



# Federation Francophone de Canoë – FFC

(Association sans but lucratif)  
Membre de la F.R.B.C.

Banque : Iban : BE 77 3631 1538 1742 – Bic : BBRUBEBB

---

Bonjour à tous,

Comme nous vous l'avons annoncé, cet été, la FFC organise 3 stages de 5 jours au Centre nautique de Campana.

Le dernier stage se déroule du 5 au 9 août 2024, en internat.

Ces stages sont conçus pour les membres des clubs âgés de 12 à 20 ans, qui sont déjà autonomes en eau calme, ou sur recommandation des encadrants « club ».

Les participants découvriront et développeront la pratique en eaux-vives afin de s'y sentir à l'aise dans différents types de kayak, ils travailleront également la technique en eau calme, la sécu en eaux-vives et ils auront l'occasion de s'essayer à des disciplines qu'ils ne pratiquent peut-être pas au sein de leur club (kayak polo, Raft, packraft, ...)

Au programme de la semaine :

- Technique en eau calme
- Apprendre à nager dans l'eau-vive
- Reconnaître les courants
- Découvrir la réaction que le courant entraîne son sur kayak
- Apprendre à maîtriser son kayak dans différents courants
- Apprendre à gérer son matériel en cas de dessalage en eaux-vives
- Sécu en eaux-vives
- Jeux en eau calme et dans le courant
- Découvertes de disciplines (Polo, Packraft, Raft, ...)

La FFC met du matériel (kayaks directifs et manœuvriers, casques, pagaies, gilets de sauvetage) à disposition ; cependant, chacun peut apporter son propre matériel.  
Chaque participant devra prévoir des vêtements pour naviguer en suffisance.

Les stages se dérouleront au plus proche de la nature puisque le groupe logera en camping et participera activement à la préparation des repas dans les locaux du Centre Nautique de Campana.  
Chaque participant prévoira son matériel de camping (sac de couchage, matelas, tente, oreiller).  
Toutefois, il est aussi possible de participer aux stages en externat.

Le nombre de participants est limité à 16.

Le prix du stage est fixé à 180€ en internat et 110€ en externat (dans ce cas, le stagiaire doit prévoir son dîner et collations).



**FFCKAYAK.be**

## Federation Francophone de Canoë – FFC

**Modalité d'inscription :**

Un formulaire d'inscription est disponible ci-joint, sur notre site internet ou sur demande au secrétariat de la fédération (ffckayak.be@gmail.com). Celui-ci est à envoyer dûment complété par mail au secrétariat : [ffckayak.be@gmail.com](mailto:ffckayak.be@gmail.com) au plus tard le 17 juillet 2024.

Le paiement du stage confirmera l'inscription et doit être effectué au plus tard le 22 juillet 2024 sur le compte de la Fédération Francophone de Canoë :

BE 77 3631 1538 1742

BIC BBRUBEBB

Communication : NOM et Prénom du stagiaire + stage août 2024

Je vous remercie et reste à votre disposition pour répondre aux éventuelles questions.

Annick De Vries

Assistante administrative