

COMMISSION REGIONALE SLALOM

Affaire suivie par:

Thibaud DELAUNAY - Conseiller Technique Régional
31 rue de la prairie du mas 16 710 St Yrieix
Tél. : 06.63.73.62.62 - Mail : tdelaunay@ffck.org

A Angoulême, le 14 janvier 2019.

Destinataires:

Athlètes qui pratiquent le slalom
Clubs du CRCK Nouvelle Aquitaine

STAGE REGIONAL SLALOM DU 18/02/19 AU 21/02/19 - A UZERCHE

La commission slalom du CRCK « Nouvelle Aquitaine » met en place un stage de perfectionnement sportif en slalom sur le bassin de slalom d'Uzerche. Merci d'en prendre connaissance et de vous inscrire rapidement. Selon les conditions de niveau d'eau le CRCK se réserve de déplacer le lieu du stage.

Lieu de l'action: Du 18 au 21/02/2019 => Bassin de Slalom d'Uzerche. Nous serons en gestion libre dans le gîte de la base d'Uzerche.

Date de début: Le 18/02/19. **Apporter un pique nique pour le midi.**

1^{er} créneau à 11H30 précise. Départs : 6H30 : depuis Pau / 8H15 : depuis Poitiers et Angoulême / 10H30 : sur place pour les autres

Fin du stage: Le 21/02/2019 à 15H30 sur Uzerche : ajouter le temps de transport + 1H00.

Programme prévisionnel:

Programme soumis à modifications selon opportunités

	LU. 18/02/2019	MA. 19/02/2019	ME. 20/02/2019	JE. 21/02/2019
MATIN	6H15 = transport(s) 10H30 rendez-vous sur place 11H30 / 12H30 Technique découverte	1/3 de parcours en descendant	9H00 à 12H00 Parcours longs Chronos + Vidéos	9H30 à 10H45 1/4 Technique Chronos
APRES MIDI	15H30 / 16H30 Technique en descendant	1/4 Technique descendant ou par secteur (à définir) Vidéo	15H45 à 17H30 LOOPS / Géants	13H30 à 15H00 Concentration / Technique 15H30 : réunion bilan et fin du stage

	Groupe U16 / U18 en N3	Groupe U18 en N2 (pré-piges juniors)
Public concerné	- Minimes 2 et cadets 1 ^{ère} année à partir de janvier 2019 => qui sont motivés pour intégrer le circuit national : attention le bassin de Pau est un bassin exigeant ! - Cadets 2 ^{ème} année et juniors 1 et/ou 2 qui sont déjà sur le circuit N3	- Cadets 1 / 2 ou Juniors 1 / 2 sur le circuit N2
Objectifs de l'action	- Travail des techniques de base en eau vive - Progresser en eau vive + Aisance en eau vive - Préparation de la saison nationale	- Travail des techniques de base en eau vive - Progresser en eau vive + Aisance en eau vive - Préparation de la saison nationale - PREPARATION DES PRE-PIGES JUNIORS A UZERCHE LORS DE LA N2
LISTES OUVERTES	Voir en pièce jointe	

Coût: 125 € : Merci de passer par vos clubs pour centraliser les inscriptions et le paiement par chèque.

Matériel nécessaire:

- **bateau en état, équipé et calé** selon le code du sport (insubmersible) + pagaie + casque + gilet + affaires de bateau (au moins 2 tenues dont une très chaude si la météo n'est pas favorable)
- affaires de sport : **de vraies chaussures de footing** , KW
- **bouteille d'eau !!! OBLIGATOIRE**

RI: DELAUNAY Thibaud (RI), AGULHON Marianne (Rbis)

Cadres: PAJAUD Julien, **et encore 3 à 5 cadres à trouver => avis aux amateurs !!! N'hésitez pas à vous proposer à tdelaunay@ffck.org !!!**

Camions: Au minimum à trouver :

- 2 camions depuis Pau à 6H30 : CRCK + 1 club
- 1 camions depuis Poitiers : 1 club
- 2 camion depuis Angoulême : CDCK16 + 1 club

Renseignement et inscriptions:

TRANSMETTRE UNE REPONSE PAR CLUB UNIQUEMENT PAR MAIL DES QUE POSSIBLE ET AVANT LE 8 FEVRIER 2019. DELAIS DE RIGUEUR A => Thibaud DELAUNAY 31 rue de la prairie du mas 16 710 SAINT YRIEIX - Tél. : 06 63 73 62 62- Mail : tdelaunay@ffck.org

COMMISSION REGIONALE SLALOM

✂-----

**COUPON REPONSE - STAGE REGIONAL SLALOM 18 AU 21/02/2019
 UZERCHE**

**TRANSMETTRE UNE REPONSE PAR CLUB UNIQUEMENT PAR MAIL DES QUE POSSIBLE
 AVANT LE 9 FEVRIER 2019. DELAIS DE RIGUEUR A =>**

Thibaud DELAUNAY 31 rue de la prairie du mas 16 710 SAINT YRIEIX
 Tél. : 06 63 73 62 62- Mail : ldelaunay@ffck.org

CLUB :

NOM	PRENOM	Cat. Cadet Junior Senior	Sexe M ou F	Bat. K1 C1 C2	TEL	MAIL	TRANSPORT Oui / Non Préciser depuis : <input type="radio"/> Pau <input type="radio"/> Angoulême <input type="radio"/> Poitiers

**VENEZ LE JOUR DU DEPART AVEC CHEQUE CLUB ET AUTORISATION PARENTALE POUR LES MINEURS => PAS DE
 DEPART SANS CES DOCUMENTS !!!**

Désire(nt) participer à l'action organisée par le CRCK Nouvelle Aquitaine (commission slalom) du 18 AU 21/10/19.

Ci-joint un chèque de 125 € X _____ Personne(s) = _____ € à l'ordre du CRCK.

Merci de passer par vos clubs pour centraliser les inscriptions et le paiement par chèque club.

RETOUR AVANT LE 8 FEVRIER 2019.

✂-----

AUTORISATION PARENTALE (Pour les mineurs)

Je soussigné Mme, M _____

Tuteur légal de _____

Autorise ce(cette) dernier(ère) à participer au stage intitulé _____

Organisé par le CRCK et qui se déroulera du _____ au _____

J'autorise les responsables du stage à prendre, en cas d'urgence, toute décision médicale ou chirurgicale et ceci
 uniquement suite à l'avis du médecin.

Numéro de sécurité sociale : _____

Remarques particulières : _____

Fait à _____ le _____
 Signature des parents,