



ROUFFIAC CABLE PARK

STAGE WAKESKATE

29 ET 30 JUIN 2019



COACH MAXIME GIRY

INFORMATIONS PRATIQUES

LES TEMPS FORTS DU STAGE

LES OBJECTIFS PRINCIPAUX

- Contrôle et évaluation des bases
- Consolidation des acquis
- Etablissement des objectifs de progression après stage

LES ATELIERS

Bi-POULIE	GRAND CABLE	VIDEO
Reprises des bases Flat tricks	Révision des bases Exercices sur modules	Analyse vidéo

TARIFS

Tarif par personne	Ride + coaching
Tous publics	110€
Adhérents RCP Adultes	60€
Adhérents RCP Juniors	30€

Le tarif par stagiaire comprend: L'accès au câble (full et bi-poulie) & coaching

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

Le tarif ne comprend pas l'hébergement et la restauration

Possibilité d'hébergement en Chalets de 4 ou 6pers. **Réservation obligatoire**

➤ Chalets "Rouffiac" 4 pers (1 lit double + 1 lit simple) : **132€** (par chalet pour 2 nuits)

➤ Chalets "Téléski" 6 pers (2 lits doubles + 2 lits simples sup) : **164€** (par chalet pour 2 nuits)

(+ location de draps 15 ou 20€ et forfait ménage 60€ si nécessaire)

Réservation hébergement

accueil.rouffiac@orange.fr – 05 53 52 68 79 - <https://www.rouffiac-loisirs.fr/fr>

PROGRAMME :

SAMEDI 29 JUN	9h Café d'accueil au téléski 9h30 - 10h : Echauffement 10h – 12h : Ride + coaching 13h : Briefing "Objectifs" 14h - 17h : Ride + coaching 18h : Debriefing
DIMANCHE 30 JUN	9h30 - 10h : Echauffement 10h – 12h : Ride – "Game of skate" Jeux type "Out" 14h – 15h : Ride + vidéo 15h - 18h30 : Ride + coaching 19h : Clôture du stage

BULLETIN D'INSCRIPTION : A remplir et à renvoyer accompagné du règlement par chèque à l'ordre du "TELESKI ROUFFIAC" avant le 20 juin 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

Un minimum de 8 participants est nécessaire pour l'ouverture du stage

La restauration n'est pas prise en charge

INFOS :

Infos : rouffiac24@orange.fr .- 05 53 52 68 79 -<http://rouffiaccablepark.fr>

LIEU/ACCES

Base de loisirs de Rouffiac
24270 LANOUAILLE

COORDONNEES GPS

LONGITUDE : 1,162340
LATITUDE : 45,414690

