

Comité éditorial

Eliane Debusne

Joël Dugay

# K/mer Café



## Information de la « Commission mer »

Décembre 2020

### Pleins feux sur,

- L'actualité de la « Commission mer »
  - Le pôle des moniteurs
  - Formation nouvelle pagaie couleur
  - Nouveau site d'information
  - Tutoriels
- Le calendrier des évènements pour l'année 2021
- La sécurité et les secours en mer
- Formation « Amfpc et Mfpc » à Camaret
- Comment appréhender l'hypothermie
- Le surf en kayak de mer

- Un phare, des phoques et ... des nymphes
- Utiliser son matériel photo et vidéo en kayak de mer
- Le coin des bouquins et des sites d'information



## Actualité de la « Commission mer » (Joël Dugay )

Le pôle « Moniteurs et certificateurs » de la Commission mer : c'est un regroupement des moniteurs (MFPC) pour apporter leur soutien aux clubs qui souhaitent développer l'activité du kayak de mer, aux CD ou au Comité IDF-CKSP afin d'encadrer des évènements liés au kayak de mer ou effectuer des passages de pagaie couleur. Pour vous inscrire, envoyer un message : [mer@crifck.fr](mailto:mer@crifck.fr)

Deux formations (pour les MFPC) sur les nouvelles directives des « Pagaie couleur » se sont déroulées en visio-conférence. Elles seront appliquées à partir de janvier 2021.

Prochainement (fin d'année ?), un nouveau site d'information du « Comité IdF » va voir le jour. Concernant la « Commission mer », une rubrique dédiée est prévue ; on trouvera l'information liée à l'activité, les fiches de présentation des évènements, d'inscription et plein d'autres informations (pratique, technique, sécurité, tutos, ...).

Pour compléter la connaissance sur la mer et le kayak de mer, un projet de conception de « Tutos » est lancé ; des informations seront adressées lors du prochain numéro du Kmer/Café.

Concernant le support « Kmer/Café », vous êtes invités à participer en nous envoyant des articles de votre choix sur la mer et le kayak de mer à l'adresse suivante : [mer@crifck.fr](mailto:mer@crifck.fr)

Pour organiser vos évènements et vos stages, voici les coordonnées de nos amis prestataires avec qui nous avons, au fil du temps, créé une relation de confiance basée sur l'échange, les compétences et l'écoute de nos besoins.

Le meilleur accueil vous sera réservé en vous adressant directement à Agnès, Jean-Marc et Vincent.

Planète Kayak  
Agnès Penisson  
[Planete Kayak](#)

Interactions Pleine  
Nature  
Jean-Marc Terrade

[interactions-  
pleinenature.org](#)  
CaminoKayak  
Vincent Achard  
[CAMINOKAYAK](#)

### Le calendrier 2021 de la « Commission mer » - (CM)

Ref	Evènements	Périodes / Dates	Contenu	Description	Responsables
1	Stage : gestion de l'hypothermie en kayak de mer – bassin de Cergy ou Vayres	Dimanche 7 mars 2021	Mise en situation en eau froide.	Comment aborder des situations difficiles dans un environnement hostile	Christophe Henrion (Trappes) + aide PM
2	Journée de sécurité en kayak de mer – piscine de la SNTM A Saint-Maur	Dimanche 21 mars 2021	Journée en deux parties : le matin pour des exposés, l'après-midi pour des ateliers dans l'eau	Les thèmes abordés traitent de la sécurité, de l'aisance et du perfectionnement pour les pagaies vertes et bleues.	Béatrice Lucet (SNTM) Joël Dugay (CM) Equipe SNTM PM
3	Formation théorique	Dimanche 28 mars 2021	<i>Formation théorique à la connaissance de la pratique du kayak de mer. Evènement d'un ensemble de quatre formations (théorique, sécurité, hypothermie et stage d'une semaine)</i>	Connaissance générale, exposés : météo, vagues, courants, houle. Sécurité, navigation, biodiversité, mise en place d'un plan de navigation	Joël Dugay (CM – Créteil)

