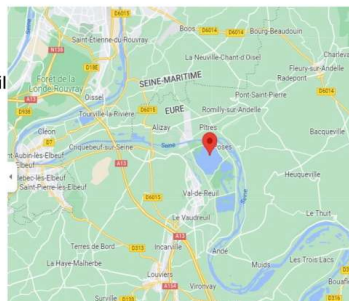




Où sommes nous?

- La base de loisirs est située en Normandie

- De Paris Saint Lazare
- Arrêt à la gare de Val de Reuil



- Accès facile par l'A13 :
- Sortie 19 Incarville

Contact : yole27@yahoo.fr

Pour les particuliers suite à votre demande l'association yole 27 enverra le dossier à remplir en externat 23 euros en internat (limite d'inscription **le 15 février 2023** soit **129 euros**)



synthèse

Lors de la demande d'inscription

pour un particulier

chèque de 23 euros en externat

chèque de 129 euros en complément pour l'internat (avant le 15 février 2023)

Pour une association (avant le 15 février 2023)

Chèque de 129 euros en internat par personne .

Adresse



ou Règlement par virement sur le compte bancaire suivant:

intitulé du compte
ASSOCIATION YOLE 27
SMB RUE DU SOUVENIR FRANCAIS
27740 POSES

IBAN FR76 1830 6002 3811 8693 4870 893
Code BIC (Bank identification code) - code SWIFTAGRIFRPP883

Le responsable de l'association soumet aux parents des participants mineurs de son association la demande d'autorisation suivante

Autorisation parentale obligatoire pour les participants mineurs (sous la responsabilité du responsable de l'association qui se déplace)

J'autorise/je n'autorise (*) pas ma fille /mon fils (*) à être hospitalisé (e) en cas d'accident. / J'autorise/je n'autorise (*) pas ma fille /mon fils (*) à être photographié (e), dans le cadre de son stage et à utiliser son image.

Fait à :

Le :

Signature :

(*) : Barrer les mentions inutiles

Défi Normand 2023

Stage de formation

yole de Bantry

28 avril 1^{er} mai 2023

Lac des 2 Amants à Poses

4 jours de formation pour 23 euros en externat



VIENS VIVRE L'AVENTURE !

OBJECTIFS du défi Normand du 28 avril au 1^{er} mai 2023 et du stage FVA intégré

Découvrir le voile -aviron et se faire plaisir.

Créer les bases d'une équipe mixte composée de nouvelles recrues qui se formeront au contact des équipages actuels et des cadres FVA

Motiver des équipiers pour les Défis(Normand, Breton ,préparer l'Atlantic Challenge 2024 (USA), préparer les prochains raids sur la côte Normande et Bretonne .

Former progressivement les équipiers de la yole et les futurs chefs de bord .

Le coût est de 23 euros en externat pour 4 jours

En demi pension : 75 euros pour les repas

En internat 129 euros/personne.

Programme du 28 au 1 er mai 2023 (en externat prévoir ses repas)

28 avril 2023 accueil à partir de 14h

Préparation des yoles
Soirée de présentation des épreuves
Rappel des règles de navigation
Point sur la sécurité
Révision matelotage

Samedi 29 avril 2023

PETIT DEJEUNER AU SELF SPORTIF –
Matin

-révision à l'aviron , à la voile (ensemble des manœuvres possibles)

-Epreuve de la yole du capitaine

REPAS MIDI

Epreuve Voile et aviron : Le parcours est similaire à la régata à la voile sauf qu'une des sections du trajet doit être parcourue uniquement à l'aviron.

Voile : Une régata sous voiles utilisant la majorité des principes de la régata à voile classique.

● Slalom : Dans cette épreuve, la yole doit se diriger en sinuant à travers un parcours de bouées sans l'aide du gouvernail.

● REPAS SOIR SPORTIF 10

● Préparation de la yole pour le transfert de sac

● Epreuve de matelotage

● Conférence animée par formateur FVA

● la répartition des rôles à bord d'une yole, les manœuvres ,la répartition des masses lors des différentes

allures et virements retour sur la journée et préparation des épreuves du lendemain

● Après 22h Descente de Seine au flambeau

Dimanche 30 avril 2023

● PETIT DEJEUNER AU SELF SPORTIF –

● Matin

● -Epreuve de la yole du capitaine

● Transfert du sac : L'équipage doit transférer un sac à partir d'un quai jusqu'au bateau (ou bien l'inverse) à l'aide de cordages et en utilisant le mât. Cette épreuve requiert rapidité d'exécution et une bonne communication entre l'équipage.

● REPAS MIDI

● Epreuve Voile et aviron : Le parcours est similaire à la régata à la voile sauf qu'une des sections du trajet doit être parcourue uniquement à l'aviron.

● Voile : Une régata sous voiles utilisant la majorité des principes de la régata à voile classique.

● Slalom à la godille : Dans cette épreuve, la yole doit se diriger en sinuant à travers un parcours de bouées sans l'aide du gouvernail. Et à la godille

● Les équipiers se relaient

● REPAS SOIR

● Conférence par formateur FVA

Préparation de l'épreuve de navigation

● Matelotage

Lundi 1 er mai 2023

● PETIT DEJEUNER AU SELF SPORTIF –

● Matin

● -Epreuve de navigation

● Homme à la mer : Le départ s'effectue à la voile par vent arrière et, à un signal, un équipier venu d'une autre équipe se jette à l'eau. L'équipage doit affaler les voiles et sortir les rames afin de retourner chercher le naufragé pour ensuite aller passer la ligne d'arrivée.

● COURSE AVIRON

REPAS MIDI

● Epreuve Voile et aviron : Le parcours est similaire à la régata à la voile sauf qu'une des sections du trajet doit être parcourue uniquement à l'aviron.

● Bilan des épreuves

● Fin à 17h

Lors du stage , l'épreuve de remorquage servira à illustrer la parade que peuvent réaliser les yoles pour encadrer la réplique de la Licorne qui sera en incrustation

