

Affaire suivie par :

Matthieu LESENECHAL
Entraîneur Pôle Espoir Canoë-Kayak de Caen-Normandie
Quai Lefèvre
14120 MONDEVILLE
06.28.56.70.77
Matthieu.lesenechal@canoekayaknormandie.org

Destinataires :

Tous les clubs Normands

Stage Course en ligne Vacances de la Toussaint – CAEN

Date : du lundi 19 octobre à **10h** au vendredi 23 octobre 2026 vers **16h**.

Lieu : Pôle Espoir et Centre Sportif de Normandie - Antenne de CAEN (hébergement) et restauration Crous

Attention : les places disponibles pour l'hébergement sont de 27 places athlètes. En cas de dépassement de ce nombre, **Merci de mettre un ordre de « préférence » (motivations et niveau potentiel/dynamique de groupe) dans vos inscriptions au cas où il n'y aurait pas assez de places... Merci**

Publics concernés : Cadets /Juniors et Jeunes seniors, **Minimes si places disponibles/réel potentiel et niveau acceptable, bienvenue.**

Matériel nécessaire : Bateaux en parfait état monoplace et **équipages** (merci aux petits clubs de ramener au moins un K2 adapté au niveau des vos jeunes) ainsi que quelques tréteaux, pagaie, tenues chaudes de navigation, tenues de sport intérieur et extérieur dont chaussures de Course à pied.

Suivant les conditions météo :

Objectifs : - Effectuer un volume bateau avec maintien développement athlétique.

- Emulation régionale via des séances en commun.
- Situation confrontation (distance course et/ou Contre la montre)
- Repartir avec le **sourire** et **surtout avec des bases de travail** suite aux différents échanges durant la semaine d'entraînement

Contenus :

- Séances de monoplace et d'équipages
- Retour vidéo
- Simulation de courses et/ou Chrono contre la montre
- Séance de PPG/Etirements

AUTORISATION PARENTALE POUR LES MINEURS

Attention : Ce document est nécessaire pour participer aux actions CRNCK. Tout athlète ne fournissant pas ce document se verra refuser le droit de participer à l'action.

Ce document est dorénavant valable pour l'année et téléchargeable [sur le site du Comité Régional](#).

R1 : Matthieu LESENECHAL

Encadrement : Matthieu LESENECHAL (R1), Matisse JOUET (AONES Louviers) et Isaac BOWRING (SPN Vernon)

Coût total du stage

Minimes et cadets ⇒ 160 €

Juniors et seniors U23 ⇒ 205€

Rappel : la facture sera envoyée aux CDCK concernés, qui factureront l'action aux clubs qui eux-mêmes factureront aux stagiaires.

Réponse impérative par mail

avant le lundi 5 octobre 2026

Mail :

matthieu.lesenechal@canoekayaknormandie.org

FICHE D'INSCRIPTION

Stage Régional Course en ligne du 19 au 23 octobre 2026 à Caen

Club :

Accompagnateur :

Nom Prénom	Année de naissance	N° de licence	Niveau Pagaies Couleurs

- Nombre total de jeunes participants :



En cas de désistement de dernière minute d'un stagiaire le Comité Régional pourra tout de même facturer certains frais qui ne sont pas remboursables.



Fait le, à

Signature du responsable et cachet du club