

Commission Loisir Eau Calme
Atelier pagaie couleur
Découverte eau vive
Vaires sur Marne
22 Octobre 2023



Thème : Regroupement Technique pagaie couleur eau vive

Date : Dimanche 22 octobre, 10h à 12h

Public : licencié adultes d'IDF, non compétiteur souhaitant découvrir la pratique en eau vive.

Niveau de pratique : Pagaie jaune eau vive (en accord avec le président de club)

Bateaux : Hot-dog k1, k2 et raft gonflable mis à disposition par l'organisation (pas de bateaux pontés)

Tenue : équipements de sécurité adaptés aux exercices en eau vive seront exigés pour pouvoir embarquer (combinaison néoprène ou sèche obligatoire, bottillons, casque et gilet aux normes).

Lieu : Stade d'eau vive de Vaires sur Marne, P1 8m3

Horaires : rdv à 9h00 prêt à naviguer au local à bateau CRIFCK

Encadrement: Gauthier + MFPC en formation avec leurs moniteurs

Nombre de places : 24 places, limité à 5 par club si besoin d'arbitrage

Tarif : 20€ par personne

Dans le cadre des animations de la commission loisir Eau Calme du CRIFCK et avec la participation de la Commission Formation, il est proposé un regroupement technique pagaie couleur eau vive au bassin d'eau vive de Vaires sur Marne.

Ce regroupement s'adresse aux licenciés loisirs adultes d'île de France qui ont peu d'expérience en eau vive et qui souhaitent acquérir confiance et aisance dans ce milieu. L'encadrement sera réalisé par des moniteurs en formation et leurs cadres.

Programme :

.9h00: Récupération des embarcations

.9h30 : Présentation du bassin P1 de Vaires, lecture de la rivière, consignes de sécurité et de navigation

.10h00 : Descente en raft

.11h00 : Descente et trajectoires en K1 et K2 non ponté

.11h45 : Technique de nage en eau vive pour ceux qui le souhaitent

.12h00 : Débriefing technique autour d'un apéro collaboratif

[Eric Feuillard Commission Eau Calme CRIFCK](#)

Les inscriptions des participant.e.s se font par le référent club, uniquement en ligne sur [ce lien](#) ou QRcode du CRIFCK

