



STAGE PAGAIE ROUGE en Kayak de mer

La Rochelle/Ile de Ré

- Formation -

Du 21 au 23 décembre 2019



PUBLIC CONCERNE

Etre titulaire de la Pagaie Bleue ou proche du niveau.
Pratiquant voulant se préparer pour la certification,
se remettre à niveau ou se former.
A partir de 16 ans.

OBJECTIFS DE FORMATION

TECHNIQUE

- Concevoir un plan de navigation et guider un groupe sur un terrain connu
- Naviguer à toutes les allures avec un vent de force 4 et de la houle 1 à 1,5 m.
- Se déplacer latéralement, en arrière, en avant avec précisions et en utilisant différentes actions
- Changer de direction efficacement en combinant plusieurs actions
- Réaliser des appuis d'équilibre efficaces
- Dans des vagues de 1 m à 1,5 m, départ et arrivée de plage, passer la barre, partir au surf, sortir de la vague au bon moment.

SECURITE

- Esquimauter pour se protéger
- Esquimauter en situation engagée
- Dessaler et gérer son matériel dans des conditions engagées
- Porter assistance et faire réembarquer un dessalé en eau profonde avec de la houle
- Remorquer un autre kayakiste en équipe
- Porter assistance dans des zones mouvementées

ENVIRONNEMENT

- Naviguer en harmonie avec le site
- Observer la faune et la flore
- Se repérer sur les cartes
- Utiliser une boussole, un compas de relèvement
- Relever des azimuts et s'orienter sur la carte
- Conserver un alignement



MATERIEL NECESSAIRE

Le matériel de navigation et de sécurité est mise à disposition. Seul le matériel vestimentaire n'est pas fourni.
Chaque participant peut venir avec son propre matériel (En conformité avec la réglementation).

DATES

Début de stage : le 21 décembre 2019 à 9 h

Fin de stage : le 23 décembre 2019 à 17H

Les lieux de rv seront indiqués par mail.

INSCRIPTION

Remettre le contrat d'inscription avec un acompte de 30% (Le contrat est téléchargeable sur le site).

MODALITE DE PAIEMENT

Par chèque, espèces ou virement bancaire.

TARIF

Il est de 270 euros ttc.

Il comprend les frais pédagogiques, le prêt de matériel de navigation et de sécurité.

Il ne comprend pas l'hébergement, la restauration ni les encas.

NOMBRE DE PLACES

Pour garantir la qualité de la prestation, le nombre de participants est limité à 5.

Le minimum de participants pour maintenir le stage est de 3.

DATE LIMITE D'INSCRIPTION

15 décembre 2019

FORMATEUR

Geoffroy SIBILEAU
Pagaie Noire Kayak de mer
Expert Pagaie couleur
Brevet d'état



CAP KAYAK 17 - Geoffroy SIBILEAU

10 rue de Beauséjour 17139 DOMPIERRE SUR MER

06 26 29 08 66

capkayak17@orange.fr

www.capkayak17.fr