

# Société des Régates Rochelaises

## école de sport

### Dates & Tarifs École de sport 2009-2010

TYPE DE STAGE	DURE DU STAGE	PERIODES	TARIFS
OPTIMIST Ecole de sport	5 1/2 journées Du 24 au 28 Août	Fin Août	50 €
PLANCHE Ecole de sport	5 1/2 journées Du 24 au 28 Août	Fin Août	50 €
ECOLE DE SPORT		PERIODES	TARIFS
PLANCHE	40 séances de sept à juin	Année scolaire Mercredi et samedi 13h30-17h30	300 €
OPTIMIST	25 séances de sept à juin	Année scolaire	250 €
EQUIPE CLUB		PERIODES	TARIFS
OPTIMIST	50 séances de sept à juin	Année scolaire	300 €
PLANCHE	50 séances de sept à juin	Année scolaire Mercredi et samedi 13h30-17h30	345 €

Matin : 9h30 - 12h30 / Après-midi : 14h30 - 17h30  
Les tarifs de stage indiqués comprennent l'adhésion au club et la licence

Tél. : 05 46 34 89 35

Fax : 05 46 34 11 12

[www.srr-sailing.com](http://www.srr-sailing.com)

Email: [ecoledesport@srr-sailing.com](mailto:ecoledesport@srr-sailing.com)



Apprendre et Régater  
OPTIMIST et PLANCHE



**STAGE**  
**ECOLE DE SPORT**  
**EQUIPE DE CLUB**



→ Stages → École de Sport → Équipe Club



## Stages printemps été

### *Pour s'initier.*

Stages de planche à voile pour progresser et intégrer l'école de sport.

Périodes : fin août

A partir de 10 ans

## Ecole de Sport

### *Pour apprendre la glisse*

Groupe de 8 maximum en perfectionnement. Pour apprendre les manœuvres, la vitesse, les premiers pas vers la régates.

Fun ou grande planche variés les plaisirs selon les conditions...

Période : De septembre à fin novembre et de février à juin.

Séances : Le samedi et mercredi de 13h30 à 17h30.

De 10 à 14 ans maximum.

## Equipe Club

### *Pour les jeunes régatiers.*

Pour affiner vos connaissances techniques et participer aux régates régionales et nationales. Programme entraînement, Prépa physique, stage spécifique, suivi aux régates.

Période : De septembre à fin novembre et de février à juin.



→ Stages → École de Sport → Équipe Club



## Stages printemps été

### *Pour s'initier.*

Stages de découverte.

Seul dans votre bateau vous apprenez à naviguer.

Périodes : Pâques et Été.

A partir de 7 ans.

## Ecole de Sport :

### *: Pour découvrir la régates.*

Perfectionnement et apprentissage des bases de la régates. Participation aux régates critérium. Matériel adapté, navigation, apport théorique, stages spécifiques.

Période : De septembre à fin novembre et de février à juin.

Séances : Le mercredi de 13h30 à 17h30.

Groupe de 8 à 10 maximum.



## Equipe Club

### *Pour les jeunes régatiers.*

Perfectionnement à la régates et apprentissage des règles. L'équipe participe aux régates de niveau régional et national.

Période : De septembre à fin novembre et de février à juin.

Séances : Le samedi et le mercredi.



## CONSULTEZ NOS DATES ET TARIFS AU DOS

Pour réserver votre stage, merci de bien vouloir verser 20% d'arrhes à l'ordre de la SRR  
Société des Régates Rochelaises - Môle Central des Minimes - 17000 La Rochelle