

## Programme de stage – Yole de Bantry

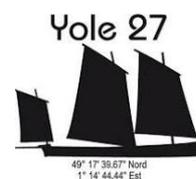
**Dates :** Du 18 au 21 octobre 2025

**Lieu :** Base de Poses

**Accueil :** Samedi 18 octobre au matin

**Hébergement et repas :** Sur place, à la base de Poses **Coût :** 165 € (aide possible pour les 4 jours)

---



### Objectifs du stage :

- Découverte et maîtrise de la yole de Bantry
  - Préparation aux épreuves officielles de l'Atlantic Challenge (transfert du sac, yole du capitaine, slalom, vitesse, manœuvres de sécurité)
  - Préparation d'un équipage pour le Contest of Seamanship à Roskilde (Danemark) en juillet 2026
- 

### Programme détaillé et adapté :

#### Jour 1 – Samedi 18 octobre : Découverte et bases techniques

09h00 Accueil, présentation du stage et des objectifs

09h30 Présentation de la yole de Bantry : histoire, caractéristiques techniques

10h30 Sécurité à bord, équipement, consignes de navigation

11h00 Mise à l'eau et prise en main des yoles

12h30 Repas

14h00 Navigation : découverte des bases de la manœuvre

16h00 Retour au ponton, débriefing

17h00 Temps libre / installation

19h00 Repas et présentation des épreuves de l'Atlantic Challenge

---

#### Jour 2 – Dimanche 19 octobre : Approfondissement et épreuves de base

08h30 Petit-déjeuner

09h30 Briefing météo et objectifs de la journée

10h00 Navigation en équipage : manœuvres avancées, coordination

12h30 Repas

14h00 Ateliers techniques : nœuds, réglages, entretien du matériel

15h30 **Entraînement à l'épreuve du transfert du sac** (cordages, mât)

17h00 Retour à la base, débriefing

19h00 Repas et projection/débat sur les épreuves de l'Atlantic Challenge

---

#### Jour 3 – Lundi 20 octobre : Préparation aux épreuves officielles

08h30 Petit-déjeuner

09h00 Briefing sur les épreuves de l'Atlantic Challenge (slalom, vitesse, yole du capitaine)

09h30 **Entraînement à l'épreuve de la yole du capitaine** (escorte, élégance, coordination)

12h30 Repas

14h00 **Simulation de slalom et épreuve de vitesse** (parcours chronométré)

16h00 Retour à la base, analyse des performances

17h30 Préparation du matériel pour le lendemain

19h00 Repas et échange sur la préparation au voyage à Roskilde

---

#### **Jour 4 – Mardi 21 octobre : Simulation complète et clôture**

08h30 Petit-déjeuner

09h00 Briefing final et objectifs de la journée

09h30 **Simulation complète d'une régates type Atlantic Challenge** (au choix :transfert du sac, yole du capitaine, slalom, vitesse, manœuvres de sécurité)

12h30 Repas

14h00 Débriefing complet, retour d'expérience, conseils pour la suite

15h00 Préparation du voyage à Roskilde 2026 : logistique, matériel, organisation

16h00 Clôture du stage, remise des attestations

16h30 Fin du stage

---

#### **Informations pratiques :**

- **Matériel à prévoir :** Vêtements chauds, chaussures de navigation, gilet de sauvetage (prêt possible sur place), carnet de notes.
  - **Aide financière :** Possibilité de demande d'aide pour les 4 jours (se renseigner auprès de l'association yole 27([yole27@yahoo.fr](mailto:yole27@yahoo.fr)) et de la FVA ).
  - **Ressources :** [Site officiel Atlantic Challenge](#), [Wikipédia – Atlantic Challenge](#)
-