

Bonjour à tous,

À l'occasion du congé de détente 2024, la FFC organise un stage kayak entraînements et perfectionnement.

Celui-ci aura lieu en internat sur le site de l'ADEPS de Chiny du lundi 26 février au vendredi 1 mars 2024.
La navigation se fera sur Semois ou autres rivières en fonction des niveaux d'eau.

Ce stage est ouvert aux jeunes à partir de 12 ans (ou suivant recommandations des encadrants).

Ce stage est un stage d'**entraînements** pour pagayeurs en phase de progression avec objectifs compétitions, aux athlètes en perfectionnement et/ou ayant été sélectionnés en équipe nationale.

Plusieurs groupes seront formés en fonction des niveaux.

Au programme:

- canoë kayak
- course à pied, course d'orientation
- musculation - approche renforcement musculaire.
- sport collectif (suivant disponibilités du hall)

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 **180€ par participant** (Repas, nuitées, navettes et encadrement compris).
(Pour les athlètes sous statut JT: 100€ et gratuité pour les athlètes au statut supérieur)

Pour également faciliter la logistique des clubs et pour faire suite à la compétition du 25 février organisée par le LKC proche du site, une **nuitée supplémentaire du dimanche 25 au lundi 26 avec petit déjeuner prévu le 26 est possible** contre la somme supplémentaire de **20€**.

Si vous désirez prendre cette option, le cout total à payer s'élève donc à **200€**.

Pour confirmer votre inscription et dans un souci d'organisation, merci de renvoyer les informations suivantes (par club si possible) **avant la date du 10 février 2024** à l'adresse email :

maxime1404@hotmail.com

- Nom et prénom:
- Adresse email:
- Age:
- Club:
- Personne de contac pour les mineurst:
- Allergie alimentaire:
- nuitée à partir du dimanche:
- Autres remarques:

Chaque participant doit disposer de son propre matériel.



FFCKAYAK.be

Federation Francophone de Canoë – FFC

Le règlement des frais d'inscription **qui confirme l'inscription** doit se faire pour le **10 février 2024** au plus tard par virement bancaire de **180€ ou 200€** 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 carnaval 2024** ».

Je reste également à votre disposition par mail pour tout complément d'information d'ici là.

Un autre mail informatif sera envoyé aux participants quelques jours avant le rendez-vous.

Bien à vous
Pour la FFC
Maxime Richard