

Livre

Auteur(s) : Rabatel, Bertrand (Auteur) ;Francillon, Jacques-Marie (Illustrateur) ;Katarincek-Rochat, Pierre (Illustrateur)

Titre(s) : Piloter son VTT [Texte imprimé] / Bertrand Rabatel ; photos, Jacques-Marie Francillon ; dessins, Pierre Katarincek-Rochat.

Editeur(s) : Grenoble : Glénat, impr. 2009 (38-Eybens : Impr. des 2 Ponts).

Résumé : Ce livre s'adresse aussi bien aux nouveaux pratiquants qu'aux personnes qui roulent depuis plusieurs années. A travers huit chapitres, vous découvrirez les secrets pour vous faire plaisir quel que soit votre niveau: rouler sur les racines, sortir d'une ornière ou plus tard sauter par-dessus un obstacle, ancrer son VTT dans une courbe... Les techniques sont décortiquées et expliquées avec un langage simple. Des idées d'exercices sont données pour ceux qui veulent s'entraîner. Enfin, l'auteur a mis en évidence les astuces et les points importants qui vous permettront de progresser rapidement, notamment avec des photos de qualité et des illustrations explicites. Un chapitre sur le matériel vous explique comment optimiser votre VTT et faire les bons choix pour être plus à l'aise et faciliter votre apprentissage. Les aspects mécaniques sont également abordés (entretien et réparations courantes) pour vous éviter tout souci. L'objectif de cet ouvrage est de vous faire aimer le VTT en le maîtrisant correctement. Car si beaucoup de personnes pensent savoir faire du vélo, le VTT reste une activité technique tout en étant accessible. A la lecture de ce livre, vous aurez une autre vision du VTT: celle d'un jouet capable de vous emmener découvrir des terrains de jeu ludiques et magnifiques, tels que la nature nous les offre. Là, seule votre maîtrise technique comptera pour prendre du plaisir...

Notes : La couv. porte en plus : "initiation, perfectionnement, sécurité, mécanique". - Lexique.

Sujet(s) : Vélo tout terrain (sport) ** Guides pratiques et mémentos



Exemplaires

Bibliothèque	Espace	Emplacemen t	Support	Cote	Utilisation	Situation	Date de retour	Consultation
Saint- Corneille	Jeunesse		Livre	796.6 RAB	Prêt normal	En rayon		