4	Stage de kayak de mer sur la presqu'île de Crozon et Camaret	Dimanche 4 avril au samedi 10 avril 2021	Stage/formation sur une semaine. Tous les sujets liés à la sécurité sont abordés afin de clore le cycle de formation pour les débutants avancés et le perfectionnement pour les autres.	Navigation sur tout le secteur, plan de navigation et mise en situation. Passage de « pagaies couleurs » Découverte des grottes, du Tas de Pois, de la cote de Morgat à Camaret	Joël Dugay (CM – Créteil) Jean-Paul Morel (PSUC-Orsay) Philippe Pecheux (Torcy) Jacques Guyard (Torcy)
5	Stage de perfectionnement Bretagne nord – Paimpol, Roscoff, Molène/Ouessant	Vendredi 14 au dimanche 16 mai 2021 (3 j)	Perfectionnement pour le niveau pagaie bleue et pagaie rouge	Mise en situation dans des conditions soutenues, courants, passes-cailloux, surf, sécurité Autonomie, conduite de groupes	Interaction – Jean-Marc Terrade Joël Dugay (CM)
6	Randonnée découverte - Ebihens	Samedi 5 au lundi 7 juin	Randonnée sur le secteur de Saint Malo et l'archipel des Ebihens ou « Enez Bihan »	Découverte de la Côte d'Emeraude	Philippe Pecheux (Torcy) Jean-Paul Morel (PSUC Orsay)
7	Rassemblement Ck/mer - Bretagne	Août – une semaine période du 15 août au 28 août	Anniversaire des 40 ans De Ck/mer	Bretagne – site à confirmer	Joël Dugay (CM)
8	Stage Zen attitude Bretagne nord	Vendredi 10 au dimanche 12 septembre 2021	Stage sur la recherche de l'aisance dans la pratique du kayak de mer et de l'esquimautage	Approche de la Zen attitude en kayak de mer, recherche de l'aisance	Planète kayak – Agnès Penisson Sylvaine Bataille (Trappes) Béatrice Lucet (SNTM)
9	Saint Malo – Guimorais	Dimanche 9 et 10 octobre 2021	Navigation de Cancale à St Malo	Tous les niveaux, PV confirmée	Jean-Paul Morel (PSUC Orsay) + aide PM
10	Bretagne sud Golfe du Morbihan - Quiberon – Ile de Groix – Ploemeur - Doelan	Jeudi 11 au dimanche 14 novembre 2021	Tous les niveaux depuis la pagaie verte confirmée Passage pagaie couleur	Objectif : améliorer ses compétences dans des situations délicates, conduite de groupes, ...	Pôle moniteurs (PM)
11	Baie de somme	Samedi 4 et dimanche 5 décembre 2021	Tous les niveaux depuis la pagaie verte confirmée	Navigation découverte dans la « Baie de Somme »	Joël Dugay (CM) + PM

## La sécurité en kayak de mer et les secours en mer - (Joël Dugay)

Lors de la journée de sécurité en février 2020 et à la suite de l'accident survenu en baie de Somme, nous avons organisé une collecte au profit des secours en mer (SNSM). Le montant de celle-ci a été envoyé à la station de Berck (127€) et à la station de Cayeux (130€). Cette démarche a été fortement appréciée par les sauveteurs de la SNSM ; le comité Ile de France a reçu un courrier de remerciement s'adressant à toutes les personnes qui ont effectué ces dons. Chacun, à titre individuel, peut envoyer sa participation en choisissant la station souhaitée en se connectant sur leur site.



Je vous rappelle que la « Commission mer » recommande aux clubs et aux pratiquants l'utilisation de la balise DIAL

diffusée par la SNSM (Dispositif Individuel d'Alerte et de Localisation). Elle est un élément nécessaire pour la sécurité de chacun (en complément d'une VHF et d'un système lumineux) dans la pratique du kayak de mer et des activités nautiques. Pour plus d'information :

[Dispositif individuel d'alerte et de géolocalisation - Les Sauveteurs en Mer \(snsm.org\)](https://www.snsm.org)

