

# STAGE COURSE EN LIGNE

Lundi 12 au vendredi 16 avril 2010  
GRAU du ROI



- ◆ **LIEU** : Grau du Roi
- ◆ **ENCADREMENT** : OLRY yvon CTS / EMERIAL Gilles / FERRIERES maurice
- ◆ **HEBERGEMENT** : en gestion libre (chalet espiguette ou résidence mayflower)
- ◆ **CONDITIONS D'INSCRIPTION / PUBLIC CONCERNE** :  
Catégories à partir de benjamin (déjà à l'aise en CEL)  
Licence 2010 en règle
- ◆ **OBJECTIF du stage**  
Préparation du championnat de France de vitesse et de la régates nationale de l'espoir minime qui aura lieu du 7 au 11 juillet à Boulogne sur mer
  - Continuité du stage de février
  - Navigation en bateaux d'équipage
  - Séances orientées sur la vitesse
- ◆ **PROGRAMME PREVISIONNEL**  
RDV au club terre de Camargue du Grau du Roi à 9h30  
Programme prévisionnel sera diffusé la semaine précédent le stage  
Groupes de travail en fonction du nombre / des niveaux...
- ◆ **AFFAIRES PERSONNELLES**  
Bateau monoplace au moins (faire le point avec Gilles Emerial 06 76 59 07 02)  
2 tenues de navigation  
1 tenue de footing / PPG  
Duvet + effets personnels
- ◆ **COUT : 100 €**  
Ce tarif comprend les frais d'encadrement, de pension, de mise à disposition de matériel et les déplacements pendant le stage.  
Pas de règlement en direct au CRCK, une facture sera envoyée
- ◆ **CONTACT ET INSCRIPTION : IMPERATIVEMENT AVANT LE 1<sup>er</sup> avril 2010**  
**Maison Régionale des Sports**  
Comité Régional de Canoë-kayak  
1025 av Henri Becquerel - Parc Club du Millénaire - 34000 Montpellier  
Tel : 04 67 82 16 63 - Port : 06 20 83 28 61  
Mail : [languedocroussillon@ffck.org](mailto:languedocroussillon@ffck.org) Site : [www.crck.org/languedocroussillon](http://www.crck.org/languedocroussillon)  
ou BERNARDEAU David au 0 699 303 404 ou [dbernardeau@ffck.org](mailto:dbernardeau@ffck.org)