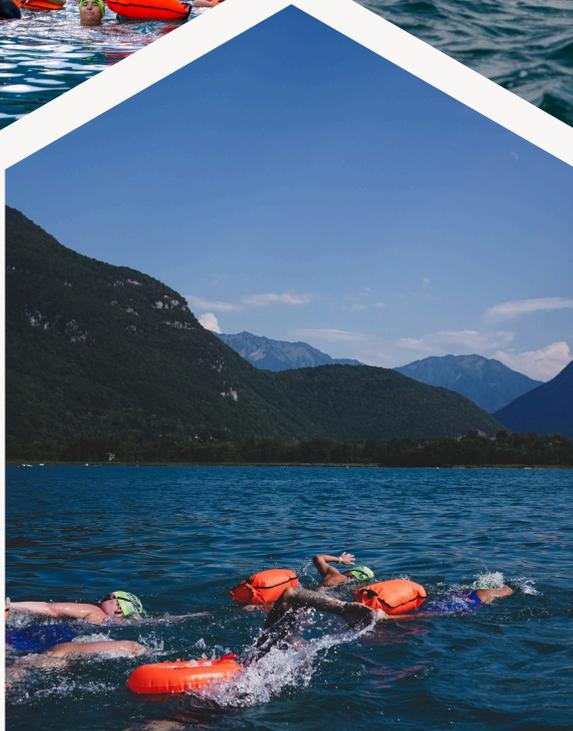




SAISON 2025

DÉCOUVREZ NOS PLUS BELLES DESTINATIONS



Italie

Golfe de Baratti

Mercredi 30 avril au dimanche 4 mai 2025



Pour s'y rendre :

Aéroport International Galileo Galilei à Pise

Transport prévu depuis l'aéroport jusqu'au site du stage

Rendez-vous mercredi 30/04 à 17h à l'aéroport de Pise
Retour dimanche 04/05 à 13h

Tarif :

840€ par personne

Incluant

- Vos séances sportives
- L'encadrement par 2 coachs
- Votre hébergement dans des appartements partagés (lits individuel ou couple)
- Vos repas du mercredi soir au dimanche midi
- Les déplacements durant le stage

Nouveau stage 2025 !

Venez découvrir avec nous la beauté de la côte de Toscane !

Nous vous préparons 6 sorties eau libre au rythme d'une à deux séances en mer par jour pour améliorer votre nage en eau libre et explorer les magnifiques plages de Toscane entre le Golfe de Baratti et la Ville de Piombino.

Vous aurez également accès à un certain nombre d'installations sportives présentes dans notre camp de base.

Comme sur chacun de nos camps, vos entraîneurs seront là pour vous accompagner et vous faire progresser dans une ambiance conviviale. Ce stage est l'occasion de rencontrer un groupe passionné et de repousser ensemble vos limites.

L'hébergement et la restauration vous sont proposés au sein du village vacances Poggio All'Agnello situé à 2 kilomètres du Golfe de Baratti et de sa plage paradisiaque.

Les participants partageront un appartement pour 4 personnes avec un lit individuel ou un lit deux personnes pour les couples. En fonction des inscriptions, les appartements pourront être mixtes.

Le matériel spécifique à prévoir :

- Lunettes de natation en bon état
- Une combinaison de natation néoprène
- Des chaussures pour marcher sur les sentiers de randonnée
- Des palmes si vous avez l'habitude de nager avec

Bonnets de bain et bouée de sécurité vous seront fournis

Si vous n'en avez pas, nous proposons la location de combinaison pour 40€ pour le stage. A réserver à l'avance.

Température estimée de l'eau à cette période : 20°

Italie

Golfe de Baratti

Mercredi 7 mai au dimanche 11 mai 2025



Pour s'y rendre :

Aéroport International Galileo Galilei à Pise

Transport prévu depuis l'aéroport jusqu'au site du stage

Rendez-vous mercredi 07/05 à 17h à l'aéroport de Pise
Retour dimanche 11/05 à 13h

Tarif :

840€ par personne

Incluant

- Vos séances sportives
- L'encadrement par 2 coachs
- Votre hébergement dans des appartements partagés (lits individuel ou couple)
- Vos repas du mercredi soir au dimanche midi
- Les déplacements durant le stage

Nouveau stage 2025 !

Venez découvrir avec nous la beauté de la côte de Toscane !

