

Stages d'aviron en juillet-août 2023

(enfants de 10 à 15 ans)





Stages d'été à l'Aviron Toulousain

Stages découverte sur l'île du Ramier

Les stages d'été ont pour but la découverte de l'aviron dans un contexte ludique, en complément d'une séance multi-activités organisée chaque matin : VTT, piscine, basket, canoë.... Ils se déroulent sur 5 jours du lundi au vendredi, de 9h30 à 17h pour les enfants de 10 à 15 ans.

L'après-midi, c'est l'occasion de découvrir les joies de l'aviron, sur un support sécurisant et facilement maîtrisable, en groupe, à travers :

- les jeux sur l'eau
- l'apprentissage de l'équilibre

L'encadrement des stages est assuré par des moniteurs titulaires de brevets fédéraux.

Aviron

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

Piscine

Sortie encadrée par un moniteur à la piscine Nakache

Autres activités : VTT, basket, canoë, PPG

Encadrées par un moniteur sur le site de l'île du Ramier.




Stages d'été à l'Aviron Toulousain

Stages hebdomadaires du 10 juillet au 28 août 2023

15 jeunes de 10-15 ans par semaine – 140 € la semaine / stagiaire (*)

Prérequis : savoir nager 50 m (certificat ou attestation) et ne pas présenter de contre indication médicale.

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
MATIN	 PISCINE	 SPORT CO	 CANOE	 VELO	 PPG
REPAS AU CLUB					
APRES MIDI	 AVIRON	 AVIRON	 AVIRON	 AVIRON	 AVIRON

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



Stages d'été à l'Aviron Toulousain

Détails pratiques

Le matériel / l'équipement

- Affaires de piscine
- 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.

Tomber à l'eau restant possible, il faut avoir des vêtements de rechange. Des vestiaires avec des douches sont à disposition des stagiaires.

Le club fournit le matériel (VTT et casques), les bateaux et les avirons.

Amener son repas froid pour le midi

Inscription

<https://aviron-toulousain.assoconnect.com/collect/description/306253-f-stages-d-ete-2023-jeunes-de-10-a-15-ans>

2, Allée Fernand Jourdan, Parc Toulousain – 31400 Toulouse

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