



# Stages été 2020

## ADULTES

autonomes

débutants

Le MUC Aviron se réserve la possibilité d'annuler en cas d'effectif insuffisant. Prévoir une tenue de sport, de quoi boire et se protéger du soleil, et un pique-nique pour les journées.

### 13 + 15 + 16 juillet - 17h30 à 20h

Adultes autonomes en bateau stable souhaitant s'initier au skiff.

- Limité à 12 personnes

**75€ - Adhérents**  
**120€ - Non adhérents**

### 17 + 18 juillet - 8h30 à 11h

Adultes autonomes en bateau stable souhaitant s'initier au skiff.

- Limité à 12 personnes

**50€ - Adhérents**  
**80€ - Non adhérents**

### 13 + 15 + 16 juillet - 8h30 à 11h

Destiné aux adultes débutants qui souhaitent découvrir l'aviron.

- Limité à 12 personnes

**120€ - Non adhérents**

### 17 + 18 juillet - 17h30 à 20h

Destiné aux adultes débutants qui souhaitent passer au niveau autonome.

- Limité à 12 personnes

**50€ - Adhérents**  
**80€ - Non adhérents**

#### Au club, MUC Aviron

Base MUC Aviron de l'Arnel à Palavas.  
Bus 131 / covoiturage s'organise en général spontanément.

#### Tenue de sport

short, tee-shirt, baskets, coupe-vent, survêtement, en fonction du temps.

#### La sécurité

La sécurité est assurée par des encadrants du club diplômés. Un bateau de sécurité encadre les bateaux d'initiation (planches insubmersibles).

**Les rameurs doivent néanmoins savoir nager au moins 25 mètres**

#### Covid-19

Nous vous présenterons, dès le début des cours, notre protocole sanitaire afin de vous garantir votre sécurité.

#### Renseignements et inscriptions

Par téléphone (Thomas) : 06.01.48.31.96  
Par mail : [contact@montpellier-aviron.com](mailto:contact@montpellier-aviron.com)  
Site internet : <http://www.montpellier-aviron.com>