

# À TOUS SPORTS

## AVIRON

### 12 / 17 ans

**ORGANISATION** : Ville de Pontarlier – Service des Activités sportives et de la Vie Associatives

**ENCADREMENT** : Richard BERNARDET – Aviron Pontissalien

**DATES** : 05, 06 et 07 août

**HORAIRES** : 09h à 12h

**LIEU** : Base nautique de Malbuisson

#### **MATERIEL A FOURNIR PAR LE STAGIAIRE :**

- Document de demande de licence 7 jours, attestation de natation et règlement intérieur (ci-dessous)
- Certificat médical (ci-dessous)
- Autorisation parentale (ci-dessous)
- Short/tee-shirt moulant de préférence
- Casquette obligatoire
- Gourde d'eau

#### **PROGRAMME**

- Découverte des différentes embarcations et du matériel (vocabulaire de l'aviron)
- Démonstration des gestes à acquérir et explication des moyens de propulsion et équilibre
- Mise en pratique sur l'eau encadrée par un moniteur de la Fédération Française d'Aviron

#### **Note à l'attention des parents**

Vous êtes priés de signaler l'absence de votre enfant le plus rapidement possible, quelle que soit la raison de cette dernière, au service Animations par téléphone au 03.81.38.82.46 ou 03.81.38.81.96