



Fédération  
Française  
du Sport  
Adapté

Gironde



153, rue  
David Johnston  
33000 BORDEAUX

05 56 00 99 10

09 59 23 99 10

secretariat@cdsa33.org

Comité Sport Adapté 33

comitesportadapte33



**COSC**  
CARCANS OCEAN SURF CLUB

Soutenu par



Le Mardi 20 Juin 2023

De 10 h à 15h30

COSC Maison de la Glisse

5 Avenue des Gourbets

33121 CARCANS



**COSC**  
CARCANS OCEAN SURF CLUB



Gratuit avec la  
carte d'invalidité  
européenne +  
arrêté municipal  
CDSA 33

## Journée SPORT NATURE SURF

Découverte du Surf

(Surf/Bodyboard 11h-13h ou 13h-15h)  
et activités annexes (Sand ball, Lutte,  
Tir à l'arc, ultimate Jeux de lancers...)

COMITÉ  
RÉGIONAL  
NOUVELLE-AQUITAINE  
FÉDÉRATION  
FRANÇAISE  
LUTTE



⇒ Gratuit pour tous les sportifs licenciés FFSA 2022/2023  
⇒ Pour les non licenciés, possibilité de Pass'Journée découverte à 19 € par sportif (fournir un certificat médical)

Un **certificat médical** de non contre-indication à la pratique des activités physiques et sportives datant de moins d'un an sera demandé pour chaque participant souscrivant au Pass'Journée.



Pensez au  
PARASOL !

### Programme :

- 10h/10h30 : Accueil des sportifs – Accueil café
- 10h30/12h30 : Ateliers sportifs de découverte
- 12h30/13h30 : Repas issus de vos paniers
- 13h30/15h : Ateliers sportifs de découverte
- 15h30 : Goûter / Fin de journée

⇒ Pour les activités aquatiques, pensez à prévoir une tenue de rechange, maillot de bains et serviette ainsi qu'une casquette et de la crème solaire !

**Inscription :** Lors de cette journée, votre groupe participera à **une activité principale** autour de la découverte du Surf (Surf de 11h à 13 h ou Bodyboard de 13h à 15h) et **une ou plusieurs activités annexes** ( Sand ball, Lutte, jeux de lancer, tir à l'arc Flou flou, Ultimate, beach tennis ...)

Pour contacter nos agents sur site :

**Romain** : 06 33 02 82 09

Pour une meilleure organisation sportive et afin de prévoir l'encadrement des activités, nous vous prions de bien vouloir adresser vos inscriptions au secrétariat du Comité Départemental du Sport Adapté de la Gironde, par Mail ou fax : [secretariat@cdsa33.org](mailto:secretariat@cdsa33.org)

Retour des inscriptions avant le :

**13 / 06 / 2023**

Capacité d'accueil maximale :

**60 Sportifs**



Ne pas oublier la  
crème solaire !

Dans l'attente de vous retrouver lors de cette journée, recevez chers collègues et amis sportifs nos cordiales salutations.

Olivier Grin

Président du CDSA 33