

Entraînement cyclisme vélo VTT

Mardi, 09 Septembre 2008 21:06

Ivan Borcard

[Tweeter](#)[Recommander](#)

Soyez le premier de vos amis à recommander ça.

Voici une réflexion d'autodidacte après quelques années de pratiques cyclismes (VTT, route) et sports d'endurance (ski alp, trail). Cette rubrique est une compilation de l'expérience acquise sur le terrain, des retours d'expériences d'athlètes, des erreurs commises, de la lecture de nombreuses littératures et de l'incontournable base de connaissance qu'est l'Internet.

Avant d'aller plus loin, il est important de comprendre la démarche VO² Cycling ainsi que les valeurs qui nous animent animateurs et membres.

Charte éthique VO² Cycling !!! [ICI](#)

Je te souhaite une bonne lecture !!! [ICI](#)

Commentaires publics · [Vue modérateur](#)



[Paramètres](#)



Ajouter un commentaire...

Publier en tant que Ivan Borcard (Ce n'est pas vous ?)

[Commenter](#)

Publier sur Facebook

Module social Facebook

[< Précédent](#)

[Suivant >](#)

Mise à jour le Vendredi, 28 Octobre 2011 12:26