



Stages d'aviron pour
les adultes
pendant l'été 2018





Stages d'été à l'Aviron Toulousain

Stages hebdomadaires en cours du soir (18h-20h) du 2 juillet au 31 août 2018

Possibilité d'étaler les 5 jours sur 2 ou 3 semaines

Pratique sur le plan d'eau de l'Aviron Toulousain, découverte de la sensation de glisse, initiation sur ergomètre, pratique en bateau individuel et collectif. Encadrement par un moniteur du club.

Tarif : 50 € la semaine / stagiaire (*)

Prérequis : savoir nager 25 m (certificat ou attestation) et ne pas présenter de contre indication médicale.

Détails pratiques

- Un short et un tee-shirt sont suffisants (avec une paire de rechange). Ne pas oublier de prendre une casquette et une petite bouteille d'eau.
- Privilégier les vêtements dans lesquels on se sent à l'aise de préférence près du corps et sans poches pour éviter de s'accrocher avec les rames.
- Il n'est pas nécessaire d'acheter des chaussures de sport coûteuses : une paire de baskets fera l'affaire.
- Des vestiaires avec des douches sont à disposition des stagiaires.

Inscription

2, Allée Fernand Jourdan, Parc Toulousain – 31400 Toulouse

contact@aviron-toulousain.fr - Tél : 05.61.52.71.02

<http://www.aviron-toulousain.fr/contact.php>

(*) Le tarif comprend la souscription obligatoire à la carte découverte FFA (Fédération Française d'Aviron) offrant l'assurance pendant le stage.