



# STAGES

Du Lundi au vendredi



## Du 07 juillet au 29 Août 2025

Activités maintenues le 14 juillet et 15 août



**STAGE POSSIBLE  
DU 30 JUIN AU 04 JUILLET 2025**

**UNIQUEMENT EN OPTIMIST 8-10 ANS "09H30-12H00"  
ET TWIN CAT 13 "13H00-16H00"**



### Ti' Mousse 6-7 ans

Initiez-vous en Optimist, bateau ludique et adapté.

**09h30-12h00  
13h30-16h00**  
Tout niveau  
**167€\***



### Optimist 8-10 ans

Apprenez à manoeuvrer et devenir autonome en Optimist.

**09h30-12h00  
13h30-16h00**  
Débutant  
Tout niveau  
**167€\***

Spot  
maison  
de la mer



### Ti' Glisse 8-10 ans

Naviguez en Optimist, Planche à voile ou paddle. Activité choisie par le moniteur selon la météo.

**09h00-11h00  
11h15-13h15**  
Tout niveau  
**146€\***



### Ado-glisse 11-14 ans

Naviguez en Cata Twin cat 13, Dériveur Rs et Funboat. Bateau choisi par le moniteur en fonction du niveau & météo.

**09h30-12h00**  
Tout niveau  
**167€\***



### Catamaran

#### Twin cat 11-14 ans

Sensation, fun et glisse à deux, découvrez les joies de la navigation en Catamaran.

**13h00-16h00**  
Tout niveau

**190€\***



### Catamaran Dart 16 15 ans à Adulte

Bateau stable et facile à manoeuvrer, idéal pour débiter ou se perfectionner.

**09h00-12h00**  
Niveau 0-2 FFV  
**13h00-16h00**  
Niveau 2 et + FFV  
**190€\***



### Dériveur RS Féva 15 ans à Adulte

Dériveur double ou en solo, fun et rapide, il est parfait pour apprendre et performer.

**13h00-16h00**  
Niveau 2 et + FFV  
**190€\***

Spot  
maison  
de la mer



### Planche à Voile

Découvrez la sensation de glisse avec du matériel adapté

**11-14 ans : 09h00-11h00**  
**15 ans et + : 11h15-13h15**  
Niveau 0 - 2 FFV  
**158€\***

Spot  
maison  
de la mer



### Planche à Voile 12 ans à Adulte

Maîtrisez les techniques avancées pour plus de glisse.

**14h30-16h30**  
Niveau 2 et + FFV  
**158€\***

### Tarifs avantageux\*

15 % de réduction à partir du 2ème stage ou de la 2ème personne pour la même commande

**Pour Réserver  
Flashez - moi**



**Documents obligatoires  
pour s'inscrire**

**Un Dossier client**

A télécharger sur le site ou à  
demander par mail

**Une Licence FFV 2025**

14€ valable jusqu'au  
31/12/2025 prise lors de la  
réservation si non licencié

**Un questionnaire de santé**

Délivré par la FFV et fourni par  
le centre nautique ou  
téléchargeable sur le site

## Infos pratiques

### Je fais mon sac de Voile

- **Combinaison néoprène**  
fournie par le club pour les  
- de 15 ans
- **Baskets, chaussures  
d'eau, PAS DE TONG**
- **Coupe-vent**
- **Maillot de bain**
- **Polaire**
- **Tee-shirt simple  
ou UV idéal**
- **Crème solaire**
- **Casquette ou bonnet**
- **Lunettes de soleil**
- **Sac a dos, gourde**
- **Affaires de rechange**
- **Serviette de bain**



## Vacances d'été 2025

## Spots de navigation

**Lieu de rendez-vous  
Rive Droite**

MAISON DE LA MER Bd  
maréchal Foch 34250  
Palavas-les-flots

**Lieu de rendez-vous  
Rive gauche**

Centre nautique  
Municipal  
Rive gauche  
1 quai Paul cunq  
34250 Palavas-les-flots



# Centre Nautique municipal Palavas-Les-flots

[www.ot-palavaslesflots.com](http://www.ot-palavaslesflots.com)

[centrenautique@palavaslesflots.com](mailto:centrenautique@palavaslesflots.com)

04.67.07.73.33

1 quai Paul cunq  
34250 Palavas-les-flots