



## STAGE SPORTIF "ESQUIMAUTAGE ET AISANCE AQUATIQUE"



### **PUBLIC CONCERNE**

Tous niveaux - A partir de 16 ans.

### **OBJECTIFS DE FORMATION**

- Esquimauter avec une pagaie européenne ou groelandaise...
- Améliorer les appuis d'équilibre...
- Utiliser un paddle float...
- Améliorer l'aisance dans l'eau



### **DEROULEMENT DU STAGE**

Un échauffement type - Des apports théoriques -  
Des ateliers, jeux et exercices au sol et en mer.

### **MATERIEL NECESSAIRE**

Les matériels de navigation et de sécurité sont mis à disposition.

Seul le matériel vestimentaire n'est pas fourni.  
(Prévoir une combinaison, pince nez, lunettes de natation ou de plongée)

Chaque participant peut venir avec son propre matériel (En conformité avec la réglementation).

### **HORAIRES**

De 9H à 17H

Les lieux de rv seront indiqués par mail.

### **LIEU DE RENDEZ-VOUS**

Le lieu de rv sera indiqué par mail.

### **INSCRIPTION**

Remettre le contrat d'inscription avec la totalité du règlement (Le contrat est téléchargeable sur le site).

### **MODALITE DE PAIEMENT**

Par chèque, espèces ou virement bancaire.

### **TARIF**

Il est de 180 euros ttc.

Il comprend les frais pédagogiques, le prêt de matériel de navigation et de sécurité.

Il ne comprend pas l'hébergement, la restauration ni les encas.

### **NOMBRE DE PLACES**

Pour garantir la qualité de la prestation, le nombre de participants est limité à 6.

Le minimum de participants pour maintenir le stage est de 3.

### **DATE LIMITE D'INSCRIPTION**

3 jours avant le début du stage

### **INTERVENANT**

Geoffroy SIBILEAU

Guide de kayak de mer

BEES CK – BPJEPS MER

Pagaie Noire FFCK

Formateur Fédéral H2 Pagaies Couleurs



**SPORTKAYAK** - Geoffroy SIBILEAU

5 rue des Vergers 17139 DOMPIERRE SUR MER

06 26 29 08 66

[capkayak17@orange.fr](mailto:capkayak17@orange.fr)

[www.sportkayak.fr](http://www.sportkayak.fr)