

Bonjour à tous,

à l'occasion du congé de la Toussaint, la FFC organise un stage kayak « développement et perfectionnement ».

Celui-ci aura lieu en internat sur le site de l'ADEPS Blanc Gravier et FFC de Campana du **lundi 23 octobre au vendredi 27 novembre 2023**.

Ce stage est ouvert aux jeunes à partir de 10 ans (ou suivant recommandations des encadrants).

Ce stage s'adresse aux pagayeurs en phase de progression maîtrisant les bases, stabilités, sécurités mais aussi aux athlètes en perfectionnement ou même ayant été sélectionnés en équipe nationale.

Plusieurs groupes seront formés en fonction du niveau.

Ce stage n'est pas limité aux descendeurs, nous espérons pouvoir compter plusieurs disciplines du canoë kayak permis nous.

Au programme:

- canoë kayak mais aussi
- course à pied, course d'orientation
- approche renforcement musculaire.
- sport collectif (suivant météo, disponibilités du hall et du matériel)

Faire du sport, transmettre et compter sur nos élites pour partager et inspirer.

Dans le cadre de son projet de développement, la FFC prend en charge une partie des coûts de ce stage ce qui permet d'arriver au prix de **190€** par participant.

(Repas, nuitées, navettes et encadrement compris).

Pour confirmer votre inscription et dans un souci d'organisation, merci de renvoyer les informations suivantes (par club si possible) **avant la date du 4 octobre 2023** à l'adresse

email maxime1404@hotmail.com :

- Nom et prénom:
- Age:
- Club:
- Je fais du canoë - kayak depuis le:
- Je sais nager / je suis à l'aise dans l'eau:
- Allergie alimentaire:
- Autres remarques:

Chaque participant doit disposer de son propre matériel.

Le règlement des frais d'inscription **qui confirme l'inscription** doit se faire pour le **4 octobre 2023** au plus tard par virement bancaire de 190 € par personne au compte suivant :

IBAN : BE 77363115381742 BIC : BBRUBEBB

au nom de la Fédération Francophone de Canoë.

Avec en communication de votre virement, le **nom et prénom du participant** ainsi que la communication « Stage Toussaint 2023 ».

Bien à vous
Pour la FFC
Maxime Richard