

# FORMATION SÉCURITÉ KAYAK EN MER

## DIMANCHE 21 MARS 2021

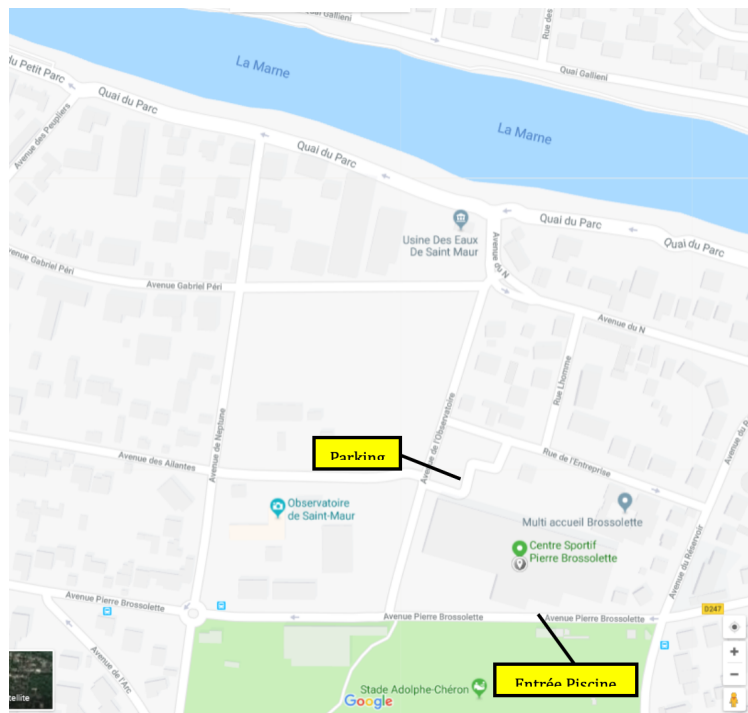
### Programme de la journée :

- **9h30 – 12h30** : Exposés, cours théorique et exercices pratiques (réglementation, sécurité, environnement, techniques, préparation d'itinéraires, cartographie pour débutant.e, ...).
- **12h30 – 13h45** : pot de la Commission Mer, et pique-nique tiré du sac.
- **14h00 – 16h45** : exercices de sécurité en kayak de mer en piscine (remontée en eau profonde à deux, remontée au paddle float, récupération en pointe, nœuds, exercices « zen attitude », ...) et rangement du matériel
- **17h15** : goûter de la Commission Mer.

### Parking et accès :

Piscine Brossolette : 51 Avenue Pierre Brossolette, 94100 Saint-Maur-des-Fossés

Parking : contre le complexe de la piscine, rue de l'Observatoire



Pour plus d'informations : [mer@crifck.fr](mailto:mer@crifck.fr)

COMMISSION  
MER



### Matériel à prévoir :

- Pour la matinée en salle : papier, crayon, gomme, règle ; et si vous avez : règle Cras, compas...)
- Pour le repas : Pique-nique
- Pour l'après-midi à la piscine : maillot (pas de short, ni de combinaison) + lycra ; éventuellement pince-nez et lunettes.

Tout le reste du matériel est fourni (kayak, gilet, pagaie, ...).

### Modalités d'inscription :

- Inscriptions à réaliser par la personne responsable de cette sortie dans chaque club via le formulaire.
- 7 mars 2021 : clôture et confirmation des inscriptions
- Le nombre de places par club pourrait être limité en fonction du nombre maximum d'inscriptions qui est fixé à 80 personnes et en fonction des modalités et des directives sanitaires.
- La participation aux frais est de 5 €/personne et gratuite pour les personnes qui animeront un atelier, ou qui participeront à l'organisation.
- Chaque club sera facturé par le Comité du nombre de participant.e.s.

### Animation :

Si vous souhaitez participer à une partie de l'animation, faites-vous connaître directement auprès de Béatrice LUCET (beatrice.lucet.ck@gmail.com) et/ou Joël DUGAY (joel.dugay@sfr.fr)

Nos besoins :

- Interventions théoriques,
- Encadrement des travaux dirigés sur carte, par petits groupes.
- Encadrement des ateliers piscine

---

Pour plus d'informations : [mer@crifck.fr](mailto:mer@crifck.fr)

COMMISSION  
MER

