

CENTRE D'INITIATION SPORTIVE

Stage « Canoë - Kayak »

Lieu : Ile Aumône

Date : Du 21 au 25 Juillet 2025

Horaire : 9h à 12h

Lieux de RDV : 8h45 sur le parking Covoiturage aux pieds de la passerelle

Lieux de Reprise : 12h sur le parking Covoiturage aux pieds de la passerelle

Nombre de séances : 5 matinées **obligatoires et facturées**

Papier à fournir avant le premier jour du stage :

- + Un questionnaire de santé *sauf pour les enfants qui sont inscrits au CIS à l'année*
- + Le brevet de natation de 25 m minimum
- + Le test antipanique **SANS** brassière de sécurité

Attention, toute inscription à un stage entraîne sa facturation.



Pensez à :

Tenue à prévoir pour pratiquer le canoë :

- + Un maillot de bain
- + Un short ou un caleçon
- + Un Tee-shirt ou un sweat
- + Un coupe-vent
- + Des vieilles baskets qui tiennent aux pieds

Dans un sac à dos, prévoir :

- Des sous-vêtements et des chaussettes de rechange
- + Un sac plastique pour mettre le maillot de bain mouillé
- + Gel douche
- + Un vêtement chaud (pull, gilet)
- + Une serviette de toilette
- + Des baskets de rechange
- + Des vêtements de rechange