



SR Térénez

Saison 2015



Port de Térénez - 29630 Plougasnou
www.srtz.com - tél : 02 98 72 33 25
Email : courrier@srtz.com

TERENEZ en PLOUGASNOU



Térénez en Plougasnou

Térénez en Plougasnou est situé sur la côte Est de la Baie de Morlaix. Il s'agit d'un port typique, calme et abrité, repaire de peintres et d'écrivains. Le plan d'eau est sûr et accessible par toutes marées.

Plougasnou, commune de 3.200 habitants, offre tous les services et loisirs que peut rechercher un vacancier.

Manifestations Nautiques SRTZ 2015

30 mai - régates toutes séries
(Champlonnat D3 - Baie de Morlaix)

14 juillet - Trophée BUCK
régate traditionnelle toutes séries.



La S.R. TERENEZ

La Société des Régates de Térénez en Plougasnou est un club sportif affilié à la F.F.V., et agréé Jeunesse et Sport, Education Nationale et E.F.V...

Elle délivre des licences et organise des stages de voile du lundi au vendredi durant les vacances d'été, le matin ou l'après-midi au choix et durant les vacances scolaires.

Activités SRTZ

- Une école de sport et de loisirs les samedis après-midi, en optimist, dériveur, catamaran et planche à voile, de mi-septembre à décembre et de mi-février à fin juin.
- Des stages de voile sur tous les supports, pour tous les niveaux, pendant les vacances scolaires de la Toussaint, Pâques et d'été.
- Des cours particuliers, en dériveur, cata, planche à voile, et des locations à Térénez et à Primel au Point Passion Plage.

Mais la SRTZ, c'est aussi :

- De la voile scolaire au printemps et à l'automne pour les écoles primaires, collèges et lycées.
- Des manifestations sportives régates tous supports et rassemblement de bateaux traditionnels.
- De la marche aquatique le mercredi et dimanche matin.



Jardin des Mers

Le Jardin des Mers est conçu pour les enfants de trois à cinq ans. Il a pour principal objectif de sensibiliser les enfants à l'environnement maritime. Les activités nautiques sont considérées comme des supports de découverte et sont abordées de manière ludique. Ainsi, tout en s'amusant, les enfants apprennent à vivre au rythme des marées.

Au programme : balades en mer (chasse au trésor, visite d'une île), pêche en mer, observation des oiseaux de mer, conduite d'un bateau à moteur, découverte d'engins mais aussi découverte de l'environnement maritime, visites de proximité et activités manuelles.

Le matin de 9 h 30 à 12 h 00.





Le Club Moussaillon

Le Club Moussaillon accueille les enfants de cinq à sept ans. Au Club Moussaillon, les enfants partent tout en douceur à la conquête de la mer. Toujours sous forme de jeux, ils font connaissance avec les principaux rudiments de la navigation : l'équilibre, le vent, la direction, la propulsion, l'orientation et ce, en utilisant différents engins. Des activités en toute sécurité. Au jardin des Mers comme au Club Moussaillon, le matériel est adapté à la morphologie des jeunes enfants : brassières de sécurité et cirés.

Le matin de 9 h 30 à 12 h 00





Optimist initiation

L'apprentissage de la voile sur un petit bateau qui a fait le tour du monde. L'optimist est un bateau sûr et sécurisant, que l'on manœuvre seul ou à deux. L'idéal pour débiter !

Le matin de 9 h 00 à 12 h 00

L'après-midi de 14 h 30 à 17 h 30





Opti perfectionnement

Le perfectionnement se fait sur optimist sans vide-vite avec une plus grande voile.

Le niveau 2 sur le passeport voile est requis

Le matin de 9 h 00 à 12 h 00

L'après-midi de 14 h 30 à 17 h 30.





NewCat 12 / Hobie Advance

Ces 2 catamarans sont destinés aux jeunes de 9 à 14 ans.
L'apprentissage du catamaran se fait sur Newcat 12. Pour les plus aguerris, le Hobie Advance permet de se perfectionner même dans la brise.

Le matin de 9 h 00 à 12 h 00

L'après-midi de 14 h 30 à 17 h 30



HOBIE ADVANCE

NEWCAT 12





F1

C'est un grand frère du NC12. Il est adapté pour les plus grands qui souhaitent avoir de nouvelles sensations, accélération, vitesse, en toute sécurité.

