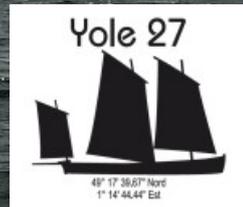


Poses du 28 au 1<sup>er</sup> nov 2023  
Belfast usa du 20 au 27 07 2024

**STAGE YOLE DE Bantry et préparation  
du déplacement pour L'atlantic Challenge aux USA  
Accessible sans connaissances initiales**

Faible coût



## **Une Aventure Maritime Près de chez toi ! La suite .....**

Stage de formation à la pratique du voile -aviron du 28 oct au 1<sup>er</sup> nov 2023

Vous avez entre 16 et 25 ans?

Vous êtes curieux de pratiquer un sport alliant voile et aviron?

Vous recherchez une activité d'équipe où se mêlent ouverture d'esprit, responsabilité et dépassement de soi?

Rejoignez-nous à Poses.

**Aucune connaissance marine requise!**

Mais 3 jours de pratique voile et aviron sur lac d'abord .....puis en mer si affinité

**Préparation à l'Atlantic Challenge juillet 2024 aux USA pour les 15/25 ans.**

**Un échange international entre 16 nations <https://youtu.be/GwcMvkMuAY4>**

Association yole 27  
[yole27@yahoo.fr](mailto:yole27@yahoo.fr)

**La formation est gratuite**

# Une Aventure Maritime Près de chez toi ! La suite .....

Le programme du 28 oct au 1<sup>er</sup> nov aborde les points suivants

- les nœuds , épissures et leurs utilisation en français et en anglais

- les techniques de nage à l'aviron en régates

- les allures avec une yole de Bantry sous voiles

- application à la course voile- aviron en régates

- application à la course voile en régates

- la spécialisation des postes à la voile

- rôle de l'équipier d'artimon , navigateur

- rôle du chef de mât de Taillevent et de son équipe

- rôle du chef de Misaine et de son équipe

- définition de répétiteur au taillevent

- Rôle du brigadier avant

- les règles de régates

- le départ de course à l'aviron

- le départ de course à la voile



- le transfert de sac

[https://www.instagram.com/atlantic\\_challenge\\_usa/](https://www.instagram.com/atlantic_challenge_usa/)

**Une Aventure Maritime  
Près de chez toi ! Qui peut t 'emmener aux USA  
pour participer à l'Atlantic Challenge**

- Possibilité d'un séjour de 3 semaines
- 2 semaines à Green Island USA
- 1 semaine à Belfast USA



Un entraînement local qui est la clé pour une  
aventure aux USA

Contact : [yole27@yahoo.fr](mailto:yole27@yahoo.fr)

[https://youtu.be/GwcMvkMuAY4?si=ds3DKG0XF\\_QcXQix](https://youtu.be/GwcMvkMuAY4?si=ds3DKG0XF_QcXQix)

[https://www.instagram.com/yole27\\_\\_/](https://www.instagram.com/yole27__/)