## La formation « Moniteurs et Aspirants moniteurs » - (Olivier Marti, Sylvaine Bataille)

Du 18 au 23 octobre 2020, le Comité Ile-de-France formait ses futur·es cadres mer et eau calme à Camaret-sur-Mer : 11 futur·es aspirant·es moniteur·ices (AMFPC), 2 futur·es moniteur·ices (MFPC) et 3 formateur·ices<sup>(1)</sup> pour un stage tonique et intensif, avec une super ambiance. Nous commençons par réviser les manœuvres de sécurité essentielles : récupération seul·e ou à deux, esquimautage, remorquage. Mais aussi la nage dans les vagues, d'abord sans son bateau, puis avec ! Les aspirant·es préparent et animent des séances pédagogiques. Les moniteur·ices se concentrent sur la préparation et l'encadrement des navigations, avec le souci de la sécurité toujours présent. Une situation météo plutôt tonique a donné tout son intérêt à cet exercice. De beaux moments de surf, des passes à cailloux...



Beaucoup de temps sur l'eau, mais aussi du travail en salle (ou sur un banc face à la mer...) : réglementation, sécurité, pédagogie, analyse de vidéo, lecture de cartes et préparation de navigation.

Et puis les futures cadres repartent dans leurs clubs pour une période de stage sous la houlette d'un tuteur ou d'une tutrice. Dans quelques mois tous et toutes passeront leur examen final. Et pour les aspirant-es, ne doutons pas qu'ils ou elles continueront vers le monitorat !

- (1) Dont Sébastien, notre Conseiller Technique Ile-de-France. Un bel investissement du Comité au profit de la mer et des activités loisirs.

## Comment appréhender l'hypothermie (Christophe Henrion)

Ce mémo résume les grandes lignes de l'exposé sur l'hypothermie en kayak de mer fait durant la journée Sécurité mer le 2 février 2020 à Saint-Maur-des-Fossés.

L'hypothermie correspond à un refroidissement du corps.

Ce refroidissement peut arriver en toute saison.

Les zones corporelles particulièrement sensibles thermiquement sont : la tête, le cou, les flancs, l'aine. Il faudra les protéger en priorité. L'effet du froid est accru par le vent (effet windchill).

La conduction thermique est 25 fois plus élevée dans l'eau que dans l'air, d'où la différence d'effet physiologique entre de l'air à 2°C et de l'eau à 2°C.

On distingue généralement 3 stades dans l'hypothermie :

- Stade 1 : La victime frissonne
- Stade 2 : La victime ne frissonne plus mais peut bouger ses membres + symptômes type amnésie, difficultés à parler, propos incohérents, ...

- Stade 3 : La victime est inconsciente

Les principales mesures à prendre (non exhaustif !) :

- Stade 1 : réchauffer, rassurer, et attention au second dessalage.
- Stades 2 et 3 : alerter les secours, empêcher le refroidissement mais surtout ne pas frictionner et manipuler délicatement la victime.

Stade 1 : le groupe peut se débrouiller pour gérer.

Stades 2 et 3 : les secours doivent intervenir !

Stade 3 = danger de mort

- |   |   |  |
|---|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Sortir de l'eau un kayakiste qui est en stade 2 ou 3 est une manœuvre de sécurité complexe, qui nécessite plusieurs kayakistes sauveteurs bien coordonnés, et qui communiquent entre eux.</li> <li>❖ A terre, limiter le refroidissement du</li> </ul> | <p>au contact direct avec le sol, et protéger du vent.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Importance du choix de la tenue vestimentaire. Il y a un dilemme à résoudre : être bien en dehors de l'eau (notamment en cas d'effort), et être suffisamment</li> </ul> | <p>protégé en cas de passage à l'eau.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Points d'attention : pas de coton, limiter la transpiration, attention au refroidissement due à l'évaporation de l'eau avec un néoprène mouillé, ...</li> </ul> |
|---|---|--|

Prévenir l'hypothermie :

- Être correctement couvert, y compris en cas de passage à l'eau.
- Détecter au plus tôt l'arrivée de l'hypothermie, et la traiter sans attendre.
- Importance du groupe : chacun doit être vigilant avec ses compagnons de navigation.
- Toujours avoir accessibles : bonnet + tour de cou.
- Avoir des affaires de rechanges accessibles, et une boisson chaude.
- Pouvoir donner l'alerte ; corollaire = pouvoir donner sa position.
- En cas de dessalage en eau froide, rapidité dans la manœuvre de récupération.

