

3 - Séances de perfectionnement technique avec Léna Mahoic

Léna Mahoic, éducatrice salariée du CD 56 d'aviron, viendra au club les samedis

- **4 novembre** matin pour les **jeunes** qui souhaitent travailler leur technique : inscription sur le Doodle ci-dessous avant le vendredi 28 octobre (indiquer Prénom et Nom du jeune) :

DoodleJeunes

- et **18 novembre** matin pour des séances de perfectionnement technique à destination des **adultes, ayant au minimum 1 an d'expérience** et veulent progresser et aller vers la mer, les randonnées longues distance : inscription sur le Doodle ci-dessous avant le vendredi 10 novembre (indiquer Prénom et Nom)

DoodleAdultes

Ces séances seront données pour 10 rameurs maximum mais attention Doodle ne permet plus de limiter le nombre d'inscrits.