DIMANCHE 28 AVRIL 2024

STAGE DE PERFECTIONNEMENT A L'AVIRON POUR LES LOISIRS

Lieu : L'Union Nautique Montalbanaise, 11 Avenue de Toulouse 82000 Montauban
Prérequis : rameurs autonomes, niveau aviron d'argent minimum
Repas : « auberge espagnole » : chacun amène du salé ou du sucré et on met tout en commun ! Si vous voulez boire autre chose que de l'eau, pensez à amener ce qui vous fait plaisir.
Nombre de participants : 35 maximum au total, 5 inscriptions par club maximum
Essayons d'inscrire les rameurs qui n'ont jamais participé à un stage
Participation :10€ / personne
Contact : Christine Leclerc 07 49 47 29 90 (cf fiche d'inscription)
Date limite d'inscription : **dimanche 21 avril 2024**

PROGRAMME

8h30 : accueil des participants autour d'un café, formation des équipages par les encadrants
9h00 : départ sur l'eau

12h00 : repas au club « auberge espagnole »

14h00 : remixage des équipages par les encadrants et départ sur l'eau

17h00 : retour au club

17h30 : débriefing de la journée

Le programme pourra être modifié en fonction des conditions météorologiques et des inscriptions

A très bientôt...