



Côte Basque - Surf (niveau expert et compétition)



ECTS
2 crédits



Composante
Service
universitaire
des activités
physiques
et sportives
(SUAPS)



Volume horaire
35h



Période de
l'année
Automne et
printemps

En bref

- › **Date de début des cours:** 15 janv. 2024
- › **Langue(s) d'enseignement:** Français
- › **Plage horaire:** Après-midi
- › **Méthodes d'enseignement:** En présence
- › **Forme d'enseignement :** Travaux dirigés
- › **Ouvert aux étudiants en échange:** Non
- › **Effectif:** 4

Présentation

Description

Le cours démarre par la préparation de son matériel, le déplacement vers le lieu de surf, l'observation du milieu, la visualisation de la zone de surf, un temps de surf de 2 heures maximum selon les conditions avec objectif de séance, un bilan, un retour.

Objectifs

L'activité surf vise à rendre le surfeur plus performant dans des vagues jusqu'à 2 mètres, en lui apportant les connaissances et compétences nécessaires en lien avec la sécurité, la connaissance du milieu, et les bases physico-techniques.

Découvrir la compétition, ou performer en compétition.



Pré-requis obligatoires

Débutant **NON ADMIS**.

Contrôle des connaissances

- * 14 points de note pratique (technique, autonomie, sécurité) dont 6 pts performance et 8 pts maîtrise d'exécution
- * 6 points de projet (théorie de l'activité, événementiel, préparation physique, aspect technico tactique ou arbitrage, production doc numériques)

Informations complémentaires

- * UE proposée aux S2, S3, S4 et S5 (S1 et S6 uniquement pour les étudiants du STAPS)
- * Présence aux cours obligatoire
- * Matériel non fourni
- * RDV au SUAPS avant chaque début de séance
- * Jour et créneau horaire : jeudi 13h30-18h30

Infos pratiques

Contact

Contact administratif

SUAPS-COTE-BASQUE

☎ +33 5 59 57 41 08

✉ geoffrey.mathon@univ-pau.fr

Responsable pédagogique

Charles VERDIER