Nous vous préparons 6 sorties eau libre au rythme d'une à deux séances en mer par jour pour améliorer votre nage en eau libre et explorer les magnifiques plages de Toscane entre le Golfe de Baratti et la Ville de Piombino.

Vous aurez également accès à un certain nombre d'installations sportives présentes dans notre camp de base.

Comme sur chacun de nos camps, vos entraîneurs seront là pour vous accompagner et vous faire progresser dans une ambiance conviviale. Ce stage est l'occasion de rencontrer un groupe passionné et de repousser ensemble vos limites.

L'hébergement et la restauration vous sont proposés au sein du village vacances Poggio All'Agnello situé à 2 kilomètres du Golfe de Baratti et de sa plage paradisiaque.

Les participants partageront un appartement pour 4 personnes avec un lit individuel ou un lit deux personnes pour les couples. En fonction des inscriptions, les appartements pourront être mixtes.

Le matériel spécifique à prévoir :

- Lunettes de natation en bon état
- Une combinaison de natation néoprène
- Des chaussures pour marcher sur les sentiers de randonnée
- Des palmes si vous avez l'habitude de nager avec

Bonnets de bain et bouée de sécurité vous seront fournis

Si vous n'en avez pas, nous proposons la location de combinaison pour 40€ pour le stage. A réserver à l'avance.

Température estimée de l'eau à cette période : 20°

Région PACA Carry-Le-Rouet

Jeudi 29 mai au dimanche 1er juin 2025



Pour s'y rendre :

Gare de Carry-Le-Rouet (4km)
Aéroport Marseille Marignane (25km)

Rendez-vous au village club le jeudi 29/05 à 15h
Fin le dimanche 1/06 à 12h

Transport possible depuis la gare jusqu'au site du stage

Pensez au covoiturage !

Un groupe WhatsApp sera lancé dès le début d'année pour vous organiser

Tarif :

690€ par personne

Incluant

- Vos séances sportives
- L'encadrement par 2 coachs
- Votre hébergement en chambre double (lits individuel ou couple)
- Vos repas du jeudi soir au dimanche matin

Nouveau stage 2025 !

L'Aventure Eau libre débarque en Provence !

Venez découvrir avec nous le terrain de jeu magnifique offert par les calanques méditerranéennes et progressez au fil de nos 5 sorties en mer.

Comme sur chacun de nos camps, vos entraîneurs seront là pour vous accompagner et vous faire progresser dans une ambiance conviviale. Ce stage est l'occasion de rencontrer un groupe passionné et de repousser ensemble vos limites.

L'hébergement et la restauration vous sont proposés au sein du village club Miléade de Carry-Le-Rouet. Un environnement exceptionnel les pieds dans l'eau qui vous offrira une parenthèse sportive unique et tout le confort pour vous reposer entre vos séances avec accès à la piscine et à l'espace bien-être.

Vous partagerez une chambre double avec un autre participant avec deux lits individuels (lit double disponible pour les couples).

Le matériel spécifique à prévoir :

- Lunettes de natation en bon état
- Une combinaison de natation néoprène
- Des palmes si vous avez l'habitude de nager avec

Bonnets de bain et bouée de sécurité vous seront fournis

Si vous n'en avez pas, nous proposons la location de combinaison pour 40€ pour le stage. A réserver à l'avance.

Température estimée de l'eau à cette période : 20°

Hôtel : Village Club Miléade, Chemin des Eaux salées, 13620 Carry-Le-Rouet

Bretagne

Port-Blanc, Penvenan

Vendredi 6 au lundi 9 juin 2025



Pour s'y rendre :

Gare de Lannion (15km)

Rendez-vous au Grand Hôtel
le vendredi 6/06 à 14h30
Fin le lundi 9/06 à 14h

Transport possible depuis la gare jusqu'au site du stage

Pensez au covoiturage !

Un groupe WhatsApp sera lancé dès le début d'année pour vous organiser :-)

Tarif :

350€ par personne

Incluant

- vos séances sportives
- L'encadrement par 2 coachs
- La sécurité en mer
- Le matériel de nage

En pension complète : 630€

incluant en +

- Votre hébergement en chambre double (lits individuel ou couple)
- Vos repas du vendredi soir au lundi midi

Nouveau stage 2025 !

Venez vous amuser avec nous sur le terrain de jeu offert par les Côtes d'Armor et préparez votre saison triathlon de 2025 !