La maîtrise de la récupération à deux et du remorquage par la plupart des participants d'un groupe sont des éléments de sécurité essentiels, ainsi que la vigilance par rapport aux signes avant-coureur de l'hypothermie.



## Le surf en kayak de mer (Fabien Tessari)

C'est généralement après un ou deux ans de pratique et un esquimautage en devenir que les kayakistes commencent à s'intéresser au surf. Des stages spécifiques sont couramment proposés par les clubs ou les structures professionnelles.

Au cours de ces sessions, on apprend à déraper et rester en équilibre en travers d'une vague, à faire pivoter son bateau au sommet de l'une d'entre elles ; à choisir une vague pour essayer de partir dessus au bon moment ; on expérimente la manière de franchir la barre ou la façon de détecter un courant de retour ; on valide son esquimautage en conditions réelles. On intègre aussi quelques notions liées à la houle et aux vagues : formation, période, configuration des séries, type, puissance, analyse du spot et de la zone de déferlement. Dans une session de surf, théorie et pratique font vite sens, l'erreur est sanctionnée par un dessalage sans conséquences. Même si la maîtrise n'est pas encore bien acquise, on découvre surtout le plaisir grisant du surf. Au sortir de cet apprentissage, on serait presque déçu que notre kayak de mer soit si lourd à manier. Surfer sur un kayak de mer de 5 mètres de longueur se résume pour la plupart d'entre nous à faire un beau « tout droit » au départ de la cassure de la vague jusqu'à la plage. C'est sympa mais on est loin des possibilités d'une planche de surf. Autre déception, le meilleur endroit du spot est bondé de surfeurs quand nous, kayakistes encombrants, sommes relégués à l'autre bout de la plage.



Si les vagues ont une hauteur suffisante (environ 60 cm), on échappe à ces contraintes en utilisant des kayaks d'eaux vives type « playboat », aux carres bien marquées (« l'Axiom » chez Dagger, le « Zone » chez Piranha, par exemple). Ces petits bateaux manœuvriers permettent de sortir plus facilement d'une trajectoire rectiligne. Toutefois, leurs fonds bombés les ralentissent. Ils poussent l'eau devant et créent une traînée derrière. Démarrer un surf ou franchir une barre consomme une bonne dose d'énergie.

Pour atteindre plus facilement les possibilités d'évolutions qu'une planche de surf, il existe des kayaks dédiés au surf qui allient glisse, maniabilité et légèreté. Dotés d'un grand fond plat et de carres très prononcées avec un poids compris entre 7 et 12 kg, il en existe de trois sortes : un kayak long, un plus court et un sit-on-top. Le kayak long (le « Gohst » chez Mega par ex... L : 3.2 mètres environ) est le plus rapide des trois et le plus accessible au novice. Sa plage d'utilisation commence sur des vagues de 70 cm (il est utilisé avec ou sans ailerons). Le kayak court (le « Surf Rush » chez Valley, le « Phantom » chez Mega par ex... L : 2.8 mètres environ) est utilisé dans les vagues à plus fortes pentes. Doté d'ailerons, il possède un arrière court et volumineux et est réservé aux kayakistes qui ont un bon background. C'est le kayak de figures du surfeur. Le sit-on-top, lui, se rapproche de l'utilisation du court. En gros, c'est une planche sur laquelle on est assis. Il est d'un emploi plus physique car le kayakiste n'a plus l'aide de la carène pour son maintien (absence de dossier, entre autres).

Toute cette palette de matériel permet d'exploiter pleinement les joies du surf. Bien sûr, les excellents pratiquants font des trajectoires semblables avec un kayak de mer mais les autres ont là, des supports accessibles pour éprouver de nouvelles sensations. Et pour rassurer ceux qui commenceraient le surf, on s'amuse toujours avec un bon gros kayak de mer. Dans des petites conditions de mer, sur des petites vagues, le kayak de mer part plus facilement au surf qu'un surfeur et de plus loin. Il en fait plus que lui. What else ?

Un phare, des phoques et ... des nymphes ! - (Eliane Debusne)

Sur la vaste étendue de la Baie de Somme, entre terre et mer, à l'horizon...le phare du Hourdel surgit des flots !

