

# Cours d'essai Stand-up pagayer

à Thalwil au lac de Zurich



Envie de découvrir un nouveau sport ? Et en plus, tu n'as pas peur de l'eau ? En coopération avec [TRAVEL & SIGN GmbH](#), nous souhaitons vous faire découvrir le stand-up pagale (SUP). Ce nouveau sport à la mode exige en même temps l'équilibre et la coordination et peut être appris rapidement par tout le monde. Le cours d'essai avec traduction en langue des signes a lieu au [club d'aviron de Thalwil](#). Il ne coûte pas cher et vous offre un après-midi de plaisirs aquatique.

## Déroulement du programme :

- dès 13h30 Arrivée des participants
- 14h00 Accueil et introduction commune dans la salle du club
- 14h45 Après la théorie et les exercices à sec, deux groupes sont formés. Les deux groupes peuvent essayer le SUP pendant environ une heure chacun.
- 17h00 Approvisionnement en matériel et douche
- 17h30 Fin en commun au clubhouse (merci à chacun d'apporter quelque chose pour le buffet)
- 19h00 Rangement et fin de la manifestation

<b>Date &amp; heure</b>	4 septembre 2022, 13h30
<b>Lieu</b>	<a href="#">Club d'aviron Thalwil</a> , Seestrasse 178, 8800 Thalwil
<b>Frais</b>	Membres SDS : CHF 10,- Non-membres SDS : CHF 20,-
<b>Équipement</b>	Vêtements de natation adaptés à la météo (si disponible, t-shirt mouillé), crème solaire, serviette et choses de douche, vêtements secs pour la suite. ⇒ Stand-up paddle Les planches sont à disposition !
<b>Assurance</b>	C'est l'affaire des participants. L'organisateur décline toute responsabilité, En cas d'accident, de dommages ou de vol.
<b>Nourriture</b>	Chacun apporte quelque chose pour le buffet commun à la fin de la manifestation (les plats peuvent être mis au frais entre-temps). Veuillez apporter vos propres boissons et snacks.
<b>Condition préalable</b>	Tu DOIS savoir nager suffisamment bien et en toute sécurité !
<b>Points ACTIVITY</b>	10 points
<b>Délai d'inscription</b>	02.09.2022 à Swiss Deaf Sport, <a href="mailto:contact@swissdeafsport.ch">contact@swissdeafsport.ch</a>
<b>Sur place pour toi</b>	Responsable : Christian Waloszek (entendant, connaissance de la langue des signes) Entraîneur : Guido Müller Töndury (entendant) Interprète : Karin Christen-Mezger (malentendante)

**L'organisateur se réserve le droit à faire des modifications.  
Nous souhaitons la bienvenue à tous !**

---

### Formulaire d'inscription cours d'essai SUP à Thalwil le 4 septembre 2022

Nom: \_\_\_\_\_ Prénom: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

photo et vidéo : Avec l'inscription et la signature des participants et des parents, resp. tuteur légal, vous donnez votre accord pour que Swiss Deaf Sport puisse utiliser des photos et des vidéos à des fins utiliser librement à des fins d'information et de publicité.

E-Mail: \_\_\_\_\_ Nr. mobile: \_\_\_\_\_

Date: \_\_\_\_\_ Signature: \_\_\_\_\_

Une offre du sport populaire de [Swiss Deaf Sport](#) en coopération avec [TRAVEL & SIGN GmbH](#)