



# INITIATION - STAGE

*Apprends, progresse et découvre  
le Sauveteur Côtier !*

## Contact & Inscriptions

 06 48 75 04 07

 [lacanau.sauvetage.cotier@gmail.com](mailto:lacanau.sauvetage.cotier@gmail.com)

 20 Boulevard de la plage, Lacanau Océan

 Tout public, à partir de 7 ans.

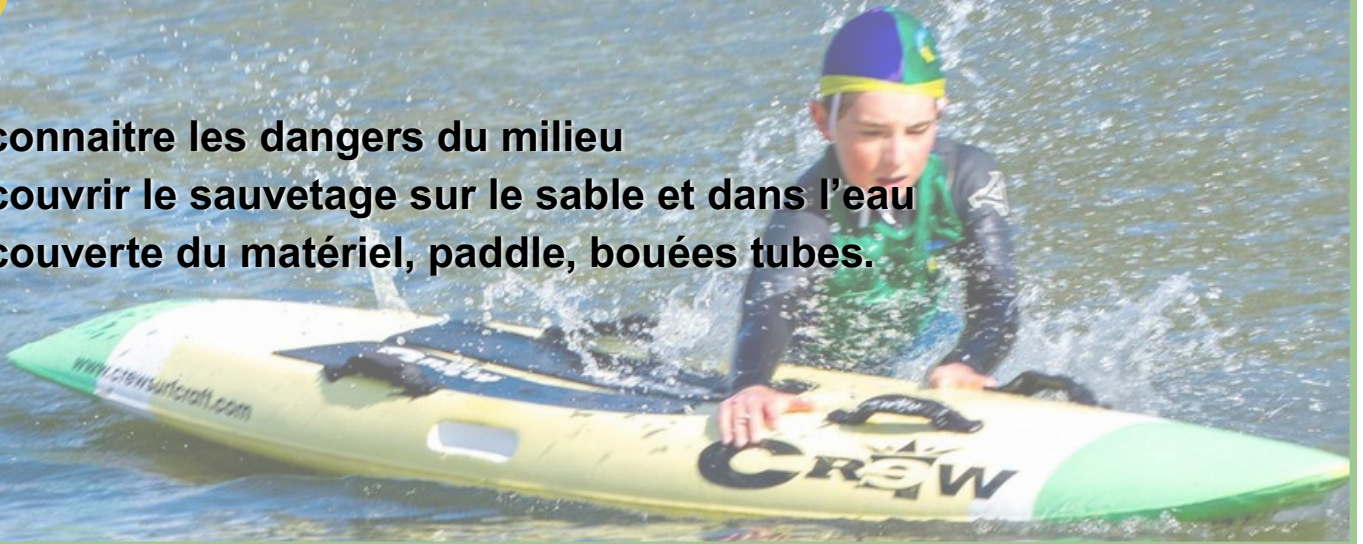


30€

## INITIATION

*Initiation Découverte - 2h*

- Reconnaître les dangers du milieu
- Découvrir le sauvetage sur le sable et dans l'eau
- Découverte du matériel, paddle, bouées tubes.



145€

## STAGE DECOUVERTE

*Stage Sauvetage - 5 séances de 2h*

- Lecture de plage
- Sauvetage côtier sportif
- Epreuves sur sable et dans l'eau
- Maitrise du rescue board ou utilisation de la bouée tube



175€

## FORMATION SURF LIFE SAVER

*Stage Sauvetage et Secourisme 5 séances de 2h de perf*

- Lecture de plage
- Sauvetage côtier sportif
- Maitrise du rescue board et de la bouée tube
- Maitrise de sauvetage et de technique de nage adaptée
- Epreuves sur sable et dans l'eau
- Gestes qui sauvent