En 4 jours, nous aurons l'occasion de vous emmener sur 3 sorties natation en mer, une sortie vélo, un footing sur le littoral et aussi de travailler vos transitions sur un enchaînement Tri format S !

Comme sur chacun de nos camps, vos entraîneurs seront là pour vous accompagner et vous faire progresser dans une ambiance conviviale. Ce stage est l'occasion de rencontrer un groupe passionné et de repousser ensemble vos limites.

L'hébergement et la restauration vous sont proposés au sein du Grand Hôtel de Port Blanc. L'hôtel de qualité et le personnel accueillant vous offriront le repos bien mérité après une belle journée d'entraînement dont vous pourrez profiter depuis votre chambre avec vue sur mer !

Vous partagerez une chambre double avec un autre participant avec deux lits individuels (lit double disponible pour les couples).

Le matériel spécifique à prévoir :

- Lunettes de natation en bon état
- Une combinaison de natation néoprène
- Des palmes si vous avez l'habitude de nager avec
- Votre vélo et vos équipements cyclisme et course à pied

Bonnets de bain et bouée de sécurité vous seront fournis

Si vous n'en avez pas, nous proposons la location de combinaison pour 40€ pour le stage. A réserver à l'avance.

Température estimée de l'eau à cette période : 17°

Hôtel : Grand Hôtel de Port Blanc, 1 Bvd de la Mer, 22710 Penvenan

Bretagne

Port-Blanc, Penvenan

Mardi 1er au dimanche 6 juillet 2025



Pour s'y rendre :

Gare de Lannion (15km)

Rendez-vous au Grand Hôtel le mardi 1/07 à 14h30
Fin le dimanche 6/07 à 14h

Transport possible depuis la gare jusqu'au site du stage

Pensez au covoiturage !

Un groupe Whats'App sera lancé dès le début d'année pour vous organiser :-)

Tarif :

850€ par personne

Incluant

- Vos séances sportives
- L'encadrement par 2 coachs
- Votre hébergement en chambre double (lits individuel ou couple)
- Vos repas du jeudi soir au dimanche midi

Accessible en offre sportive uniquement (sans hôtel et restaurant). Nous contacter

Notre semaine triathlon

Venez vivre un stage de triathlon pas comme les autres.

Avec nous, la priorité est donnée à votre natation avec 6 séances dans l'eau en 6 jours. On complète le stage avec des sorties vélo sur le littoral breton, de la course à pied et du travail d'enchaînement

Comme sur chacun de nos camps, vos entraîneurs seront là pour vous accompagner et vous faire progresser dans une ambiance conviviale. Ce stage est l'occasion de rencontrer un groupe passionné et de repousser ensemble vos limites.

L'hébergement et la restauration vous sont proposés au sein du Grand Hôtel de Port Blanc. L'hôtel de qualité et le personnel accueillant vous offriront le repos bien mérité après une belle journée d'entraînement dont vous pourrez profiter depuis votre chambre avec vue sur mer !

Vous partagerez une chambre double avec un autre participant avec deux lits individuels (lit double disponible pour les couples).

Le matériel spécifique à prévoir :

- Lunettes de natation en bon état
- Une combinaison de natation néoprène
- Des palmes si vous avez l'habitude de nager avec
- Votre vélo et vos équipements cyclisme et course à pied

Bonnets de bain et bouée de sécurité vous seront fournis

Si vous n'en avez pas, nous proposons la location de combinaison pour 40€ pour le stage. A réserver à l'avance.

Température estimée de l'eau à cette période : 18°

Hôtel : Grand Hôtel de Port Blanc, 1 Bvd de la Mer, 22710 Penvenan

Bretagne

Port-Blanc, Penvenan

Vendredi 4 au dimanche 6 juillet 2025



Pour s'y rendre :

Gare de Lannion (15km)

Rendez-vous au Grand Hôtel le vendredi 4/07 à 12h
Fin le dimanche 6/07 à 14h

Transport possible depuis la gare jusqu'au site du stage

Pensez au covoiturage !

