

**H RS  
CATEG RIE**



# HORS CATÉGORIE

Situé à l'entrée de la Forêt de Soignes, Hors Catégorie est le camp de base de notre club cycliste (affilié à la fédération de cyclisme Wallonie Bruxelles), point de départ et d'arrivée des diverses sorties à vélo et entraînements que nous proposons. Mais inutile d'être membre de notre club pour venir y boire un verre, profiter de son atmosphère si originale et de sa terrasse!

## QUOI ?

Hors Catégorie a ouvert à Dohme un point de rencontre pour les cyclistes et amoureux de la nature, dans l'ancienne Petite Tribune. Un refuge ouvert à tous, cyclistes, randonneurs, promeneurs, joggers, et autres amis quadrupèdes où on trouve cafés de spécialité, boissons, encas, accessoires vélo, vêtements, ainsi qu'un petit atelier de réparation, une station de lavage vélo, et bien sûr une terrasse ensoleillée. Hors Catégorie propose deux types d'activités dans son offre teambuilding:

- Des sorties routes, gravel / VTT en petit groupe encadré.
- Des initiations à la mécanique vélo.

## POURQUOI ?

Parce que revenir à des choses essentielles et retrouver un contact avec la matière et la nature est très régénérant. Quoi de plus satisfaisant que de créer soi-même les objets dont on a toujours rêvé pour notre quotidien.

## COMMENT ?

- **Sorties:** Les sorties avec un moniteur agréé sur route, chemin et/ou sentiers de forêt / plusieurs niveaux possibles (de débutant à confirmé), location de VTT / Gravel/vélo de route en option.
- **Mécanique:** Initiation aux bases de l'entretien, à la compréhension du fonctionnement d'un vélo, et les premiers gestes de réparation.

## POUR QUI ?

- sorties: pour qui veut découvrir la pratique du vélo en groupe, ou qui n'ose pas s'aventurer sur les magnifiques sentiers de la Forêt de Soignes.
- Mécanique: pour qui souhaite découvrir le fonctionnement de sa monture, et ne craint pas de se salir les mains!

## CONTACT :

- +32(0)26490002
- hello@horscategorie.brussels
- horscategorie.brussels

## OÙ ?

HORS  
CATÉGORIE



PHYSIQUE



TECHNIQUE



EXTÉRIEUR



CRÉATIF



CONNAISSANCE



DURÉE :

2 H

# BIKE TOURS / STAGES / TEAM BUILDINGS

## TEAM BUILDING BIKE TOUR

## TEAM BUILDING INITIATION MÉCANIQUE

<b>DURÉE</b>	2 heures	2 heures
<b>DESCRIPTION PRESTATION</b>	Tour de 10km environ soit 1h - 1h30 sur le vélo. Accueil chez HC / préparation / équipement / retour des vélos: 30 - 45 min. Itinéraires en forêt sur chemins faciles, et sur sentiers VTT en fonction du niveau du groupe.	Initiation théorique et pratique aux bases de la mécanique vélo. Théorie: Nommer les différentes parties du vélo, et connaître leur fonction, apprendre à contrôler l'usure des principales pièces (chaîne, freins, pneus, roulements) et faire un diagnostic sécurité. Pratique: Réparer une crevaison.
<b>NIVEAU</b>	Débutants VTT - Gravel. 2 sous-niveaux possibles en fonction du groupe.  Autres pratiques (route par exemple); ou niveau plus élevé, distance plus importante, parcours plus difficile etc: options et prix sur demande.	Débutants
<b>MATÉRIEL FOURNI</b>	VTT (guidon plat, suspension) ou Gravel (guidon route, pneus adaptés tout terrain)* Casque, bidon, x1 snack Kit réparation / trousse premier secours	Tabliers
<b>NOMBRE DE PARTICIPANTS</b>	Groupes de 5 à 15 personnes max.	Groupes de 5 à 15 personnes max.
<b>MONITEURS</b>	2 moniteurs - possibilité de couper le groupe en 2 niveaux	1 formateur
<b>DÉTAILS PRATIQUES</b>	3 semaines avant : Fournir le nombre de participants. Fiche de renseignement (nom, date de naissance, taille, expérience vélo, expérience sportive)  Le jour J : Les participants doivent avoir bien dormi et bien mangé le matin! Porter une tenue de sport, éventuellement prendre des vêtements de rechange pour après la sortie.	Possibilité de venir avec son propre vélo pour cette formation mécanique. Possibilité d'alterner avec le groupe des rouleurs (2h bike tour / 2h atelier mécanique).

**PRIX** | Prix par personne TTC

100 € \*\*

60 €

DROHME

H RS  
CATÉG RIE

\* Fourni par Hors Catégorie / autre opérateur possible en cas d'indisponibilité de taille (recherche en cours auprès d'autres opérateurs)

\*\* Option VTT électrique sur demande (attention seulement 2 vélos dispos) +20€