



# Kids WAKE Camps

Télési de Rouffiac (Lanouaille, Dordogne),

## INFORMATIONS PRATIQUES

**DATE :** Du 19 au 22 avril 2019

### ATTENTION!

- **Prise en charge des enfants par les cadres techniques uniquement sur les temps de pratique de l'activité sportive, durant tous les autres moments du stage les enfants seront sous l'autorité d'un parent ou d'un représentant légal qui devra être présent tout au long du séjour**
- Niveau technique minimum: "palo jaune"  
<http://www.ffsnw.fr/pratiquer/passsport-gliss>
- Age minimum : 10 ans (maxi 17 ans)

### LES TEMPS FORTS DU STAGE

#### LES OBJECTIFS PRINCIPAUX

- Création de bases de connaissance suffisantes pour rendre autonome les kids dans les séquences d'échauffement et d'étirement afin de prévenir les blessures
- Evaluation des connaissances et contrôle des acquis en fin de stage avec validation des "Palos de couleur"
- Définir des objectifs de progression après stage

#### LES ATELIERS

- **Bi-POULIE :**
  - Reprises des bases
    - Appuie palo
    - Position sur la planche
    - Attitude sur l'eau
  - Air tricks en douceur
    - De la prise de care à la réception
- **GRAND CABLE**
  - Révision des bases
    - Position sur la planche et attitude
    - Prise de care
    - Tricks en flat (180, Sw 180, ollie,...)
  - Exercices sur modules
    - Approche sereine en toeside, heelside et switch
    - Décomposition des tricks

## L'ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUEL

- Les entretiens individuels  
"Coach Théo" rencontre individuellement et à tour de rôle les kids afin de personnaliser leur progression.

## LES ACTIVITES SPORTIVES COMPLEMENTAIRES

Une activité (acrobranche) sera éventuellement proposée pendant le stage pour ménager les kids en diversifiant les activités

### TARIF :

Durée	Prestations	Kids	Accompagnateurs
<b>Stage 4 jours</b> 19 au 22 avril	<b>Pension complète</b> (Petit déjeuner, déjeuner, goûter et dîner) (Du dîner du vendredi au goûter du lundi)	<b>337 €</b>	87 €
	<b>Demi-pension</b> (Uniquement les déjeuners et goûters du samedi au lundi)	<b>285 €</b>	35 €
	<b>Externat</b> (Pas de restauration, le stagiaire n'est présent que sur les temps d'activité)	<b>250 €</b>	

**Le tarif par stagiaire comprend:** Activité wakeboard & coaching + 1 activité acrobranche (option) + restauration en fonction de la formule choisie

Le matériel de wakeboard n'est pas fourni (nous consulter si nécessaire)

### **Le tarif par accompagnateur comprend:**

Restauration : idem stagiaire

Télési : 1 heure de ride par jour sur les créneaux d'ouverture au public

### **Le tarif par stagiaire et par accompagnateur ne comprend pas l'hébergement**

Possibilité d'hébergement en Chalets de 4 à 8pers, de **138€** à **201€** par chalet (location du vendredi au lundi)(+ location de draps 15 ou 22€ et forfait ménage 60€ si nécessaire)

Réservation obligatoire au 05 53 05 65 60

Infos hébergements/activités : <https://www.rouffiac-loisirs.fr>

## PROGRAMME :

<b>VENDREDI 19 AVRIL</b>	De 14h à 17h30 : <ul style="list-style-type: none"><li>• Accueil des stagiaires au bureau du camping</li><li>• Administratif (vérification ou prise des licences, fiche d'inscription, décharge de responsabilité, règlement du stage)</li><li>• Installation suivant le mode d'hébergement choisi</li></ul> 15h - 18h : Free ride full size (cable ouvert au public) 18h30 – 19h: Présentation de l'organisation du stage par le coach 19h30 - 20h30 : Diner au centre d'hébergement (suivant option choisie)
<b>SAMEDI 20 AVRIL</b>	8h-9h : Petit-déjeuner (suivant option choisie) 9h30 - 12h Ride Full size (créneau privatif) 12h30 -13h30: Déjeuner au centre d'hébergement (suivant option choisie) 14h - 18h Ride Full size (câble ouvert au public) et Bi-poulie (créneau privatif) 19h30 - 20h30 : Diner au centre d'hébergement (suivant option choisie)
<b>DIMANCHE 21 AVRIL</b>	8h-9h : Petit-déjeuner (suivant option choisie) 9h30 - 12h Ride Full size (créneau privatif) 12h30 -13h30: Déjeuner au centre d'hébergement (suivant option choisie) 14h - 18h Ride Full size (câble ouvert au public) et Bi-poulie (créneau privatif) 19h30 - 20h30 : Diner au centre d'hébergement (suivant option choisie)
<b>LUNDI 22 AVRIL</b>	8h-9h : Petit-déjeuner (suivant option choisie) 9h30 - 12h Ride Full size (créneau privatif) 12h30 -13h30: Déjeuner au centre d'hébergement (suivant option choisie) 14h - 17h30 Ride Full size (câble ouvert au public) et Bi-poulie (créneau privatif) 18h Bilan et Clôture du stage

**BULLETIN D'INSCRIPTION** : A remplir et à renvoyer accompagné du règlement par chèque à l'ordre du "TELESKI ROUFFIAC" 7 jours avant le début du stage à : Base de loisirs de Rouffiac, 24270 LANOUAILLE

**ATTENTION : Contactez nous obligatoirement avant l'envoi de votre inscription pour vérifier s'il reste des places disponibles**

## INFOS :

- Jean Michel : [rouffiac24@orange.fr](mailto:rouffiac24@orange.fr) .- 06 81 50 85 76 / 05 53 52 68 79

## LIEU/ACCES :

Base de loisirs de Rouffiac  
24270 LANOUAILLE

## COORDONNEES GPS

LONGITUDE: 1,16278  
LATITUDE: 45,41417

OU

45° 24' 51.84" N  
1° 09' 56.20" E