Le matin de 9 h 00 à 12 h 00

L'après-midi de 14 h 30 à 17 h 30





Hobie Cat Twixxy

Un nouveau catamaran performant pour les plus grands (14-18 ans) et confirmés (niveau 1 validé) qui souhaitent de nouvelles sensations.

Il est en plus équipé d'un spi asymétrique qui permet de longues glissades au portant.

Le matin de 9 h 00 à 12 h 00

L'après midi de 14 h 30 à 17 h 30.





Hobie CAT 16

Le HC16 est un catamaran de sport puissant qui demande un minimum d'expérience et de connaissances (niveau 2 validé sur le passeport voile).

Il est parfait pour découvrir les sensations de vitesse en mer, et parcourir toute la baie de Morlaix.

Le matin de 9 h 00 à 12 h 00

L'après-midi de 14 h 30 à 17 h 30





Laser

Le laser est un bateau qui se pratique en solitaire. Il permet tant l'initiation que le perfectionnement car on peut le gréer avec différentes tailles de voiles. C'est un bateau très évolutif qui permet un réel apprentissage (niveau 2 validé sur le passeport voile).

Le matin de 9 h 00 à 12 h 00

L'après-midi de 14 h 30 à 17 h 30





Dériveur double :

Adultes : Le RS Vision est un dériveur double qui permet d'allier les sensations du bateau de sport, le confort pour les balades et la stabilité pour les débutants.

Enfants : Le RS FEVA est le petit frère du vision en plus sportif. Il est prévu pour les jeunes de 13 à 15 ans, débutants comme confirmés.

Le matin de 9 h 00 à 12 h 00

L'après-midi de 14 h 30 à 17 h 30



Le RS VISION

Le RS FEVA





Mini Stages

Vous n'êtes pas sur le site suffisamment de temps mais vous voulez faire de la voile encadrée par un moniteur diplômé. C'est possible grâce à ce stage de deux ou trois demi-journées. Le lundi, mardi et le mercredi. D'autres dates possibles, sur demande et selon les disponibilités. Ce stage permet également d'essayer différents supports avant de s'inscrire sur un stage d'une semaine. Plus souple moins coûteux.



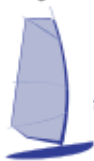


Planche à voile initiation

Initiation à la planche sur Bic Beach, Kona Link et Match pour adultes et enfants à partir de dix ans (avec voiles adaptées).

Vous vous familiariserez avec l'équilibre, apprendrez les bases comme partir, virer de bord, revenir...

Le matin de 9 h 00 à 12 h 00

L'après-midi de 14 h 30 à 17 h 30





Planche à voile perfectionnement

Perfectionnement sur des planches Exocet Kona 175 et voiles monofilm pour adultes et adolescents. Vous apprendrez à maîtriser les manœuvres avec de la vitesse, découvrir les sensations du planning... niveau 2 validé sur le passeport voile.

Le matin de 9 h 00 à 12 h 00

L'après-midi de 14 h 30 à 17 h 30





ECOLE DE SPORT

La voile loisir, la voile sportive

Cinq supports vous sont proposés : optimist, planche à voile débutant, planche à voile confirmé, catamaran, et dériveur.

Des sorties sont organisées tous les samedis après-midi au printemps et à l'automne, et les mercredis après-midi entre Pâques et la Toussaint pour les optimists.

Ces sorties ouvertes à tous, jeunes ou moins jeunes, débutants ou régatiers confirmés, permettent pour les enfants de prendre des responsabilités et d'acquérir un esprit d'équipe et pour les autres de pratiquer une activité sportive dans un magnifique cadre naturel. Les plus motivés peuvent participer au Championnat de la baie de Morlaix.

Les tarifs : adhésion obligatoire 15 € annuels (10 € de - 18 ans).

250 € pour l'année / 110 € automne / 140 € printemps* ou 10 séances 120 € / 5 séances 75 € / 1 séance 17 €

* les frais d'inscriptions aux régates sont inclus uniquement dans les forfaits.

Stage de formation de moniteurs

La SRTZ organise un stage de formation au certificat de qualification professionnelle d'assistant moniteur de voile.

