

Dès 8 ans (tests d'aptitudes) en loisir ou compétition



Entraînements:

Piscine TI DOUR Lannion, Dimanche de 13h30 à 14h30

Côtier (Plage de Trestel), le Samedi de 10h à 12h00

(Avril à Novembre)



Contacts:

email: tregor.sauvetage.sportif@gmail.com

Rejoignez nous sur facebook :

<https://fr-fr.facebook.com/tregorsauvetagesportif>

SAUVETAGE SPORTIF TREGOR



NOUVEAU à LANNION

www.tregorsauvetagesportif.fr

Tél : 06 60 36 74 55

Le Sauvetage Sportif pratiqué importé d'Australie et connu sous le nom de «SURF LIFE SAVING».

Le sauvetage sportif c'est l'apprentissage d'une discipline sportive mais aussi de la citoyenneté et du respect de l'environnement.

Ludique, varié, complet, le sauvetage sportif est un sport inspiré de situations que l'on retrouve dans le sauvetage professionnel.

Il est composé de plusieurs disciplines individuelles ou par équipe. C'est un sport à part entière qui se caractérise par la diversité de ses épreuves : On y retrouve de la nage, de la planche de sauvetage (paddleboard), du surf ski (kayak), de la course, du remorquage de mannequin, des courses avec palmes.

Le sauvetage sportif se caractérise par deux spécialités



EAU PLATE (Piscine)

REMORQUAGE MANNEQUIN



PARCOURS D'OBSTACLES



Ce sport demande de bonnes qualités sportives (rapidité, endurance, polyvalence) et humaines (courage, sauvegarde d'autrui)

REMORQUAGE BOUEE TUBE



MANNEQUIN PALME



COTIER (Océan)

PADDLEBOARD



BEACH FLAGS



SAUVETAGE BOUEE TUBE



SURF SKI (kayak)



Le Label ENS (Ecole de Sauvetage) propose différents degrés de capacité qui s'acquièrent au fur et à mesure de l'évolution de l'enfant et leur permette de découvrir le sauvetage et de s'épanouir dans un sport tout en apprenant à sauver une vie.

Il accompagne le jeune vers la pratique professionnelle des activités de sécurité civile. A l'âge réglementaire, ils pourront intégrer les formations officielles (PSE 1 et 2, SB, BNSSA).

