

Formation théorique sur la connaissance du kayak de mer et de son environnement

Le dimanche 2 avril 2023

De 10h15 à 17h

US-Créteil, 5 rue Estienne d'Orves 94 000 Créteil
salle de réunion

Première partie

Le kayak de mer : histoire

Histoire du kayak de mer

Typologie des kayaks de mer

Pour faire quoi ? avantages et inconvénients



La mer et son paysage

Les marées, les coefficients de marée, les courants

Le vent et son influence sur la navigation

Les vagues, la houle : différences

La météo et son influence sur les navigations

Géomorphologie des sites de pratique

L'environnement marin, équilibre et protection

L'environnement technique : navigation responsable

Etude des cartes marines : déplacements, symboles, courants, ...

Lecture des cartes du SHOM, de l'IGN, des outils « Web »

Utilisation d'un compas, d'un GPS, etc ...pour la navigation

Etude et analyse de la géomorphologie du site

Contraintes de la navigation, éléments à prendre en compte

Le groupe et l'encadrement

La période de la navigation et la météo

L'équipement et le niveau d'engagement

Le plan de la navigation : fiche de navigation

La sécurité en kayak de mer

Conditions de navigation, équipement, matériel, vêtements adaptés, nourriture et boisson chaude

Condition physique entretenue, anticipation, écoute de l'encadrant

Techniques de sauvetage, de récupération, de remorquage

Contraintes de la navigation, prévention, gestion des secours

Lecture et analyse de la météorologie, comment interpréter les sources

Analyse et gestion des risques, comment les réduire ?

Accidentologie,

- Hypothermie, malaise, dessalage, ...
- Gestion de la victime
- Mesures compensatoires :
 - Menace et probabilité de survenance du risque
 - Prévention du risque et actions préventives
 - Renoncement, à quel moment ?

Gestion des secours : canal 16 (VHF), tel : 196 (Cross), 112 (portable), sémaphore du secteur de navigation, ...

L'environnement du kayakiste de mer

- Les zones de protection : les biotopes, la biodiversité
- La faune marine, la flore marine
- Les espèces protégées, les sites protégés
- Le climat et ses effets sur le littoral

Deuxième partie

Étude de cas

Mettre en place un plan de navigation avec plusieurs hypothèses
(étude de cas + carte + bulletin météo + horaire des marées)

- Navigation sur une journée
- Navigation sur plusieurs journées (bivouac)
- Réflexion sur la faisabilité des scénarios

Exercices pratiques : apporter crayons, papier, règle

Conditions d'inscription

- Inscription par le club avec le formulaire :
 - **REPLIR LE FORMULAIRE**
- La participation est de **5 euros** par personne à régler par les clubs à réception de la facture
- Vous devez avoir de quoi écrire, règle, compas et support

Date limite des inscriptions : **lundi 27 mars 2023**

Nombre de participants limité à 30 personnes

Apporter son repas

Renseignements :

Joël DUGAY (06.63.58.07.04 - mer@crifck.fr)