Pour accéder à la formation il est nécessaire d'avoir le PSC1 (formation aux premiers secours), le permis bateau ainsi que le niveau 5 validé.

Naoy DAVID, formateur habilité encadre les stages de formation, pour la pratique, sécurité et les trois semaines suivantes pour la mise en situation avec le public.

Les informations supplémentaires seront fournies sur demande.

LES TARIFS 2015

STAGE

MINI STAGE

SUPPORT	STAGE		MINI STAGE	
	HS	BS*	2 J	3 J
MOUSSAILLON & JOMER	120,00 €	100,00 €	66,00 €	90,00 €
OPTIMIST INITIATION	125,00 €	100,00 €	69,00 €	94,00 €
OPTIMIST PERF	140,00 €	100,00 €	77,00 €	105,00 €
CATA NC12	138,00 €	120,00 €	76,00 €	104,00 €
HOBIE CAT 12 ADVANCE	150,00 €	120,00 €	83,00 €	112,00 €
CATA F1	155,00 €	120,00 €	85,00 €	116,00 €
HOBIE CAT TWIXY	162,00 €	120,00 €	90,00 €	120,00 €
HOBIE CAT 16	170,00 €	120,00 €	94,00 €	128,00 €
DERIVEUR SOLITAIRE	143,00 €	120,00 €	79,00 €	107,00 €
DERIVEUR DOUBLE	138,00 €	120,00 €	76,00 €	104,00 €
PLANCHE INITIATION	130,00 €	100,00 €	72,00 €	98,00 €
PLANCHE PERF	140,00 €	100,00 €	80,00 €	105,00 €

* Tarifs BS semaine 35 et vacances scolaires automne et printemps

-10 €

à partir du deuxième de la même famille ou pour le 2^{ème} stage de 5 demi-journées

-5 €

pour les minis stages.

Ajouter au prix du stage / personne

3 € d'adhésion au club - 11 € de licence passeport voile

LE CALENDRIER DES STAGES

Semaine 16	du lundi 13 au vendredi 17/04
Semaine 17	du lundi 20 au vendredi 24/04
Semaine 18	du lundi 27 au vendredi 01/05
Semaine 28	du lundi 06 au vendredi 10/07
Semaine 29	du lundi 13 au vendredi 17/07
Semaine 30	du lundi 20 au vendredi 24/07
Semaine 31	du lundi 27 au vendredi 31/07
Semaine 32	du lundi 03 au vendredi 07/08
Semaine 33	du lundi 10 au vendredi 14/08
Semaine 34	du lundi 17 au vendredi 21/08
Semaine 35	du lundi 24 au vendredi 28/08
Semaine 43	du lundi 19 au vendredi 23/10
Semaine 44	du lundi 26 au vendredi 30/10

JOURNÉE DU SAMEDI

18/07 - 25/07 - 01/08 - 8/08 - 15/08

Le Club propose une journée voile loisirs le samedi. Elle est ouverte en priorité aux stagiaires et dans la mesure des places disponibles à toute autre personne.

Cette journée a lieu sur catamarans et bateaux à moteur.

Programme de la journée : Départ 10 h., retour vers 16 h.

(visite de la Baie de Morlaix). Pique-nique à prévoir.

PRIX STAGIAIRES : 15 €

SAMEDI - NON STAGIAIRES : 20 € + 3 € adhésion)

Pour vous inscrire, télécharger le bulletin d'inscription sur le site www.srtz.com

- Remplir un bulletin par stagiaire et par semaine.
- Cadre stagiaire : NOM, PRENOM, DATE DE NAISSANCE, ADRESSE COMPLETE (celle de votre habitation principale).
- STAGE (Indiquer précisément l'intitulé). Pour choisir votre stage, vous pouvez lire notre page de présentation des stages sur le site internet. Merci de prendre en compte les niveaux requis.
- Email : obligatoire pour permettre l'envoi de la réservation.

