

<https://www.yoleok.org/Entrainement-de-la-Ligue-Midi-807.html>



# Entraînement de la Ligue Midi Pyrénées

- Les régates - Comptes-rendus des régates - Midi-Pyrénées -



Date de mise en ligne : lundi 11 février 2013

---

Copyright © AspryOK : Association Sportive des pratiquants de Yole-OK -

Tous droits réservés

---

En effet le samedi matin c'est sous la neige que les aveyronnais et les toulousains ont fait leurs premiers kilomètres . Il fallait y croire .

Dès le passage de la montagne noire le ciel s'est en effet dégagé et les températures ont remonté de 12 degrés . la séance conduite par gilles Serraz a démarré sous une gentille brise et a fini avec des rafales à plus de 30 noeuds .

Le lendemain par contre un soleil voilé et 3 à 4 noeuds de vent pour une séance animée par Yann Rialland qui commençait là sa formation d'entraîneur .

les participants :

Philippe Bradfer et Frédéric Ledelaizir : 5O5

Elio Tognaca : laser 47

Thibault Veaux : laser 47

Amandine Loubère : Europe

Patrice Déroutet : Europe

Yann Rialland : Yole OK

Leleu Jade : Europe

Antoine : laser radial

Yacine : Europe

Axel : europe

Leleu Alec : finn

Encadrement : philippe chelle , stagiaires entraîneur Gilles Serraz, Yann Rialland

Il est à noter qu'un groupe d'une dizaine de coureurs suit régulièrement ces entraînements . L'organisation pédagogique se structure et se complète au fil des séances .

La formation d'entraîneur dans ce cadre là permet d'aborder concrètement et dans la pratique les problématiques de sécurité dans les situations les plus difficiles (eau à 6 degrés , fort vent et grand pland'eau)

Compte rendu : Philippe Chelle