



**la Plagne
Eaux Vives**



VIVEZ L'AVENTURE EN KAYAK

SUR L'UNE DES PLUS BELLES RIVIÈRES !
JUILLET-AOÛT

Ecole Française
EFCK
en partenariat avec EBF

www.laplagne-eauxvives.com

Facebook icon La Plagne Eaux Vives Instagram icon laplagneauxvives

DESCENTES "À LA CARTE" OU CHOIX DE STAGES VARIÉS

POUR UNE PROGRESSION PERSONNALISÉE

SÉANCES D'INITIATION

- Eaux calmes (1h30)..... 25 €
(Kayak - Canoë - Stand-up paddle)
- Groupes (entre 8 et 16 pers.)..... 15 €
- Séance "Gothard Eaux Vives" (lundi)..... 39 €

DESCENTES ENCADRÉES (2 PERSONNES MINIMUM)

En kayak 1 ou 2 places, rigide ou gonflable
selon votre niveau - 1 location kayak offerte
avant les descentes

- LA MINI • Gothard Eaux Vives..... 39 €
(âge minimum 8 ans - lundi)
- LA DÉCOUVERTE • Landry - Gothard..... 45 €
(âge minimum 10-12 ans - 8 pers. max.)
- LA CLASSIQUE • Bourg Saint Maurice - Gothard..... 55 €
(âge minimum 12 ans - 6 pers. max.)
- LA MAGNIFIQUE • Aime - Centron..... 69 €
(âge minimum 14 ans - 6 pers. max.)
- L'ADRÉNALINE • Doron de Bozel ou rapides d'Aime..... 69 €
(4 pers. max. - sur évaluation de votre niveau)

PACKS DESCENTES

1 location offerte avant la descente + 10% sur la 2^e

Pack 2 bleues

Pack 1 bleue - 1 rouge

Pack 2 rouges

MINI-STAGES

Avec accès au plan d'eau illimité inclus

Stage 3 bleues (initiation)..... 10% réduc. sur la 2^e et 3^e

Stage 2 bleues + 1 rouge..... 10% réduc. sur la 2^e et 3^e

Stage 4 descentes et +..... 15% réduction

Stage 5 descentes..... 15% réduction

PACK TRIBU (STAGE MULTI-EMBARCATIONS)..... 140 €

- Une initiation en eau calme

(Plan d'eau ou Gothard Eaux Vives)

- Une descente kayak rigide ou gonflable

- Une descente Raft

Pour votre plaisir, les coachs adaptent le choix
de votre kayak en fonction de votre niveau :
kayak rigide ou gonflable, 1 ou 2 places...

NIVEAUX

- Plan d'eau des Versants d'Aime (savoir nager)
- Rivière facile (à partir de 10 ans et savoir nager)
- Rivière difficile (à partir de 14 ans et savoir nager)
- Rivière très difficile (bon niveau à partir de 14 ans)

Les prix sont indiqués par personne

LOCATIONS

PLAN D'EAU DES VERSANTS D'AIME

- Kayak - Canoë - Paddle (30 min)..... 7 €
- 2^e personne ne sachant pas nager..... 3 €

STAGE D'INITIATION

À PARTIR DE 10 ANS

Le plan d'eau est accessible pour vous les après-
midis du stage.

- **SAMEDI** (en option +16€) De 10h00 à 12h00 pour une initiation en eaux calmes.
- **DIMANCHE** De 13h30 à 17h30 pour prendre en main le matériel (gilet, casque, kayak, pagaie, jupe) et s'initier 30 min. sur le plan d'eau. De 18h00 à 19h00, restez vous amuser avec nous au boarder cross en Stand Up Paddle!
- **LUNDI** De 9h30 à 12h00 au chalet du Gothard pour une initiation en eaux vives.
- **MARDI** De 8h30 à 13h00 dans nos locaux de l'aire de chaînage d'Aime pour une descente de la "Petite Isère" ou Landry - Gothard (possibilité de rendez-vous à Seez ou Landry à 9h15).
- **MERCREDI** De 9h30 à 12h00 dans nos locaux de l'aire de chaînage d'Aime pour une descente d'Aime aux Îles d'Aime.

STAGE SPORTIF

ADOS ET ADULTES

Avant les descentes nous vous offrons un accès au plan d'eau afin d'apprendre ou réapprendre à pagayer

- **JEUDI** De 8h30 à 12h00 dans nos locaux de l'aire de chaînage d'Aime pour une descente de Bourg Saint Maurice jusqu'à Gothard
- **VENDREDI** De 9h30 à 12h30 dans nos locaux de l'aire de chaînage d'Aime pour une descente des Gorges de l'Isère, d'Aime à Centron

DESCENTE CONFIRMÉE

ASSIDUS ET MOTIVÉS

- **LUNDI ET VENDREDI SOIR** De 17h30 à 20h30 pour une descente du Doron de Bozel ou dans les rapides d'Aime.

CHOISIR LE CLUB DE KAYAK DE LA PLAGNE, C'EST :

- L'assurance d'une descente personnalisée en petits groupes, avec Lucas ou Alexandre, les entraîneurs du club
- Location offerte sur le plan d'eau avant votre séance
- Soutenir le club local dans sa mission de formation des jeunes au sport et à l'environnement



INSCRIPTIONS minimum 24 heures à l'avance
07 70 18 70 12 • laplagnekayak@gmail.com

www.laplagne-eauxvives.com

f La Plagne Eaux Vives @laplagneauxvives