A ses pieds, sur les rivages du petit port où il n'est pas rare de voir les phoques alanguis sur les bancs de sable, installés là, pour un temps de repos, avant de repartir à la pêche. Mais pour voir les nymphes, il faudra vous équiper de bottes en plastique qui remontent jusqu'à la taille, d'une bêche et d'un seau... Vous courberez l'échine, malmenée par le temps d'une marée : une chasse de 8h sera sans trêves car, peu à peu, les bancs de sable seront envahis.

Eh oui ! Il faut les débusquer : leur antre se dévoile par un petit trou noir, « l'œil du ver » ! Petits orifices des galeries où les « belles » se cachent...

Alors, les mains dans la... vase, vos doigts, avec délicatesse, pourront enfin en saisir le joli corps annelé, rose violacé, gluant, de 7 à 10cm de longueur, muni de petites soies tel un mille-pattes qui lui permettent de se déplacer en se tortillant et qui lui servent aussi de branchies. Grâce à sa mâchoire puissante nantie

de deux crocs, ce petit ver se nourrit de débris organiques : détritiques d'animaux ou végétaux.

Les voilà, ces magnifiques nymphes marines, les « néréides », nichées dans les profondeurs... du sable, filles de Nérée et de Doris dans la mythologie grecque.

Déçus ? « La beauté n'a d'égal que la valeur qu'on leur donne » ...

Autrefois, le fouissage des vers n'engageait aucune dépense et servait d'appâts à presque toute la flottille qui pêchait aux cordes.

Un métier pénible, traditionnel, pratiqué surtout par les femmes et les enfants à chaque marée, le jour comme de nuit.



L'habit comprenait un jupon de gros drap rouge sur un autre de toile bleue ou rayée, d'un bonnet ainsi que des jambières en laine blanche protégeant les mollets. Une pelle avec un

long manche et un seau suspendu dans un morceau de filet étaient nécessaires pour le fouissage.

Aujourd'hui, il ne reste plus que deux « verotières » dans la Baie de Somme. Comme d'autres vont au bureau, ces deux dernières ramasseuses de ver travaillent dans les mollières (monticule de terre colonisé par la végétation), au rythme des marées.



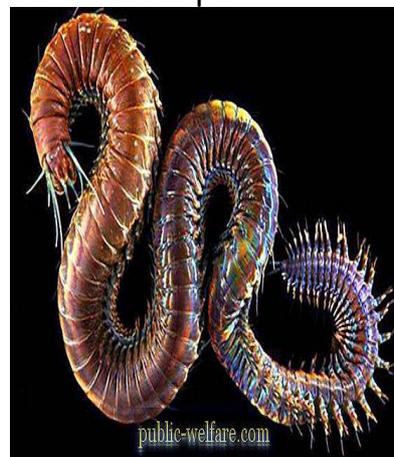
Mais, même pour ce métier-là, la conjoncture n'est pas bonne : de la spartine vient la menace.... C'est une graminée invasive, de 30 cm de haut, au rhizome rampant. A elle seule, elle représente un grand danger pour la biodiversité de ce milieu. Par ces racines, elle piège les matières en suspension favorisant l'accumulation de la vase et du sable. Recouvrant les vasières, (sa progression peut aller jusqu'à 1m par an !), elle

forme de vastes herbiers qui prolifèrent au détriment des plantes indigènes des prés salés comme la salicorne.

Les petits chenaux ainsi réduits, la faune s'en trouve modifiée... notamment pour les nombreux oiseaux du littoral, les limicoles.

Conscients de l'impact sur les écosystèmes de l'estuaire, des chantiers participatifs de lutte contre la spartine sont basés jusqu'alors sur des

initiatives personnelles, associatives ou communales par



l'arrachage manuel ou mécanique : une méthode fastidieuse et lente qui donne des résultats aléatoires.

Garantir la conservation des habitats et des espèces est un enjeu primordial pour ce sanctuaire écologique, classé parmi les plus belles baies du monde.

