



# 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