



# Société des Régates de la Bernerie

## La base nautique la plus proche de Nantes !

Association loi 1901 agréée Jeunesse et Sports  
et Éducation Nationale



### ~ Stage Initiation OPTIMIST ~

#### Objectif :

**Niveau 1 FFVoile** : « Se déplacer à la voile sur un trajet choisi et encadré par le moniteur »

#### Conditions :

A partir de 6 ans, savoir nager 25m  
Niveau découverte ou peu expérimenté

#### Nombre de stagiaires mini/maxi :

5 mini / 12 maxi

#### Durée :

Vacances d'été (juillet-août) et de printemps  
5 séances de 1h30

#### Le matériel :

Optimist en polyéthylène : résistants et tolérants - Voiles mini-spi, voiles avec bôme relevable (= *Top sécu* !)

#### Programme :

Nouvelle pédagogie École Française de Voile  
Sensibilisation à l'environnement et au sens marin

#### Encadrement :

Moniteur FFVoile ou Brevet d'État voile

#### Sécurité :

Encadrement sur support – navigation en plan d'eau de mer fermé (= *Top sécu* !)

#### Équipement fourni :

Combinaison (en location), coupe-vent, gilet de flottaison

#### Équipement personnel à prévoir:

Vieilles tennis ou chaussons de voile, crème solaire, chapeau, nécessaire pour la douche

#### Descriptif du centre :

L'École de voile est située sur la grande plage, face au plan d'eau. Vestiaires, sanitaires et douches sont à la disposition des stagiaires.

