



STAGE ENTRAINEMENT PAGAIE COULEUR

Club Kayak Millau et le Comité Départemental de l'Aveyron
Stade d'eau Vive de Millau
Du lundi 16 au 19 avril 2018

Profitez de votre temps libre pendant les vacances, pour venir naviguer et progresser, afin de passer le niveau pagaie couleur verte.

Le Kayak Club de Millau, met en place un stage Pagaie Couleur ouvert à tous les licenciés FFCK de l'Aveyron, détenteur de la pagaie jaune.

Au programme :

- du lundi au jeudi : entraînements de 10h à 12h, et 14h à 16h
Soit 4 h par jour pendant 4 jours pour progresser en vous amusant.

Sur différent supports : K1, C1, jeux divers, en groupe ou solo, exercices techniques, Stade d'Eau Vive, découverte de l'environnement alentour, sortie rivière* etc...

- Possibilité de passer le test de la pagaie verte en eau-vive et eau-calme en fin de stage, en fonction du niveau du groupe.
- Repas du midi inclus.
- Pour les non résidents de Millau : nous contacter pour trouver une solution d'hébergement.

A prendre :

- matériel kayak perso (possibilité de prêt au club : bateau, pagaie, gilet, casque)
- 2 paires de chaussures : chaussure pour l'eau et baskets
- Serviette
- Licence FFCK valide

Prix :

| pour les licenciés à Millau | Hors adhérent Millau |
|--|---|
| GRATUIT | 20,95€ |
| Le stage est entièrement financé par le club de Kayak de Millau (20,95€/pers) et le Comité départemental de l'Aveyron (16€). | Le Comité Départemental de l'Aveyron prend en charge 16€. (36,95 - 16 = 20,95€) |

Réservez vite vos places !

Renseignements et inscription au :

06.85.96.16.93 Vincent HARTMANN

*Sortie rivière dépendante des conditions météo, du niveau d'eau et du groupe