

Forfait activité **SURF ÉVOLUTION**

275 € / personne / 12 séances
en complément des frais de séjour

SURF ÉVOLUTION



Du 11/05 au 18/05/19 - Du 25/05 au 01/06/19
Du 08/06 au 15/06/19 - Du 15/06 au 22/06/19
Du 07/09 au 14/09/19 - Du 14/09 au 21/09/19

VVF Villages Les Plages du Médoc*** à Soulac-sur-Mer - Gironde

Un véritable **stage d'une semaine** pour chevaucher les vagues... **plus de 40 h de bonheur !**
Le site exceptionnel du VVF Villages Les Plages du Médoc à Soulac-sur-Mer, **en accès direct à la plage** des Naïades, est le cadre idéal pour **apprendre et progresser en surf !**
Les cours de qualité sont encadrés par des **moniteurs diplômés d'État** de « Soulac Surf School ». Ce programme, riche et plein de moments conviviaux, vous permet d'**améliorer votre technique** rapidement grâce aux conseils individualisés de professionnels. Pour tous les niveaux, ce stage vous donne les clefs pour **un surf maîtrisé** avec des souvenirs et des émotions indélébiles !

AU PROGRAMME

- **Le samedi**, après votre installation et une petite visite de reconnaissance des lieux, vous rendez visite et puisez la motivation auprès de **vos moniteurs !**
- **Le dimanche**, vous commencez par **les évaluations techniques et de sécurité**, pour les novices comme pour les experts, afin de déterminer votre groupe de niveau et vos objectifs.
- **Les lundi et mardi**, début de **l'individualisation des cours**, avec 2 temps techniques par jour consacrés aux bases. Votre moniteur guide l'intensité de votre stage sur la semaine pour que vous en profitiez pleinement
- **Le mercredi** est la transition en douceur vers **la phase de perfectionnement** avec cours théoriques (comme tous les jours !) et **exercices d'optimisation**. Pour terminer la journée, une initiation au « **surf rescue** » est prodiguée.
- **Les jeudi et vendredi**, place à la révélation technique avec **des sessions toutes en glisse et plaisirs !**
- Pour clôturer le stage, **remise des médailles de niveaux** autour d'un **apéritif convivial**, l'occasion de se remémorer tous les bons moments de la semaine !
- Tous les jours, vous avez **un accès illimité à l'école et à la zone de surf**

*Le prix comprend : l'encadrement de l'activité « Surf Évolution » selon le programme prévu par un moniteur diplômé d'État, le prêt du matériel de surf, l'assurance pour l'activité surf et la remise d'un diplôme.
Il ne comprend pas : les frais de séjour (location), les frais de dossier (35,50 €/dossier), les assurances, la taxe de séjour à régler sur place.
Conditions particulières de vente, descriptif, accès et coordonnées du VVF Villages sur vfv-villages.fr*

INFOS PRATIQUES

NIVEAU REQUIS

Le stage « Surf Évolution » est accessible aux adultes de 18 à 45 ans, débutants ou confirmés, pratiquant régulièrement une activité sportive, et sachant nager.
Les moniteurs diplômés d'État de surf procéderont à une évaluation préalable des stagiaires afin d'adapter la sécurité et l'intensité technique à chacun.
Ce stage est déconseillé aux personnes ayant des pathologies chroniques du genou ou du dos, et les personnes ayant des prothèses de hanche ou de genou.

À PRÉVOIR DANS VOS BAGAGES

L'intégralité de l'équipement nécessaire au stage est fournie par Soulac Surf School (planches, combinaisons, accessoires...), un casier personnel sera également à votre disposition.
À prévoir : maillot de bain, serviette, rechange et crème solaire.