

Commission Mer

**Formation sécurité en kayak de mer
le dimanche 21 novembre de 9h30 à 16h30
à la Piscine de la SNTM, Brossolette,
à Saint Maur-des-Fossés**



Niveau : pagaie blanche à pagaie bleue

Organisation :

Béatrice LUCET (SNTM) - beatrice.lucet.ck@gmail.com

Joël DUGAY (CIDFCKSP – Commission mer) – mer@crifck.fr

Logistique locale = club de la SNTM (Société Nautique du Tour de Marne)

Matériel à prévoir :

- Matinée en salle : papier, crayon, gomme, règle ; et si vous avez : règle Cras, compas, ...
- Pique-nique à prévoir (non fourni)
- 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, ...*).

Programme de la journée :

- **9h15 – 9h30 – Mot des présidents**
- **9h30 – 12h30 : exposés, cours théorique et exercices pratiques** (réglementation, sécurité, environnement, techniques, préparation d'itinéraires, cartographie)
- **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, seul, à deux, remontée au paddle float, récupération en pointe, nœuds, exercices « zen attitude », ...) et rangement du matériel
- **17h15 : goûter** de la Commission Mer.

Animation :

- **Si vous souhaitez participer à une partie de l'animation, faites-vous connaître** directement auprès de Béatrice LUCET et Joël DUGAY.

Nos besoins :

- Interventions théoriques (thème : navigation et sécurité)
- Encadrement des travaux dirigés sur carte, par petits groupes.
- Encadrement des ateliers piscine sur le thème de la sécurité

Modalités d'inscription :

- Inscriptions à réaliser par la personne responsable des activités dans chaque club via le formulaire accessible avec lien suivant : utiliser le lien suivant
 - [Inscription](#)
- 15 novembre 2021 : clôture et confirmation des inscriptions
- **Le nombre de places par club pourrait être limité en fonction du nombre maximum des inscriptions qui est fixé à 85 personnes.**
- 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 Île-de-France du nombre de participants

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