Le ou les bulletins dûment remplis sont à adresser par courrier accompagnés d'un chèque de 30 € par inscription à :

Société des régates de Térénez - Port de Térénez - 29630 PLOUGASNOU

LOCATIONS

SUPPORT	1 H	2 H	3 H	1 JOUR	5 JOURS
kayak solo	12,00 €	20,00 €	25,00 €	45,00 €	
Kayak double	20,00 €	35,00 €	45,00 €	85,00 €	
Planche voile	18,00 €	25,00 €	30,00 €		
Planche perf	25,00 €	35,00 €	40,00 €		
Cata NC 12	25,00 €	40,00 €	55,00 €		
Cata F1	30,00 €	45,00 €	60,00 €		
Hobie Cat Twixxy	35,00 €	50,00 €	75,00 €		
Hobie CAR 16	45,00 €	75,00 €	95,00 €		
Dériveur RS Feva	30,00 €	45,00 €	60,00 €		
Dériveur RS Vision pour 2 personnes	35,00 €	50,00 €	65,00 €		
+ pers. suppl. adulte	15,00 €	20,00 €	25,00 €		
+ pers. suppl. enfant	12,00 €	16,00 €	20,00 €		
paddle	15,00 €	24,00 €	30,00 €		
suf	15,00 €	24,00 €	30,00 €		
bodyboard	10,00 €	16,00 €	20,00 €		
combinaison shorty				2,00 €	6,00 €
combinaison intégrale				3,00 €	10,00 €

LA TENUE

La **SRTZ** met à disposition des stagiaires des gilets de sauvetage, aux normes européennes, qui sont vérifiés régulièrement.

- Des combinaisons de type "SHORTY" peuvent être louées au club au tarif de 6 €, ou de type intégrale 10 € par semaine.
- Prévoir un short pour protéger la combinaison.
- Les chaussures type "BASKET" sont obligatoires pour aller sur l'eau.
- Un pull type "polaire".
- Un coupe vent.
- Crème solaire...

échelle Beaufort

chiffre Beaufort	terme descriptif	vitesse du vent à 10 m de hauteur		état de la mer	effets à terre
		nœuds	km/h		
0	calme	<1	<1	mer comme un miroir	la fumée monte droit
1	très légère brise	1-3	1-5	des rides se forment sans aucune écume	la fumée indique la direction du vent
2	légère brise	4-6	6-11	vaguelettes courtes	on sent le vent sur le visage
3	petite brise	7-10	12-19	très petites vagues, écume d'aspect vitreux	les drapeaux flottent
4	jolie brise	11-16	20-28	"moutons" nombreux	le sable s'envole
5	bonne brise	17-21	29-38	vagues plus longues	les branches des pins s'agitent
6	vent frais	22-27	39-49	des lames se forment crêtes d'écume blanche	les fils électriques sifflent
7	grand frais	28-33	50-61	la mer grossit, lames déferlantes	on peine à marcher contre le vent
8	coup de vent	34-40	62-74	lames moyennes plus allongées	on ne marche plus contre le vent
9	fort coup de vent	41-47	75-88	grosses lames, la crête des lames déferle en rouleaux	
10	tempête	48-55	89-102	très grosses lames, longues crêtes visibilité réduite	
11	violente tempête	56-63	103-117	mer complètement recouverte de bancs d'écume	chutes de branches, risques, une personne de 35-45 kg peut-être projetée à terre
12	ouragan	64 et plus	118 et plus	la mer est blanche, l'air plein d'écume et d'embruns	

LA MARCHE AQUATIQUE : NOUVELLE ACTIVITE DE LA SRZ

Le club offre la possibilité à ses adhérents de pratiquer en toute sécurité une nouvelle activité : la marche aquatique. Cette activité à la fois sportive et conviviale est ouverte à tous et se déroule dans un cadre agréable et une ambiance tonique.



Les séances ont lieu tous les dimanches matin (hors vacances scolaires) sur les plages de Plougasnou.

Depuis le 1^{er} janvier nous organisons également une séance le mercredi matin.

Les tarifs :

Adhésion obligatoire 15 € annuel.

Séances 100 € pour l'année / 40 € automne / 60 € printemps
ou 10 séances 40 € / 5 séances 25 € / 1 séance 7 €.

La première séance d'essai est gratuite et une combinaison peut vous être prêtée pour 1 ou 2 séances.

Nous remercions tous nos annonceurs pour l'aide apportée à la réalisation de cette plaquette.

Nous remercions également Polo pour ses photos.

<http://picasaweb.google.com/Poloalbum>