« Ainsi en dépend la survie des nymphes de la Baie de Somme... »



## Utiliser son matériel photo et vidéo en kayak de mer - (Bruno Detain, Christophe Bonnin)

Photographier ou enregistrer de la vidéo lors de nos navigations en kayak de mer, c'est garder un souvenir, partager nos découvertes ou nos émotions, mais aussi permettre de valoriser nos activités et nos clubs. Aujourd'hui, les rapides progrès techniques de cet univers de l'image nous donnent le choix entre différents types d'appareils capables de filmer en 4K : la caméra d'action (action-cam) ou mini-caméra embarquée, l'appareil photo compact étanche, le boîtier hybride ou reflex et le camescope, ainsi que le smartphone, voici un aperçu de chaque matériel.

La caméra d'action : depuis une dizaine d'années, la première GoPro commercialisée est plébiscitée par de nombreux utilisateurs - surtout dans le monde du sport - mais également utilisée par les sociétés de productions et les familles. Elles sont compactes, petites et permettent des prises de vue inédites. Cela étant, la sortie de la première GoPro qui en est à sa 9ème version à ce jour, de nombreux constructeurs ont emboîté le pas (beaucoup d'origine chinoise). Elle est le plus souvent fixée sur le casque ou le pont du kayak et propose de nombreux accessoires pour trouver des axes de prise de vue originaux (perche, fixation poignée, poitrine, ou accrocher sur la pagaie, sous l'eau...). La qualité des images est bonne sauf en basse luminosité ce qui n'est pas gênant la plupart du temps dans notre sport d'extérieur.

L'installation sur le kayak peut se réaliser avec des fixations rapides autocollantes 3M généralement fournies avec la caméra ou en option. Ces fixations sont très efficaces (même sur le kayak en PE) lorsque la surface est plane et lisse. Le système de ventouse peut également fonctionner sur des kayaks en fibre qui présentent des surfaces planes. Mais dans tous les cas, il sera nécessaire de sécuriser la caméra (idéalement avec un mousqueton accroché à la ligne de vie, par exemple). Le son de la caméra avec caisson étanche est mauvais (seul le son de l'eau frappant la coque du bateau sera transmis si celle-ci est fixée au kayak). Le son de la caméra sport, plus récente, ne nécessite pas l'utilisation de caisson étanche. Il est donc en général de meilleure qualité notamment pour un son d'ambiance.

- Point fort : stabilité\*, solidité, étanchéité, vidéo et photo, déclenchement avec télécommande possible, nombreux paramètres réglables
- Le moins : pas de zoom, cadrage compliqué\*\* sans retour image, peu de possibilité de modification de l'angle (170° voir 110°) et une fois fixée toujours le même point de vue, plantage possible (toutes marques, y compris GO PPO), exposition aux gouttes d'eaux. Prix de 50€ à 450€. A noter :
  - que la stabilité\* n'est pas un critère si l'utilisation est de fixer la caméra sur le kayak.
  - Que l'inconvénient du cadrage\*\* disparaît dans le cas de l'utilisation des caméras dites « 360 ».

Mais il faudra s'assurer que votre environnement de montage puisse exploiter ce type d'images surtout si vous utilisez déjà plusieurs sources. La postproduction est donc plus compliquée.

L'osmo Pocket : une caméra d'action avec écran de contrôle sur un stabilisateur 3 axes comme les drones.

- Point fort : diversité des axes et des angles de prise de vue pour effectuer des panoramiques et des travelling photo et vidéo
- Le moins : pas étanche sauf utilisation d'un caisson adapté

Le compact étanche : par rapport à la caméra d'action, le compact permet de cadrer son sujet et de modifier son axe ou son angle car il est équipé d'un zoom. Il bénéficie aussi d'un stabilisateur. Le son est correct en ambiance. On le met dans la poche avant du gilet et pour ne pas le perdre et un leach est le bienvenu mais il peut aussi traîner dans l'eau sans problème. La qualité en basse lumière n'est pas forcément très bonne (petit capteur et objectif peu lumineux) mais ce n'est véritablement pas gênant dans nos navigations (forcément en extérieur).

Quelques critères à prendre en compte dans le choix d'un compact : il doit être petit, léger, endurant.

Vérifier que vos lunettes de soleil soient polarisées dans le bon sens par rapport à l'écran. Enfin, il doit être réactif (notamment à l'allumage).

