

# PUMPTRACK

## ST AFFRIQUE

Bienvenue sur la Pumptrack de Saint Affrique !

La commune est heureuse de vous accueillir sur cet espace Pumptrack. Merci de prendre connaissance du règlement ci-contre avant de vous élaner pour une pratique en toute convivialité et en sécurité.

Bon ride à toutes et à tous.

VOUS ÊTES ICI



# PUMPRACK

## ST AFFRIQUE

### Règlement à lire avant de s'élancer :



La Pumptrack de St Affrique est un espace conçu pour les VTT, Bmx, Rollers et Skateboards.

Les enfants de moins de 10 ans doivent obligatoirement être **accompagnés d'un adulte.**

Il convient de **respecter les marquages au sol et le sens de circulation indiqué.**

**Le port du casque est obligatoire.** Les gants et autres protections sont conseillés: genouillères, coudières, dorsale.

**L'accès aux véhicules motorisés est interdit.**

Vous utilisez ce terrain **à vos risques et périls.**

Il est conseillé de repérer les parcours à vitesse modérée dans un premier temps.

N'empruntez les parcours que si vous vous jugez capables de les franchir. Ne vous surestimez pas.

Vous devez rouler en ayant toujours le contrôle de votre vitesse et de votre trajectoire.

**Ne vous arrêtez jamais sur un parcours** si vous obstruez le passage ou si vous êtes invisibles des autres pratiquants.

Pour des raisons de sécurité et de maintien de la bonne qualité des parcours, il vous est demandé de rester sur les espaces enrobés.

Ne coupez pas entre les parcours ni dans les talus.

Attention aux changements météorologiques : **la pluie et le gel diminuent fortement l'adhérence sur le sol et les lignes de peinture.**

Vous devez vérifier que votre matériel est en bon état de fonctionnement avant de l'utiliser.

Lorsque vous remarquez la présence de débris sur les parcours (branches, cailloux, verre...) susceptibles de provoquer un accident, vous êtes invités à les enlever.

**En cas de problème sur les équipements ou dégradations, merci de contacter la mairie au 05 65 98 29 00.**

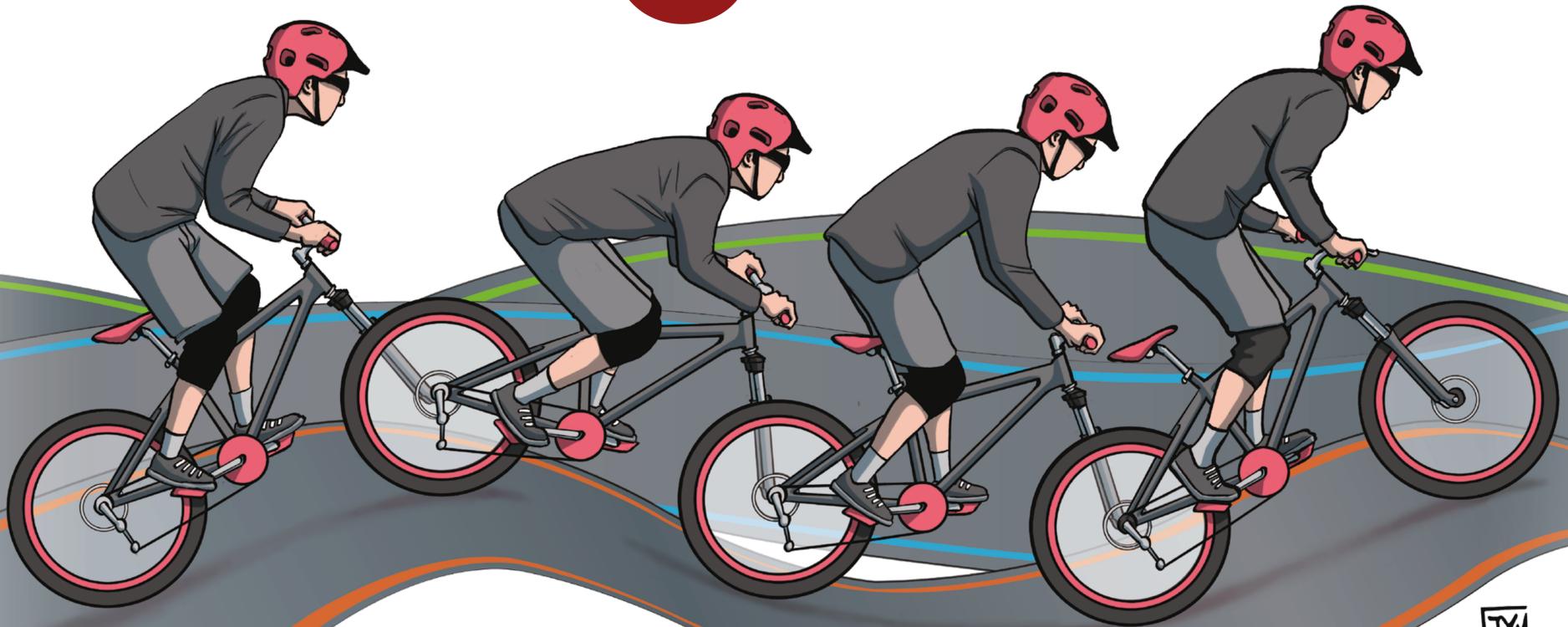


# PUMPTRACK

## ST AFFRIQUE

**1** Elances toi de la plateforme de départ pour prendre de l'élan

**3** Au passage de la roue avant sur la sommet de la bosse, pousse avec tes bras puis avec tes jambes pour générer de la vitesse



**2** Absorbes la montée de la bosse en pliant les bras puis les jambes

**4** Répètes cette technique de pompage pour franchir toutes les bosses et virages

