



STAGE KAYAK de MER à BREHAT



SAMEDI 3 au LUNDI 5 OCTOBRE 2026

L'objectif de ce stage est la formation au kayak de mer en mer :

Ce stage est principalement proposé aux kayakistes qui ont acquis la partie eau calme de la pagaie verte mer et qui souhaite pratiquer en mer. A ceux qui ont déjà assistés aux séances proposées par le CRIFC MER à la piscine de St Maur et sur le Lac de Cergy.

Cette formation porte sur les compétences à acquérir pour naviguer en mer dans de bonnes conditions de sécurité.

Cette formation porte sur :

La fiabilité de son kayak et les équipements réglementaires individuel et collectifs.

Les moyens de secours ainsi que la façon de les utiliser efficacement. L'assistance à un kayakiste en difficulté ou dessalé : récupérations, remorquages, radeaux.

Comment appeler les secours si nécessaire et les orienter.

La préparation d'une sortie en mer qui tient compte de la météo, des marées, des courants, des zones accessibles ou pas si elles sont protégées.

Prendre et interpréter plusieurs bulletins météo : vent, vague, houle, état de ciel, températures, etc....

Adopter un comportement harmonieux et respectueux de la faune, la flore, la géomorphologie, le patrimoine, des autres utilisateurs des lieux.

Préalables :

Venir avec votre kayak conforme et vos équipements complets. Liste en annexe.

Avoir le niveau pagaie verte mer, partie eau calme et être capable de naviguer pendant 4h à 5h par jour, par vent 2 à 3 beauforts avec des vagues de 0,5 m.

Savoir nager au moins 25m et s'immerger complètement sans crainte.

Savoir réaliser un appui efficace pour éviter un dessalage. Après un dessalage en eau profonde être capable de remonter dans son embarcation avec ou sans aide.

Savoir aider un dessalé à remonter dans son kayak après l'avoir vidé.

Activités prévues :

Les séances et navigations sont organisées par les moniteurs.

Les thèmes seront ceux de la pagaie verte mer :

Découverte de l'environnement et sensibilisation au respect de celui-ci.

Perfectionnement des manœuvres de base et leur utilisation.

Départ et arrivé de plage.

Dans les courants : traversée, bac, stop, reprise.

Dans les vagues : passe à caillou, surf, arrivée de plage, shore-break.

Exercices de sécurité : façon d'intervenir, récupération rapide, remorquage.

Préparation à la certification pagaie verte mer si les conditions de mer le permettent.

Effectif prévu : 18 Stagiaires encadrés par 3 moniteurs.

Organisation et encadrement :

Jean-Paul Morel du club d'Orsay contact : jean-paul.morel@crifck.fr

Jacky Bironneau à Confirmer

Pascal Mauny à confirmer

Hébergement restauration :

Rando-Gîte collectif de Lanmodez. 3 nuitées. Arrivée vendredi soir à partir de 17h, départ lundi matin avant 9h30. Ménage et rangement à notre charge.

Chambres de 4 lits. Draps et couettes fournies. Cuisine et salle à manger à disposition.

Repas :

Les 3 petits déjeuners seront servis par le gîte.

Les diners de samedi et de dimanche, seront préparés par nous-même. Les approvisionnements seront prévus. La cuisine mise à notre disposition est bien équipée. Vos talents dans ce domaine pourront s'exprimer

Les piqueniques du vendredi soir et ceux des déjeuners de samedi, dimanche et lundi sont à la charge de chacun, vous devrez les apporter. Prévoyez vos boîtes étanches.

Voyage Aller-Retour :

Le covoiturage sera organisé après la clôture des inscriptions pour les personnes qui l'auront indiqué lors de leur inscription.

Le mieux serait de pouvoir utiliser un camion et une remorque du CRIFCK et/ou l'équivalent procuré par les clubs des participants à ce stage.

Arrivée vendredi soir. Début du stage samedi à 10h ; Fin du stage lundi à 15h.

Coût de ce stage de formation :

Encadrement, hébergement, petits déjeuners, diners : 140€

Transport collectif calculé sur la base de 2 minibus pleins et une voiture : #100€/pers.

Inscription jusqu'au 20 septembre 2026

Les inscriptions sont à effectuer par les responsables des clubs sur le site du CRIFCK Commission mer avec le **QR-code ci-contre** :

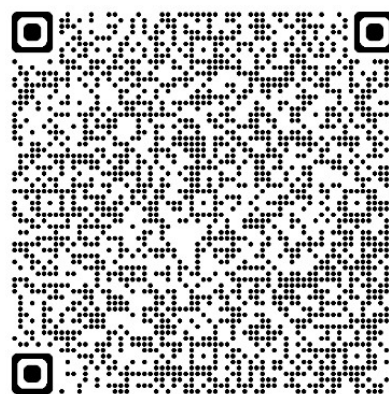
La confirmation de votre inscription vous sera communiquée par mail, si elle est retenue ou pas.

Le coût du séjour sera facturé par le CRIFCK aux clubs des participants qui le répercuteront à leurs adhérents.

Chaque inscription vaut un engagement ferme et définitif, non remboursable.

Cas de désistement le remplacement par une autre personne est souhaitable.

[CRIFCK MER Stage kayak mer à Lanmodez - Bréhat – Formulaire prérempli](#)



Équipement individuel

La pratique du kayak en mer est réglementée par les Affaires Maritimes par les divisions 240 et 245. Ainsi que par le code du sport.

Pour naviguer jusqu'à 2 MN d'un abri, obligatoire pour ce stage :

- Kayak insubmersible avec lignes de vie et jupe d'hiloire
- Gilet d'aide à la flottabilité, Casque
- Pagaie (et Paddle Floats)
- Pompe ou Écope, éponge
- Bout de remorquage
- Sifflet et/ou Corne de brume
- Lampe clignotante étanche
- Tenue vestimentaire adaptée aux circonstances météorologiques (combinaison néoprène ou combinaison sèche, blouson coupe-vent)
- Téléphone/smartphone dans pochette étanche (N° des secours : 196, 18, 112)

Pour naviguer jusqu'à 6 MN d'un abri (pour information) :

- Cartes de circulation du kayak immatriculé par les affaires maritimes
- Compas de navigation ; Boussole ou compas de visée
- Pagaie de secours
- 3 feux rouges à main non périmé (avec gants de protection)
- Cartes marines du SHOM du lieu de navigation (et carte IGN 1/25000)
- Météo du jour ; Annuaire des marées ; RIPAM et balisage
- VHF étanche flottante (secours : canal 16 ; entre plaisanciers 6, 8, 72 ou 77)
- Trousse de premiers secours et de petits soins

De plus et en toute logique :

- Eau fraîche ; eau chaude en thermos
- Aliments énergétiques reconstituants ; Pique-nique en boîte ou sac étanche
- Lunettes de soleil tenues par un cordon
- Pommade de protection solaire pour la peau et pour les lèvres
- Casquette ou chapeau, bonnet, (tenus par un cordon)
- Tenue chaude de rechange dans un sac étanche
- Leash de pagaie ; Bouts courts
- Couteau ; montre ; boussole
- Cape de pluie, couverture de survie ou sac de survie
- Trousse de réparation : outil universel, ruban adhésif, pâte à colmater, Bougies et briquet, cordelette, élastiques etc...
- GPS routeur - traceur ; Appareil photos étanche
- Dans un sac étanche : papier d'identité, clés, 50€, médicaments perso...
- Chariot de transport pour kayak