

STAGES SPORTIFS

TERRESTRES
& NAUTIQUES

Vacances d'hiver
et de printemps
FÉVRIER ET AVRIL



saintnazaire.fr



VACANCES D'HIVER 2021

STAGES TERRESTRES

	ACTIVITÉS	HORAIRES	ANNÉE DE NAISSANCE	LIEU DE RENDEZ-VOUS
du 22 au 26 février	ÉVEIL AQUATIQUE	9h30 à 12h	2015/2016	gymnase Léo-Lagrange
	INITIATION MULTISPORTS		2014/2015	
	INITIATION ROLLER & MULTISPORTS	14h à 17h	2011/2013	
du 1^{er} au 5 mars	JEUX AQUATIQUES	9h30 à 12h	2014/2015	gymnase Léo-Lagrange
	ÉVEIL MULTISPORTS		2015/2016	
	MULTISPORTS	14h à 17h	2011/2013	

STAGES NAUTIQUES

	ACTIVITÉS	HORAIRES	ÂGE	LIEU DE RENDEZ-VOUS
du 2 au 4 mars	SPEED SAIL	10h à 16h	12 ans et +	Base nautique du Bois Joalland lieu de pratique : plage de Saint-Brévin

A savoir sur les disciplines :

• **Eveil aquatique** : familiarisation avec l'eau.
Short de bain interdit.

• **Eveil multisports** : initiation aux jeux athlétiques, jeux de raquettes et parcours de motricité.

• **Jeux aquatiques** : jeux ludiques afin de mieux appréhender le milieu aquatique. Short de bain interdit.

• **Multisports** : sports collectifs, sports de raquettes, sports de pleine nature (selon la météo et le niveau des participants).

• **Roller et multisports** : apprentissage du roller, sports collectifs, sports de raquettes, sports de pleine nature (selon la météo et le niveau des participants). Prévoir des chaussettes hautes pour éviter les brûlures.

• **Speedsail** : apprendre à s'orienter par rapport au vent, partir, s'arrêter, revenir. Savoir diriger son speed sail (slalom). Approche de l'empannage. Prévoir un pique-nique.



VACANCES DE PRINTEMPS 2021

STAGES TERRESTRES

	ACTIVITÉS	HORAIRES	ANNÉE DE NAISSANCE	LIEU DE RENDEZ-VOUS
du 26 au 30 avril	JEUX AQUATIQUES	9h30 à 12h	2014/2015	gymnase Léo-Lagrange
	INITIATION MULTISPORTS		2014/2015	
	GLISSE & MULTISPORTS	14h à 17h	2011/2013	
du 3 au 7 mai	VÉLO	9h30 à 12h	2014/2016	gymnase Léo-Lagrange
	INITIATION MULTISPORTS		2014/2015	
	PLEINE NATURE	14h à 17h	2008/2010	
	MULTISPORTS		2011/2013	

STAGES NAUTIQUES

	ACTIVITÉS	HORAIRES	ÂGE	LIEU DE RENDEZ-VOUS
du 26 au 30 avril	OPTIMIST (DÉBUTANT)	9h à 12h	8 à 11 ans	base nautique du Bois Joalland (route de Quelmer)
	KAYAK		11 à 14 ans	
	DÉRIVEUR CATAMARAN	14h à 17h	12 ans et +	
	PLANCHE À VOILE (DÉBUTANT)		12 ans et +	
du 3 au 7 mai	OPTIMIST (DÉBUTANT)	9h à 12h	8 à 11 ans	base nautique du Bois Joalland (route de Quelmer)
	KAYAK		11 à 14 ans	
	DÉRIVEUR CATAMARAN	14h à 17h	12 ans et +	
	SAUVETAGE CÔTIER		11 ans et +	

A savoir sur les disciplines :

- **Catamaran** : engin à voile avec 2 coques.
- **Dériveur** : embarcation à voile pour 2 équipiers.
- **Kayak** : embarcation légère qui se propulse avec une pagaie double.
- **Optimist** : petit bateau équipé d'une voile unique, stable et simple à manœuvrer.
- **Planche à voile** : avec ou sans dérive.
- **Pleine nature** : VTT (utilisé pour se déplacer vers les sites d'activités), tir à l'arc, escalade, kayak, course d'orientation.
- **Sauvetage côtier** : planche de sauvetage. Pratique sur les plages environnantes. Prêt de combinaison possible.
- **Vélo** : apprentissage des fondamentaux.
Requis : savoir déjà faire du vélo sans petites roues.

INSCRIPTIONS ET TARIFS

Modalités d'inscription

- Les inscriptions aux stages sportifs se font exclusivement sur rendez-vous à l'Espace-famille :

**Nouvelle
adresse !**

4 rue Lechat (face à la médiathèque) • tél. 02 44 73 43 00

Lundi, mercredi et vendredi : 8h30 à 12h et 13h30 à 17h

Mardi : 8h30 à 17h (hors vacances scolaires)

Jeudi : 13h30 à 17h

Début des prises de rendez-vous : lundi 4 janvier 2021.

• Documents à fournir lors de l'inscription (pour les personnes non inscrites à l'Espace-famille ou en cas de changement de situation) :

- justificatif de domicile datant de moins de 3 mois (facture eau, gaz, téléphone)
- notification de la CAF (année en cours) indiquant le quotient familial
- pour chacun des conjoints : avis d'imposition ou de non imposition 2020 sur les revenus 2019
- pour les activités nautiques et pleine nature : attestation scolaire « savoir nager » ou brevet de natation 25m

Tarifs et calcul du quotient familial

- Tarif individualisé selon ressources et composition de la famille
- Simulateur de tarif en ligne : espacefamille.saintnazaire.fr

Les stages sont à régler lors de l'inscription.



Activités et lieux sous réserve de conditions météo.

Prévoir pour chaque activité une tenue adaptée, un encas et une petite bouteille d'eau.

Contact Direction des sports et du nautisme : 02 44 73 44 88



saintnazaire.fr