

INVITATION SIMULATION DE COURSE CDCK16 À BOURGINES

LE 24 JUIN

Le 24/06 : RDV à partir de 15H00 à Bourgines

Fin 19h00 à Bourgines

Objets du stage :

| | |
|---------------------------|--|
| Public concerné | Licencié FFCK en club Charente + Pôle Espoir Angoulême Pratiquant avec un niveau pagaie verte et plus |
| Objectifs du stage | Mettre en place son protocole de course (analyse, échauffement, récupération, gestion de leur temps) Préparer le Championnat de France U15/U18/U23 |

R1 : PAJAUD Julien (CDCK16) – 06 87 51 69 12 – ctfcdck16@gmail.com

Camion : Regrouper les départs selon la situation géographique

Prix : **0 euros par stagiaire** (coût du déplacement et de la part cadre à voir avec son club)

Matériel :

- Bateaux de slalom (K1 ou/et C1) au norme
- Gilet au norme, chaussons tenant aux pieds (N2 et N3), casque
- Gourde et nutrition sportive pour entre les manches et phases

Organisation de l'encadrement et jugement :

Pour une question organisationnel, le jugement sera à donner par le compétiteur à la fin de sa manche.
Les encadrants seront laissés à disposition de leur groupe pour accompagner leurs sportifs.

Programme :

- 16h30 premier départ pour laisser le temps au club d'arrivée et aux sportifs de mettre en place leur protocole de course
- 16h30 – 17h30 : 2 manches additionnées qui donne un classement par catégorie (phase 1)
- 17h30 – 17h45 : variante de maximum 6 portes
- 17h45 – 18h45 : 2 manches additionnées qui donne un classement par catégorie (phase 2)
- 19h00 : annonce des résultats (addition des places de la première et deuxième phase)

Ce programme est prévisionnel avec un maximum de 60 participants. S'il y a plus de personne, le format de course sera adapté.

Inscription :

Au plus tard le **22 juin** pour sortir une liste de départ, préparer les dossards et le fichier de gestion de course