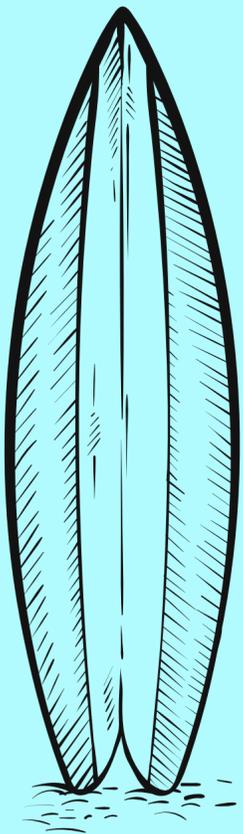




JUEVES 25 ABRIL
SURF DE LA
MAÑANA



Surf



Après nous être changés difficilement sous le froid espagnol, nous avons rejoint le bord de mer afin de prendre connaissance des techniques à utiliser pour ne pas tomber à la première vague venue...

L'entraînement s'effectuait sur le sable. Il consistait à s'allonger sur la planche, pieds collés à l'arrière de celle-ci, puis se lever correctement et se stabiliser sur la planche pour ne pas basculer ou piquer



Après l'entraînement place à la pratique !
Le leash à la cheville, les planches à la main et dans l'eau pendant 1h30

Cette session de surf nous a permis pour certains de découvrir mais aussi pratiquer de nous-même... Après de nombreuses vagues et chutes, plusieurs de nos camarades ont réussi à surfer sur la vague et ainsi la dominer



Après le sport le réconfort

Arrivé la fin de cette session, tout le monde est remonté à l'école de surf pour se rhabiller, mais surtout se réchauffer, car oui dans l'eau, il faisait froid à attendre les vagues ..

Nous avons adoré le surf, bien que ce fut fatiguant mais nous repartons de cette matinée remplis de souvenirs et nous espérons ,un jour, pouvoir renouveler cela ...



Alors que tout le monde dort, le chauffeur nous dirige vers les dunes afin d'y déjeuner et de passer l'après midi