- Point fort : maniabilité, solidité, étanchéité, photo et vidéo, macro, utilisable en navigation
- Le moins : demande les deux mains pour shooter donc besoin de s'arrêter et de lâcher la pagaie. Prix de 100€ à 800€.

L'Hybride et le réflex : difficile de les utiliser en navigation car le poids est plus important surtout avec des objectifs puissants. Ils ne sont, par ailleurs, pas étanches. Toutefois pour un groupe de kayakistes, emporter un seul appareil dans un sac étanche rangé dans un

caisson du kayak permet lors des pauses ou des bivouacs de faire du portrait et du paysage. La qualité est au rendez-vous en basse lumière. Prix à partir de 350 €.

- Point fort : qualité d'images, y compris en basse lumière, possibilité de prise de son naturelle avec utilisation de micro externe.
- Le moins : pas utilisable sur l'eau et il faut être certain de l'étanchéité du conditionnement dans le bateau.

Le drone : comme l'appareil photo Hybride/Reflexe, le drone ne s'utilise pas en navigation mais lors des pauses à terre. Cette solution permet alors des prises de vues spectaculaires sur l'environnement et peut nettement dynamiser le résultat final de votre film. Reste à accepter la mise en place de la solution et le temps passé à faire ces prises de vues.

- Point fort : prises de vue spectaculaires de l'environnement
- Point faible : pas utilisable en navigation, prise en main exigeante et temps important à y consacrer lors de vos pauses kayak. Prix à partir de 350€.

Le camescope : comme pour l'hybride et le reflex, il est difficilement utilisable en navigation mais il permet de faire l'interview des participants et le reportage du soir. Cependant, les photos extraites des vidéos sont moins exploitables.

- Point fort : possibilité de zoom important.
- Le moins : pas utilisable en navigation, doublons d'utilisation avec d'autres appareils plus modernes. Autrefois, seul appareil capable de réaliser des films de qualité, l'utilisation du camescope tend à disparaître au profit des appareils photos et des smartphones (les dernières générations) qui permettent « en live » d'envoyer rapidement les images à l'entourage absent. Prix à partir de 400 €.

Conclusion : les appareils les plus utilisés sont la caméra d'action et le compact étanche pour leur praticité lors des navigations. Afin d'obtenir une variété de plans permettant un montage photo ou vidéo plus agréable à diffuser (que le brut des longueurs de rushes), il est souhaitable de se répartir les différents types de matériels disponibles parmi les participants mais aussi de s'organiser pour faire des images diversifiées.

## Coin des bouquins et des sites d'information

Rubrique simple pour annoncer ou diffuser des informations sur des supports médiatiques concernant la mer et le kayak de mer.

[Mises à l'eau kayak de mer \(kayakalo.fr\)](http://kayakalo.fr) Où mettre son kayak à l'eau ? Ce site (Guy Lecointre et Véronique Olivier) permet de prendre connaissance des endroits où nous pouvons mettre les kayaks à l'eau en tenant compte de l'environnement local, des mouvements de marées et des contraintes de stationnement. Le document joint est un guide d'utilisation pour la prise en main du site et faciliter son utilisation.

Du kayak à la télé : Archipel de Bréhat avec Marine, Véronique, Jean-Marc, Agnès, Elodie, etc...

<https://france3-regions.francetvinfo.fr/bretagne/emissions/littoral-magazine-gens-mer-0>

Pour réviser le travail de la gîte !

<https://youtu.be/jhiSqm21OpQ>

Livres :

« [Urgence, il faut sauver les montagnes](#) » : le plus grand alpiniste de notre temps, Reinhold Messner lance un appel en faveur de la préservation de la nature en montagne

« [Urgence ! il faut sauver les océans](#) » : Paul Watson, parce que « l'eau est le sang de la planète » et parce qu'il y a urgence, le capitaine Paul Watson signe un nouveau manifeste coup de poing pour la sauvegarde des océans.

« [Le kayak et la mer](#) » : excellent livre de Bernard Moulin sur le kayak de mer et tout ce qu'il faut savoir pour pratiquer l'activité avec bon sens et connaissance.

« [Construire et utiliser les kayaks de l'Arctique](#) » : beaucoup d'explications pour découvrir les kayaks groenlandais, en construire et les utiliser avec des pagaies traditionnelles.



Bonnes fêtes !