Un groupe WhatsApp sera lancé dès le début d'année pour vous organiser :-)

Tarif :

330€ par personne

Incluant

- 4 sorties en mer
- L'encadrement par 2 coachs
- La sécurité en mer
- Le matériel de nage

En pension complète : 550€

incluant en +

- Votre hébergement en chambre double (lits individuel ou couple)
- Vos repas du vendredi midi au dimanche midi

Le bol d'air Breton

A chaque sortie, une nouvelle expérience. La Côte Bretonne nous offre des terrains de jeu variés pour vous préparer à la nage en mer dans toutes les conditions. Le stage pour ceux qui veulent affûter leurs compétences en mer en toute sérénité

Comme sur chacun de nos camps, vos entraîneurs seront là pour vous accompagner et vous faire progresser dans une ambiance conviviale. Ce stage est l'occasion de rencontrer un groupe passionné et de repousser ensemble vos limites.

L'hébergement et la restauration vous sont proposés au sein du Grand Hôtel de Port Blanc. L'hôtel de qualité et le personnel accueillant vous offriront le repos bien mérité après une belle journée d'entraînement dont vous pourrez profiter depuis votre chambre avec vue sur mer !

Vous partagerez une chambre double avec un autre participant avec deux lits individuels (lit double disponible pour les couples).

Le matériel spécifique à prévoir :

- Lunettes de natation en bon état
- Une combinaison de natation néoprène
- Des palmes si vous avez l'habitude de nager avec

Bonnets de bain et bouée de sécurité vous seront fournis

Si vous n'en avez pas, nous proposons la location de combinaison pour 40€ pour le stage. A réserver à l'avance.

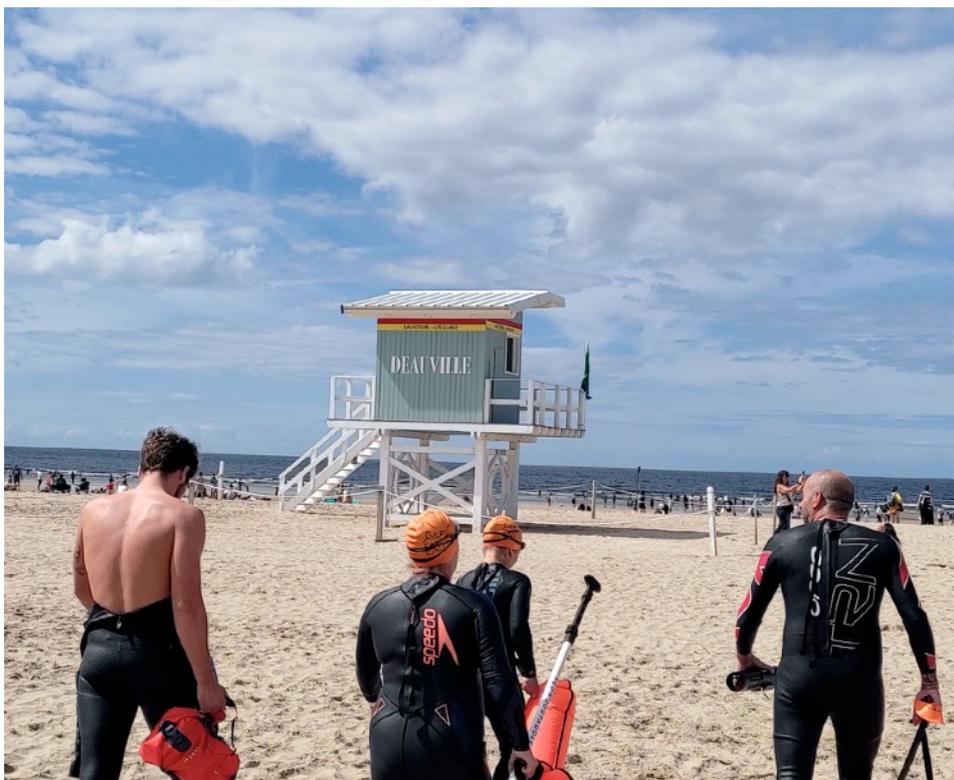
Température estimée de l'eau à cette période : 18°

Hôtel : Grand Hôtel de Port Blanc, 1 Bvd de la Mer, 22710 Penvenan

Normandie

Deauville & Villers sur Mer

Vendredi 1er au dimanche 3 août 2025



Pour s'y rendre :

Gare de Deauville (4km)

Rendez-vous à l'hôtel Ibis Style Villers sur Mer le vendredi 1/08 à 11h30
Fin le dimanche 3/08 à 14h

Transport possible depuis la gare jusqu'au site du stage

Pensez au covoiturage !

