|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Descente 2018**  **Stage Régional Descente Février 2018** | | | |
| ***Renseignements pratiques*** | | | |
| **Lieu :** Vigeois (sur la Vézère)  **Début :** Du Lundi 12 février (Départ de Dampierre et passage possible à Dijon, Beaune ou Moulin)  **Fin :** Au vendredi 16 Février  **Hébergement et restauration :** Gîte en autonomie à Saint-Martin-Sepert (9km de Vigeois) | | **Participation financière :** 140 €  *(coût réel du stage – sans aide : 320 €)*  **Règlement :** à envoyer par le club (chèque au nom du CRCK BFC) afin de valider l’inscription au stage. Le règlement valide l’inscription, un stagiaire ne pourra participer au stage sans règlement au préalable. L’encaissement se fera au début du mois suivant le stage.  *NB : en cas de force majeure uniquement (événement familiale grave, maladie, blessure), la participation au stage sera remboursée (sur demande) en totalité ou au prorata de la durée du stage.* | |
| ***Sportifs possibles : 7*** | | | ***Cadre*** |
| *Profil des sportifs :*  *Athlètes autonomes sur du classe 2 et 3 voulant se perfectionner aux techniques de navigation et de préparation physique ayant pour objectif de faire de la compétition.* | *Informations séances :*  *Nous serons sur une semaine de lâchée d’eau organisé par le CRCK Nouvelle Aquitaine. Par conséquent, et dans un objectif de confrontation nous ferons des séances avec les athlètes et cadres de cette région.* | | Fred MOMOT  0625130532  [fmomot@ffck.org](mailto:fmomot@ffck.org) |
| ***Matériel nécessaire*** |
| **Matériel de Descente :**  - Bateau en état et aux normes selon le règlement (gonfles)  - gilet aux normes / casque / Chaussons  - Affaires de rechange  - Tenue de saison  - Tenue de course à Pied  - Petit matériel de réparation |

**Programme prévisionnel**

(Programme qui pourra évoluer en fonction des séances de Nouvelle Aquitaine)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Lundi** | **Mardi** | **Mercredi** | **Jeudi** | **Vendredi** |
|  |  |  |  |  |  |
| **Matin** | Voyage Aller | Travail de partiels sur Vigeois – Estivaux | Travail sprint à Uzerche | Travail Sprint au Saillant | Travail vitesse à Vigeois |
| **Midi** | Pique-nique perso | Repas au gîte | Repas au gîte | Repas au gîte | Pique-nique |
| **Après midi** | 1 desc Vigeois Estivaux | Descente(s)  Vigeois – Estivaux | Descente(s)  Vigeois – Estivaux | Descente(s)  Vigeois – Estivaux | 1 desc Vigeois Estivaux |
| **Soirée** | Installation gîte | Point sur la préparation et la saison | Retour vidéo | Retour vidéo | Voyage retour |
| **Nuit** | Au gîte | Au gîte | Au gîte | Au gîte |  |

\*en fonction du temps, des footings seront certainement ajoutés.

**BULLETIN D’INSCRIPTION**

**Stage Descente, Vigeois du 12 au 16 Février**

A retourner avant le **7 février** au

**CRCK BFC, 19 rue Pierre de Coubertin - 21000 DIJON**

ou par mail sur [crckbfc@gmail.com](mailto:crckbfc@gmail.com)

*Accompagné de la fiche médicale, l’autorisation parentale et du règlement du stage (règlement par le club).*

NOM : Prénom :

Date de naissance :

Nom du club : Président :

□ Participera à l’action

□ Ne participera pas à l’action

Motif :

**FICHE MEDICALE**

Numéro sécurité social du stagiaire :

Personnes à contacter en cas de problème :

Tel :

Email :

Régime alimentaire particulier : OUI / NON

Si OUI, précisez :

Prise de médicament/allergies (précisez) :

Remarque :

**AUTORISATION PARENTALE**

*(Pour les athlètes mineurs)*

Je soussigné(e)

père, mère, représentant légal *(rayer les mentions inutiles)* autorise mon enfant

Adresse : …………………………………………………………………………………………………………………………….

……………………………………………………………………………………………………………………………………………

à participer au stage organisés par le Comité Régional Canoë Kayak de Bourgogne Franche-Comté pour la période du **stage descente du 12 au 16 février.**

D’autre part, j’autorise à faire pratiquer les soins médicaux ou d’interventions chirurgicales jugées nécessaires par les autorités compétentes durant cette période.

*Date et signature des parents ou du responsable légal*

**REGLEMENT**

*Rappel :*

Il est demandé **au club** d’envoyer un chèque au nom du CRCK BFC afin de valider l’inscription au stage. Un stagiaire **ne pourra participer au stage sans règlement au préalable**. Tout chèque au nom des parents sera retourné.

Nous vous demandons le règlement total pour le stage. En cas de trop perçu, après calcul des frais réels, la différence sera remboursée au club. L’encaissement se fera au début du mois suivant le stage.

**NB**: *en cas de force majeure uniquement (événement familiale grave, maladie, blessure), la participation au stage sera remboursée (sur demande) en totalité ou au prorata de la durée du stage.*