

# WAGGAS SCHOOL

## STAGE 2023





## STAGE PERFECTIONNEMENT

### • POUR QUI ?

Ce stage s'adresse aux pilotes dès la sortie du stage d'initiation ainsi qu'aux pilotes n'étant pas à l'aise dans les phases de gonflage face à l'aile

### • CONTENU

- Perfectionnement de la gestuelle du gonflage face à l'aile
- Gestion de l'aile dans le vent
- Contrôle des trajectoires dans le vent (déplacement et maintien du cap) et positions de corps (stabilité)
- Théorie & explications des différentes phases
- Débriefing vidéo personnalisé après chaque séance

### • TARIF

390€ (Matériel non fourni) - Location pack complet (voile + sellette) 150€



## STAGE PILOTAGE

- **POUR QUI ?**

Ce stage s'adresse aux pilotes habitués au gonflage face à l'aile et souhaitant améliorer leurs techniques & compréhension au sol.

- **CONTENU**

- Initiation au bord de fenêtre (gonflage asymétrique)
- Initiation / Perfectionnement de la gestuelle des bords de fenêtre
- Contrôle de toutes les phases asymétriques de l'aile
- Contrôle des trajectoires en bord de fenêtre (dynamiques) et positions de corps
- Théorie & explications des différentes phases
- Débriefing vidéo personnalisé après chaque séance

- **TARIF**

390€ (Matériel non fourni) - Location pack complet (voile + sellette) 150€



## STAGE WAGGAS

*4 pilotes maximum par groupe*

### • POUR QUI ?

Ce stage s'adresse aux pilotes étant à l'aise dans le vent (phases de gonflage face à l'aile bien acquises) et sachant pratiquer le bord de fenêtre (= aile sur le coté avec une course et une trajectoire maîtrisées). Autonomie en l'air et bonne condition physique requises.

### • CONTENU

- Initiation aux bords de fenêtre dynamiques droite / gauche (=barefoot)
- Transition barefoot droite / gauche / droite (jibe)
- Contrôle et compréhension des trajectoires près du sol (en vol)
- Enchaînements des phases vol/sol/vol
- Initiation au retournement de voile bord d'attaque face au sol

### • TARIF

450€ (Matériel non fourni) - Location pack complet (voile + sellette) 150€

## ORGANISATION & CONTENU

*Les stages sont divisés en deux parties : terrain et salle*

- **SUR LE TERRAIN**

Des exercices adaptés et personnalisés seront fixés à chaque début de séance. La partie « pratique » varie entre 3h30 et 7 heures sur l'ensemble du stage selon les conditions de vent, le niveau technique et physique des pilotes.

Des images vidéos personnalisées seront réalisées sur le terrain afin d'alimenter le debriefing en salle.

- **EN SALLE**

Les exercices réalisés et filmés sur le terrain, seront débriefés et décortiqués de manière individuelle et personnalisée.

Des explications théoriques seront fournies en complément du débriefing. La partie « théorique » varie entre 4 heures et 8 heures sur l'ensemble du stage.

*Si vous souhaitez récupérer les images vidéo réalisées durant le stage, merci de vous munir d'une clé USB, carte SD vierge ou disque dur compatible avec mac.*

## PLANNING SEMAINE

- **JOUR 1**

10H30 : Accueil des pilotes

10H30/12H : Présentations et briefing de la semaine

13H30/16H30 : Pratique sur la dune

17H30/19H : Débriefing vidéo personnalisé + explications

- **JOUR 2&3**

13H30/16H30 : Pratique sur la dune

17H30/19H : Débriefing vidéo personnalisé + explications

- **JOUR 4&5**

Journées de report en cas de mauvaise météo



Les créneaux horaires des cours et des débriefings sont variables et peuvent changer selon la météo (cours le matin ou soir).

Merci de rester disponibles pour exploiter les meilleurs créneaux de vent.

## PLANNING SAISONNIER

- **AVRIL**

STAGE 1 - 3 au 7 AVRIL - **PERF/PILOTAGE**

STAGE 2 - 10 au 14 AVRIL - **PERF/PILOTAGE**

STAGE 3 - 17 au 21 AVRIL - **PERF/PILOTAGE**

STAGE 4 - 24 au 28 AVRIL - **PERF/PILOTAGE/WAGGAS**

- **MAI**

STAGE 5 - 1 au 5 MAI - **PERF/PILOTAGE**

STAGE 6 - 8 au 12 MAI - **PERF/PILOTAGE**

STAGE 7 - 15 au 19 MAI - **PERF/PILOTAGE**

STAGE 8 - 22 au 26 MAI - **PERF/PILOTAGE/WAGGAS**

- **JUIN**

STAGE 9 - 29 MAI au 2 JUIN - **PERF/PILOTAGE**

STAGE 10 - 5 au 9 JUIN - **PERF/PILOTAGE**

STAGE 11 - 12 au 16 JUIN - **PERF/PILOTAGE**

STAGE 12 - 19 au 23 JUIN - **PERF/PILOTAGE**

STAGE 13 - 26 au 30 JUIN - **PERF/PILOTAGE/WAGGAS**

Stages WAGGAS supplémentaires sur demande ou groupe constitué de 4 pilotes.

## RESERVATION & LOGEMENT

### • RESERVATION / ANNULATION

Nouveauté 2023, les réservations s'effectuent désormais directement en ligne via notre site internet [www.waggaschool.com](http://www.waggaschool.com)

- Cliquez sur l'onglet "Stages"
- Sélectionnez le stage souhaité puis cliquez sur "Réserver" puis laissez vous guider
- À l'issu de votre réservation un email de confirmation vous sera envoyé avec tous les détails

Pour confirmer votre réservation, veuillez nous faire parvenir le règlement des arrhes sous 15 jours par Paypal ou chèque (cf. email de réservation)

En cas d'annulation de votre part, les arrhes seront encaissés sauf en cas de restrictions gouvernementales dues à la situation sanitaire.

### • LOGEMENT

Les campings étant en cours de reconstruction, nous avons de grosses incertitudes concernant leurs réouvertures au printemps.

Nous vous conseillons donc de chercher des logements (Airbnb, camping...), sur le bassin d'Arcachon (Arcachon, La Teste de Buch, Gujan Mestras).

### • CONTACT



+33(0)6 3204 3207



waggas.school@gmail.com