Un groupe WhatsApp sera lancé dès le début d'année pour vous organiser :-)

Tarif :

330€ par personne

Incluant

- 4 sorties en mer
- L'encadrement par 2 coachs
- La sécurité en mer
- Le matériel de nage

En pension complète : 560€

incluant en +

- Votre hébergement en chambre double (lits individuel ou couple)
- Vos repas du vendredi midi au samedi soir

Nage en mer et compétition d'eau libre

Nous vous proposons un stage de 3 séances d'entraînement pour appréhender la nage en mer couplée avec une compétition en mer le dimanche matin sur la plage de Deauville incluse dans le stage (1.7km, 3.4km ou 5km). Notre équipe sera là pour vous accompagner avant l'épreuve et vous donner tous les conseils pour construire votre course.

Comme sur chacun de nos camps, vos entraîneurs seront là pour vous accompagner et vous faire progresser dans une ambiance conviviale. Ce stage est l'occasion de rencontrer un groupe passionné et de repousser ensemble vos limites.

L'hébergement vous est proposé à l'hôtel Ibis Style de Villers-sur-Mer, un hôtel de qualité au bord de la plage pour profiter au maximum de la douceur de la Côte Fleurie.

Vous partagerez une chambre double avec un autre participant avec deux lits individuels (lit double disponible pour les couples). La restauration sera prise dans un restaurant à deux pas de l'hôtel.

Le matériel spécifique à prévoir :

- Lunettes de natation en bon état
- Une combinaison de natation néoprène
- Des palmes si vous avez l'habitude de nager avec

Bonnets de bain et bouée de sécurité vous seront fournis

Si vous n'en avez pas, nous proposons la location de combinaison pour 40€ pour le stage. A réserver à l'avance.

Température estimée de l'eau à cette période : 19/20°

Hôtel : Ibis Style Villers, 86 Av. de la République, 14640 Villers-Sur-Mer

Haute-Savoie

Lac d'Annecy

Mercredi 13 au dimanche 17 août 2025



Pour s'y rendre :

Gare d'Annecy (20km) puis bus Y51 jusqu'à l'arrêt Lathuile Pied du Village

Rendez-vous à l'Auberge de Pontgibaud à Lathuile le mercredi 13/08 à 11h30
Fin le dimanche 17/08 à 14h

Pensez au covoiturage !

Un groupe WhatsApp sera lancé dès le début d'année pour vous organiser :-)

Tarif :

530€ par personne

Incluant

- 6 sorties en lac
- L'encadrement par 2 coachs
- La sécurité en eau libre
- Le matériel de nage

En pension complète : 820€

incluant en +

- Votre hébergement en dortoirs mixtes (lit individuel)
- Vos repas du mercredi midi au dimanche midi

Nage en lac et compétition d'eau libre

Nous vous emmenons nager pendant 5 jours pour explorer l'un des plus beaux lacs de montagne d'Europe et améliorer votre nage en eau libre. Le vendredi 15 août, nous vous proposons de participer à la mythique Traversée du Lac d'Annecy (2.4km ou 5km). Notre équipe sera là pour vous accompagner avant l'épreuve et vous donner tous les conseils pour construire votre course. (Inscription à la course non comprise dans le stage)

Comme sur chacun de nos camps, vos entraîneurs seront là pour vous accompagner et vous faire progresser dans une ambiance conviviale. Ce stage est l'occasion de rencontrer un groupe passionné et de repousser ensemble vos limites.

L'hébergement vous est proposé à la Ferme Auberge de Pontgibaud, un établissement familial et accueillant sur les hauteurs du lac. La terrasse d'où nous prenons les repas offre une belle vue sur le lac. Vous partagerez avec les autres participants un dortoir équipé de lits individuels. En fonction des inscriptions, les dortoirs pourront être mixtes.

Le matériel spécifique à prévoir :

- Lunettes de natation en bon état
- Une combinaison de natation néoprène (optionnel selon la T°)
- Des palmes si vous avez l'habitude de nager avec

Bonnets de bain et bouée de sécurité vous seront fournis

Si vous n'en avez pas, nous proposons la location de combinaison pour 40€ pour le stage. A réserver à l'avance.

Température estimée de l'eau à cette période : 24/25°

Hôtel : Ferme Auberge de Pontgibaud, 255 Route de Saury, 74210 Lathuile

Lozere

Lac de Naussac

Vendredi 22 au dimanche 24 août 2025



Pour s'y rendre :

Gare de Langogne (4km)

Rendez-vous à l'hôtel les Terrasses du Lac le vendredi 22/08 à 11h30
Fin le dimanche 24/08 à 14h

Transport possible depuis la gare jusqu'au site du stage

Pensez au covoiturage !

