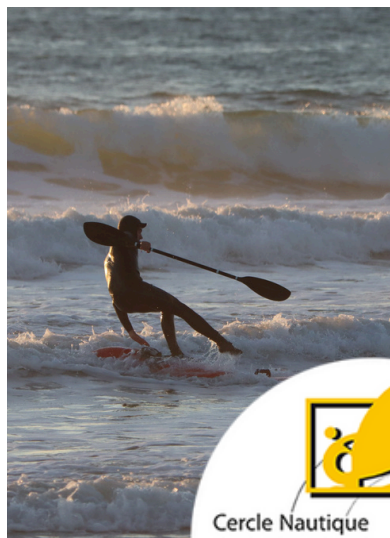


STAGE WAVESKI



16 AU 20 FEVRIER 2026



CALENDRIER STAGE SAISON 2026 ET FORMULES.

N°1 (Initiation et +) N°2 (Perfectionnement) N°3 (Pole Compétition)

16 AU 20 fevrier

13 AU 17 avril

20 AU 21 JUIN

	STAGE 1	STAGE 2	STAGE 3	Total
PRIX dégressif	+ 400€	+ 300€	+ 150€	= 850€
Prix unitaire	+ 400€	+ 400€	+ 300€	= 1100€

PLANNING PRÉVISIONNEL STAGE N°1 :

	DIM. 15	LUN. 16	MAR. 17	MER. 18	JEU. 19	VEN. 20
GMT+01						
08:00			Peti dej et reveil musculaire De 08:00 à 09:00	Peti dej et reveil musculaire De 08:00 à 09:00	Peti dej et reveil musculaire De 08:00 à 09:00	Peti dej et reveil musculaire De 08:00 à 09:00
09:00			Roulement : Session Coaching + Video De 09:00 à 11:45	Roulement : Session Coaching + Video + Activité sauvetage + intervention faune.flore De 09:00 à 14:00	Roulement : Session Coaching + Video De 09:00 à 11:45	Menage rangement De 09:00 à 10:00
10:00		Rendez-vous : Cercle Nautique Cohésion de groupe, 1h				Free session coatching De 10:00 à 12:30
11:00		Prise en mains logement				
12:00		Roulement : Session Coaching + Video De 12:00 à 13:30	Repas De 12:00 à 13:30		Repas De 12:00 à 13:30	Pique nique plage De 12:30 à 13:30
13:00		Pique nique plage De 12:00 à 13:30	Repos + Etirement De 13:30 à 14:45		Repos + Etirement De 13:30 à 14:45	Vestiaires club, 13:30
14:00				Repas De 14:00 à 15:30		Finalisation montage video De 14:00 à 16:00
15:00		Pause : Gouter / Cohésion De 15:00 à 16:00	Roulement : Session Coaching + Video De 15:00 à 17:30	Montage video en groupe De 15:30 à 19:00	Roulement : Session Coaching + Video De 15:00 à 17:30	
16:00		Free surf avec mono De 16:00 à 17:30				Fermeture de stage De 16:00 à 17:00
17:00						
18:00		Dépose matériel club + De 17:30 à 18:30	Dépose matériel club + De 17:30 à 18:30		Dépose matériel club + De 17:30 à 18:30	
19:00		Préparation retour De 18:30 à 19:00	Préparation retour De 18:30 à 19:00	Préparation Repas De 19:00 à 20:30	Préparation retour De 18:30 à 19:00	
20:00		Repas De 20:00 à 21:15	Repas De 20:00 à 21:15	Repas De 20:30 à 21:45	Repas De 20:00 à 21:15	
21:00		Retour Video, 21:15	Retour Video, 21:15	Visualisation Montage et	Retour Video, 21:15	
22:00						



Cercle Nautique
de la Ria d'Étel
VOILE - KAYAK - PLONGÉE

AU PROGRAMME:

STAGE N°1

🌀 Axe 1 – Découverte et +

- Lecture du spot et choix des vagues.
- Adapté le matériel à sont niveaux et besoins
- Coaching individuel, retour vidéo.
- Fiche récap, axé sur des points cible, post stage.

🎥 Axe 2 – Vidéo & Créa

- Initiation à la captation vidéo et photo.
- Apprentissage du montage .
- Réalisation d'un clip collectif du stage.
- Valorisation du waveski sur les réseaux sociaux.

🚒 Axe 3 – Sauvetage & Partage

- Révision des gestes de secours et de sécurité.
- Exercices de remorquage et d'assistance.
- Étude des règles de priorité et partage du spot.
- Mise en situation réelle sur l'eau.



OBJECTIFS DU STAGE:



Booster ta technique et ton style.

Repousse tes limites sur l'eau et affine ton flow artistique.



Partager l'esprit de team.

Entraide, cohésion et bonne vibe entre riders.



Créer un souvenir inoubliable.

Réaliser ensemble un clip qui immortalise le stage.



Enzo Monfort LE JEUNE COACH



Arthur Seguin LE VIEUX COACH



Gwendal LE LAN PRESERVATION DU LITTORAL



ACTIONS PASSÉES:



**Ramassage
de déchets**

**Stage en
GUADELOUPE**



**Découverte en
Waveski double**