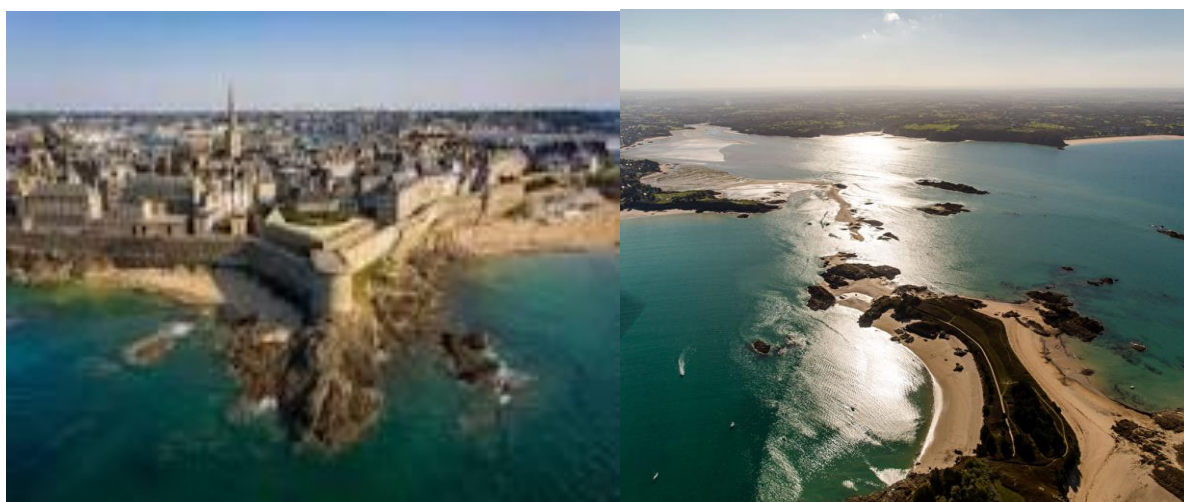


Commission mer

Ebihens - Saint-Malo - Guimorais - Cancale

Du samedi 16 au lundi 18 septembre 2023



Organisation et encadrement :

Jean-Paul MOREL (PSUC - Orsay)

Joël DUGAY (CM)

Objectif de l'évènement

Découverte et navigation : dans l'archipel des Ebihens, Saint-Malo, Guimorais, Cancale

- Découverte des sites
- La navigation, les techniques de sécurité : les récupérations, les remorquages, l'assistance, ...
- Partage des compétences techniques et convivialité
- Préparation à la pagaie verte et bleue (validation possible si les conditions sont réunies)

En savoir plus

[Les Ebihens, l'archipel paradisiaque - Office de Tourisme de Dinan Cap Fréhel \(dinan-capfrehel.com\)](http://dinan-capfrehel.com)
[Corsaires Malouins Section Kayak – Le club de kayak de mer de Saint-Malo \(kayakdemer35.fr\)](http://kayakdemer35.fr)
[Pointe du Grouin en kayak de mer - 25-05-13 - YouTube](https://www.youtube.com/watch?v=25-05-13)

Niveau minimum requis

- Niveau pagaie **verte**

Les participant.e.s doivent être capables de :

- ✓ Naviguer par vent de force 2/3 Beaufort et vagues de 0,5 m, sous différentes allures de vent.
- ✓ Après un dessalage en eau profonde : être capable de remonter dans son embarcation avec de l'aide ou d'aider un dessalé à remonter dans son kayak.
- ✓ Réaliser un appui pour éviter un dessalage et gérer sa direction

L'équipement à prévoir :

- ✓ Équipement complet pour naviguer en sécurité, cf : liste du matériel en annexe

Les navigations sont organisées par les moniteurs et accompagnées des directives sur place avant la mise à l'eau et d'un bilan de la journée lors du retour de la navigation.

Les thèmes sont abordés,

- ✓ *Jeux dans les courants : traversée, bac, stop, reprise*
- ✓ *Randonnées à la journée avec un plan de navigation étudié la veille et une mise en situation alternée*
- ✓ *Exercices de sécurité*

Date et lieu du stage

Du samedi 16 au lundi 18 septembre 2023 (*fin de navigation vers 15h*)

RDV : le samedi 16 septembre à 12h au camping des Chevrets
(*Navigation l'après-midi*)

Camping des Chevrets entre Saint-Malo et Cancale :

[Camping des Chevrets, face à la mer, la Guimorais, à Saint Malo, Cancale](#)

Cout approximatif de l'hébergement en « Mobil Home » : **à la charge de chacun**
(*environ 40€ pour deux nuits : mobil hom de 4/5 personnes) plus la nourriture.*)



Inscription

Les inscriptions sont effectuées sur le site du Comité régional-Commission mer jusqu'au lundi 4 septembre par le [lien](#)

Chaque inscription vaut un engagement ferme.

Renseignements :

- pauljeanmorel@gmail.com
- mer@crifck.fr
- La liste des participants vous sera communiquée pour effectuer un éventuel covoiturage

Équipement individuel

Kayak ponté, jupe, pagaie, gilet obligatoire, casque recommandé.

Le matériel de sécurité réglementaire, voir ci-dessous.

Eau, aliments énergétiques, boisson chaude en thermos.

Une tenue de navigation chaude, néoprène ou étanches.

Des vêtements de rechange dans un sac étanche.

Bob ou casquette, lunette de soleil, pommade de protection solaire.

La VHF, les cartes et une trousse de secours (moniteurs)

Équipement individuel fortement recommandé voire obligatoire en KAYAK MER selon sa navigation et son niveau dans le groupe. L'intégralité de ce matériel est obligatoire pour les encadrants (moniteurs).

Jusqu'à 2 ou 6 Miles nautiques d'un abri	Équipement individuel obligatoire en KAYAK MER
2	Kayak insubmersible avec lignes de vie, (Carte de circulation si immatriculé)
2	Jupe d'hiloire
2	Équipement individuel de flottabilité : Gilet de sauvetage =/> 70N CE
2	Moyen de repérage lumineux (lampe à éclats / Lampe frontale)
2	Pagaie
2	Pagaie de secours
2	Flotteur de pagaie (paddle-float)
2	Pompe à évacuation d'eau ou écope et éponge
2	Corde remorquage flottante en sac avec flotteur et mousqueton
6	Moyen de signalisation sonore : Corne de brume ou sifflet

6	Compas magnétique de navigation pour les moniteurs
6	VHF étanche, flottante, Smartphone et système de géolocalisation (DIAL, PLB, ...) pour les moniteurs
6	Cartes marines, météo du jour, horaires des marées, carte des courants, itinéraires, liste des abris pour les moniteurs
6	Règles de balisage (AISM) pour les moniteurs
6	Règles de préventions de abordages (RIPAM) pour les moniteurs
6	3 feux de signalisation à main non périmés pour les moniteurs

Cet équipement est obligatoire pour des sorties sans encadrement, dans la situation de stage, tout le matériel indiqué jusqu'à 2 miles nautiques est obligatoire avec des vêtements chauds et de rechange, il est fourni en partie par les encadrants (cartes, VHF, ...). Le reste du matériel est fortement recommandé pour aller vers l'autonomie.