Un groupe Whats'App sera lancé dès le début d'année pour vous organiser :-)

Tarif :

330€ par personne

Incluant

- 4 sorties en lac
- L'encadrement par 2 coachs
- La sécurité en eau libre
- Le matériel de nage

En pension complète : 560€

incluant en +

- Votre hébergement en chalet (lits individuel ou couple)
- Vos repas du vendredi midi au dimanche midi

Nouveau stage 2025 !

Venez découvrir le lac de moyenne altitude de Naussac

Nous vous emmenons découvrir pendant 3 jours ce petit coin de paradis méconnu niché entre lac et moyenne montagne. Venez respirer l'air pur et nager avec nous dans le Lac de Naussac le temps de 4 séances pour augmenter votre volume de nage et progresser dans cet environnement unique.

Comme sur chacun de nos camps, vos entraîneurs seront là pour vous accompagner et vous faire progresser dans une ambiance conviviale. Ce stage est l'occasion de rencontrer un groupe passionné et de repousser ensemble vos limites.

L'hébergement et la restauration seront pris aux Terrasses du Lac, un établissement familial au bord du lac, spécialisé dans l'accueil des groupes de sportifs.

Vous partagerez un chalet avec les autres participants équipé de lits individuels. En fonction des inscriptions, les chalets pourront être mixtes.

Le matériel spécifique à prévoir :

- Lunettes de natation en bon état
- Une combinaison de natation néoprène
- Des palmes si vous avez l'habitude de nager avec

Bonnets de bain et bouée de sécurité vous seront fournis

Si vous n'en avez pas, nous proposons la location de combinaison pour 40€ pour le stage. A réserver à l'avance.

Température estimée de l'eau à cette période : 21°

Hôtel : Terrasses du Lac, Lac de Naussac, 48300 Langogne

Savoie

Aix-Les-Bains

Vendredi 12 au dimanche 14 septembre 2025



Pour s'y rendre :

Gare d'Aix-Les-Bains (3km)

Rendez-vous à l'hôtel
Aquakub à Aix-Les-Bains le
vendredi 12/08 à 14h

Fin le dimanche 24/08 à 14h

Transport possible depuis la
gare jusqu'au site du stage

Pensez au covoiturage !

Un groupe WhatsApp sera lancé dès
le début d'année pour vous organiser
:-)

Tarif :

330€ par personne

Incluant

- 4 sorties en lac
- L'encadrement par 2 coachs
- La sécurité en eau libre
- Le matériel de nage

En pension complète : 560€

incluant en +

- Votre hébergement en chambre
double (lits individuel ou couple)
- Vos repas du vendredi soir au
dimanche midi
- L'accès à l'espace bien-être

Le plus grand lac naturel de France

Nous sommes de retour à Aix-Les-Bains pour notre traditionnel stage de fin de saison en Savoie. Le Lac du Bourget nous offre le terrain idéal pour profiter de nos 4 sessions d'eau libre dans ses eaux turquoises.

Comme sur chacun de nos camps, vos entraîneurs seront là pour vous accompagner et vous faire progresser dans une ambiance conviviale. Ce stage est l'occasion de rencontrer un groupe passionné et de repousser ensemble vos limites.

L'hébergement est proposé dans l'hôtel Aquakub d'Aix-Les-Bains. Situé sur le petit port, l'hôtel a tout le confort pour vous aider à récupérer de vos exploits sportifs. A peine sortis de l'eau, vous pourrez vous détendre dans l'espace bien-être à votre disposition. Vous partagerez une chambre double avec un autre participant avec deux lits individuels (lit double disponible pour les couples). Le repas est pris dans un restaurant local savoyard qui nous fera découvrir les spécialités des Alpes.

Le matériel spécifique à prévoir :

- Lunettes de natation en bon état
- Une combinaison de natation néoprène
- Des palmes si vous avez l'habitude de nager avec

Bonnets de bain et bouée de sécurité vous seront fournis

Si vous n'en avez pas, nous proposons la location de combinaison pour 40€ pour le stage. A réserver à l'avance.

Température estimée de l'eau à cette période : 21°

Hôtel : Best Western Aquakub, 173 Av. du Petit Port, 73100 Aix-Les-Bains