



STAGE "Les fondamentaux techniques" Formation



PUBLIC CONCERNE

Niveau Pagaie jaune minimum
Avoir 16 ans minimum.

OBJECTIFS DE FORMATION

Maitriser les fondamentaux techniques : Les propulsions et retro-propulsions, les différents appels, les écarts, les appuis d'équilibre, la gîte et l'assiette...

Utiliser les bonnes manoeuvres dans le vent : Remonter et descendre au vent avec efficacité, progresser sous toutes les allures de vent...

Améliorer son coup de pagaie : pagayer de manière efficace et économique...constuire son coup de pagaie...

CONTENU

Une alternance de séances sur l'eau, d'explications à terre, de temps d'observation, de vidéos...

MATERIEL NECESSAIRE

Les matériels de navigation et de sécurité sont mis à disposition.
Seul le matériel vestimentaire n'est pas fourni.
Chaque participant peut venir avec son propre matériel (En conformité avec la réglementation).

HORAIRES JOURNEES

De 9H à 17H
Les lieux de rdv seront donnés par mail.

HEBERGEMENT

L'hébergement est à la charge et au choix des stagiaires.
Un hébergement collectif peut être choisi pour limiter le coût (camping, mobil home, gîte...)

TARIF

Il est de 180 euros ttc.
Il comprend les frais pédagogiques, l'assurance, le prêt de matériel de navigation et de sécurité.

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

INSCRIPTION

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

MODALITE DE PAIEMENT

Par chèque ou virement bancaire.

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

15 jours avant le début du stage

INTERVENANT

Geoffroy SIBILEAU
Guide et formateur en 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

www.capkayak17.fr