

# Conditions

- **Avoir + 14 ans**
- **Tous niveaux acceptés**
- **Licence et cotisation école de voile OBLIGATOIRE (\*)** sauf adhérent Club

**+ 48€** à régler 1 fois / an

## Tarifs

### Stage manœuvre initiation :

9h à 12h / 5 demie-journées sur 1 semaine

- **280€ Adulte**
- **230€ moins de 23 ans**

### Stage manœuvre performance : (Niveau 2 validé)

9h à 12h / 5 demi-journées sur 1 semaine

- **330€ Adulte**
- **280€ moins de 23 ans**



# STAGE MANŒUVRE SUR J/80 BATEAUX DE 8 MÈTRES

## Nous contacter

### Sports Nautiques Sablais

125 Place Jean David Nau

Face au ponton A

85100 Les Sables d'Olonne

02.51.21.63.00



sportsnautiquessablais@orange.fr

www.sportsnautiquessablais.com



Sports Nautiques Sablais



sportsnautiquessablais



ENEZ PRENDRE DU PLAISIR SUR NOS VOILIERS

# Le bateau

J/80

- voilier idéal pour découvrir, comprendre et apprendre les différentes manœuvres avec sensation de glisse et de vitesse.

## Conseils

- Salopette et veste de quart selon la saison. Crème solaire et lunettes de soleil.
- Chaussures type baskets.



- Stagiaires embarqués à bord du bateau. Aide moniteur à vos côtés pour superviser les manœuvres. Moniteur sur pneumatique donnant les consignes.
- Briefing départ et débriefing retour en fin de séance. Répétitions successives des manœuvres (virement de bord, empannage).

### STAGE MANŒUVRE INITIATION

- Gérer son bateau avant le départ,
- Utiliser la voile pour avancer et la barre pour diriger le bateau,
- Appliquer les consignes de sécurité données par le moniteur et faire des nœuds marins.

### STAGE MANŒUVRE PERFORMANCE

- Parfaire vos connaissances et acquérir de bons réflexes,
- Utiliser le spi,
- Maîtriser la conduite du bateau et toutes les allures y compris en surpuissance,
- Assurer sa sécurité dans des conditions normales de navigation,
- Prendre en compte son environnement pour une navigation en toute sécurité.