ne sera toléré aucun comportement dangereux sur la route.
- Je comprends que l'EC Meyrin ne peut être tenue responsable d'un accident et d'éventuelles blessures en cas de non-respect des consignes de sécurité ou d'un événement imprévisible sur la route.

- Aisance sur le vélo :



Allergies ou besoins de santé particuliers : \_\_\_\_\_

Date et signature du/de la responsable légal :

\_\_\_\_\_

Annexes :

- Cadre & Déroulement d'un cours
- Matériel à prévoir
- Formulaire d'inscription