**Détection des talents du 11 novembre 2023**(Délai d'inscription le 30 octobre 2023, **doit être complété électronique**.)

Prénom

Nom

Date de naissance

Adresse

E-mail

Numéro portable

Nom de la personne accompagnante

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 65ccm | 85ccm | 125ccm | 250ccm |
|[ ] [ ] [ ] [ ]

Langue maternelle Français [ ]  Allemand [ ]

Première conduite sur une moto

Cylindré pour l’année 2023 (cocher s.v.p)

Résultats/succès (indique les résultats pour cinq manifestations en 2021, 2022, 2023)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Fédération | Catégorie | Lieu de la manifestation | Classement |
| 2021 |
|       |       |       |       |
|       |       |       |       |
|       |       |       |       |
|       |       |       |       |
|       |       |       |       |
| 2022 |
|       |       |       |       |
|       |       |       |       |
|       |       |       |       |
|       |       |       |       |
|       |       |       |       |
| 2023 |
|       |       |       |       |
|       |       |       |       |
|       |       |       |       |
|       |       |       |       |
|       |       |       |       |

Quels sont tes objectifs dans le sport motocross? Quelle est ta motivation?

|  |
| --- |
|       |
|       |
|       |
|       |
|       |
|       |
|       |
|       |

**Journal d’entraînement** (note une semaine typique de ton entraînement en hiver et une semaine typique d’entraînement durant la saison des courses)

Mentionne également la durée d’entraînment et quelle capacité conditionnelle tu as entraînée (endurance, force, mobilité, vitesse, coordination).

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi | Samedi | Dimanche |
| Entraînement d’été (durant la saison des courses) |
| Durée |       |       |       |       |       |       |       |
| Quelle discipline/ capacité conditionnelle |       |       |       |       |       |       |       |
| Remarques |       |       |       |       |       |       |       |
| Entraînement d’hiver |
| Durée |       |       |       |       |       |       |       |
| Type d’entraînement |       |       |       |       |       |       |       |
| Remarques |       |       |       |       |       |       |       |