

# STAGES SPORTIFS

TERRESTRES  
& NAUTIQUES

Vacances d'automne  
OCTOBRE 2020



    
saintnazaire.fr

# DU LUNDI 19 AU VENDREDI 23 OCTOBRE



## Stages terrestres



Activités	Horaires	Année de naissance des participants	Lieu de rendez-vous	Lieu de pratique
<b>ÉVEIL AQUATIQUE</b>	9h30/12h	2014 / 2015	Gymnase Léo-Lagrange	Aquaparc
<b>VÉLO</b>	9h30/12h	2013 / 2015	Gymnase Léo-Lagrange	
<b>INITIATION MULTISPORTS</b>	9h30/12h	2013 / 2014	Gymnase Léo-Lagrange	
<b>PLEINE NATURE</b>	14h/17h	2007 / 2009	Gymnase Léo-Lagrange	
<b>GLISSE ET MULTISPORTS</b>	14h/17h	2010 / 2012	Gymnase Léo-Lagrange	



## Stages nautiques

**Requis :** brevet de natation 25 m ou attestation scolaire "Savoir nager"



Activités	Horaires	Âge des participants	Lieu de rendez-vous	Lieu de pratique
<b>OPTIMIST débutant</b>	9h/12h	8/11 ans	Bois Joalland	
<b>KAYAK</b>	14h/17h	9/13 ans	Bois Joalland	
<b>SAUVETAGE CÔTIER confirmé*</b>	9h/12h	11 ans et +	Bois Joalland	Plages environnantes
<b>PLANCHE À VOILE confirmé*</b>	14h/17h	12 ans et +	Bois Joalland	

\*Niveau confirmé : avoir fait 2 stages sauf en sauvetage côtier, 1 stage débutant suffit.

# DU LUNDI 26 AU VENDREDI 30 OCTOBRE



## Stages terrestres



Activités	Horaires	Année de naissance des participants	Lieu de rendez-vous	Lieu de pratique
<b>JEUX AQUATIQUES</b>	9h30/12h	2013 / 2014	Gymnase Léo-Lagrange	Aquaparc
<b>VÉLO</b>	9h30/12h	2013 / 2015	Gymnase Léo-Lagrange	
<b>MULTISPORTS</b>	14h/17h	2010 / 2012	Gymnase Léo-Lagrange	



## Stages nautiques

**Requis :** brevet de natation 25 m ou attestation scolaire "Savoir nager"



Activités	Horaires	Âge des participants	Lieu de rendez-vous	Lieu de pratique
<b>OPTIMIST confirmé*</b>	9h/12h	8/11 ans	Bois Joalland	
<b>KAYAK</b>	9h/12h	9/13 ans	Bois Joalland	
<b>SAUVETAGE CÔTIER confirmé*</b>	14h/17h	11 ans et +	Bois Joalland	Plages environnantes
<b>DÉRIVEUR CATAMARAN</b>	14h/17h	12 ans et +	Bois Joalland	

\*Niveau confirmé : avoir fait 2 stages sauf en sauvetage côtier, 1 stage débutant suffit.

### DISCIPLINES PROPOSÉES

**Catamaran :** bateau rapide à double coque, se pratiquant à deux.

**Dériveur :** bateau léger permettant une pratique à deux.

**Éveil aquatique :** familiarisation avec l'eau - maillot de bain obligatoire (pas de short).

**Glisse et multisports :** roller, trottinette, jeux athlétiques, de raquettes et gymniques.

**Jeux aquatiques :** jeux ludiques pour mieux appréhender le milieu aquatique - maillot de bain obligatoire (pas de short).

**Kayak :** embarcation légère qui se propulse à l'aide d'une pagaie double.

**Multisports :** sports collectifs, de raquettes, gymnastique, ultimate...

**Optimist :** petit bateau équipé d'une voile unique, stable et simple à manœuvrer.

**Planche à voile :** avec ou sans dérive.

**Pleine nature :** VTT, tir à l'arc, escalade, kayak, course d'orientation...

**Sauvetage côtier :** planche de sauvetage (surf dans les vagues, rame à genoux et à plat ventre) - prêt de combinaison possible.

**Vélo :** apprentissage des fondamentaux (équilibre, trajectoire, pédalage) en milieu sécurisé (savoir 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 :**

31, avenue Léon-Blum • arrêt de bus héliYce/Hôtel de ville • Tél. 02 44 73 44 35

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 21 septembre 2020.**

- **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 récente de la CAF mentionnant le quotient familial

- pour chacun des conjoints, avis d'imposition ou de non imposition 2019 sur les revenus 2018

- pour les activités nautiques et "pleine nature" : brevet de natation 25m ou attestation scolaire "savoir nager"

## Tarifs et calcul du quotient familial

- Tarif individualisé selon ressources et composition de la famille

- Simulateur de tarif en ligne : [espacefamille.saintnazaire.fr](http://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

**Ville de Saint-Nazaire**

CS 40416 • 44614 SAINT-NAZAIRE CEDEX

T 02 40 00 40 00



[saintnazaire.fr](http://saintnazaire.fr)