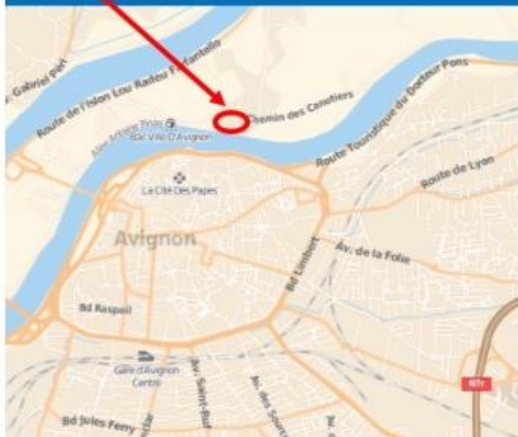




\*Situation géographique de la SNA



**RENSEIGNEMENT ET RESERVATION**

Téléphone 04 90 82 02 54

[www.snavignon.com](http://www.snavignon.com)

462 chemin des canotiers  
La Barthelasse  
84000 AVIGNON

E-mail : [snavignon@gmail.com](mailto:snavignon@gmail.com)



# ÉTÉ 2017



**Société Nautique d'Avignon**  
Passion depuis 1947

Téléphone : 04 90 82 02 54



## Les possibilités :

---

**Initiation à terre : acquérir les bases**

**Apprentissage individuel sur l'eau**

- 1<sup>ère</sup> prise de contact
- Acquisition de la dynamique

**Promenade en équipe :**

- Yole à 4 avec barreur
- Première sensation de glisse
- Effort collectif



**Une activité à définir ensemble**

**L'esprit glisse :**

- 1 temps de propulsion 3 temps de glisse
- Amplitude souple et finesse du geste
- Recherche de l'équilibre

**L'esprit d'équipe :**

- 4 rameurs un barreur un seul bateau
- La cohésion fait la différence

**Une discipline accessible :**

- 30 m pour maîtriser le geste seul
- 30 m pour se coordonner à 4

⇒ 1h pour naviguer en équipe

**Un autre regard :**

- la nature à fleur d'eau
  - Avignon comme vous ne l'avez jamais vue
- Les remparts  
Le palais des Papes  
Le Rochers des Doms  
Le Pont Saint-Bénézet



## Modalités

---

**A partir de 10 ans**

**Savoir nager**

**Groupes de 30 enfants maximum  
encadrement : diplômés d'état**

**Gratuit pour les accompagnateurs**

**Public en situation de handicap :  
nous contacter**

**Durée : 2 à 3 heures**

**Tarifs :**

**11€/enfant en demi-journée**

**15€/enfant journée**