



# KAYAK DE MER



PRÉREQUIS	CARACTÉRISTIQUE DU PAGAYEUR OU DE LA PAGAYEUSE :	SITE DE PRATIQUE ET D'ÉVALUATION	NOMS DES PRATIQUANT.E.S						
Licencié.e permanent.e titulaire d'une pagaie verte ou ayant intégré les compétences de la pagaie verte. Présenter son carnet de bord.	Être autonome et compétent. Naviguer dans des conditions de vent de force 3 avec des vagues atteignant 50cm, s'équiper en conséquence. Connaître les éléments de sécurité affectés à chaque type de sortie (sorties régulières, balade à la journée, bivouac...). Navigation en randonnée de 1 à 2 journées sur un site connu	Etat de la mer (échelle Douglas) : mer peu agitée, vagues jusqu'à 1m. Vent : jusqu'à 3 Beaufort. Houle : 1m. Visibilité : bonne							
CAPACITÉ SÉCURITÉ									
Connaissance de son matériel et utilisation	<p>Être équipé.e du matériel de sécurité suivant :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vêtements de rechange choisis en fonction des conditions extérieures,</li> <li>- Moyens de lutter contre l'hypothermie d'une personne du groupe adapté à la saison et au type de navigation,</li> <li>- Trousse de premiers secours,</li> <li>- Kit de réparation,</li> <li>- Boussole et/ou compas de route,</li> <li>- Carte marine,</li> <li>- Vivres de course,</li> <li>- Sifflet ou corne,</li> <li>- Sac pour le bivouac,</li> <li>- Allumettes ou briquet,</li> <li>- Système de signalisation,</li> <li>- Bout de remorquage,</li> <li>- Pagaie de secours,</li> <li>- Montre,</li> <li>- Casque,</li> <li>- Éponge ou écope ou pompe.</li> </ul> <p>Attacher un bateau sur une galerie de voiture ou une remorque.</p>								
Aisance ou intervention aquatique	<p>Dessaler sans sortir et attendre l'aide d'un autre membre.</p> <p>Récupérer un.e autre membre dessalé.e.</p> <p>Stabiliser et remorquer une embarcation avec plusieurs remorqueur.euse.s</p> <p>Esquimauter.</p>								





# KAYAK DE MER



INITIALES DES PRATIQUANT.E.S

## CAPACITÉ TECHNIQUE ET CULTURE SPORTIVE

Habiletés techniques et motrices (suite)

Sortir de la vague lisse et brisée.

Utiliser les manoeuvres d'incidence sur l'avant (appel), sur l'arrière (appel/écart).

Utiliser la dérivation pour maintenir une allure par rapport au vent.

Identifier sa propre dérivation due au vent ou au courant et la réguler.

Suivre un alignement proposé par le cadre.

## CAPACITÉ ENVIRONNEMENT

Facteurs Physiques Faune & Flore Patrimoine et réglementation

Identifier avec précision les conditions environnementales et les éléments dominants sur le site de pratique :

- Houle primaire et secondaire,
- Caractéristiques de la houle (fréquence, amplitude, célérité),
- Fetch,
- Ouvrages maritimes.

Anticiper l'état de la mer en fonction des prévisions récoltées dans un bulletin côtier.

En cours de navigation, reconnaître les indicateurs et configurations types :

- de vagues,
- de vent,
- de courant,
- de hauts-fonds,
- de bas-fonds,
- de marées,
- les zones de déferlement,
- les types de côte,
- la faune et la flore typiques du site.

Repérer l'évolution de ces conditions pour adapter sa navigation dans des conditions optimales de sécurité.



# KAYAK DE MER



INITIALES DES PRATIQUANT.ES

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

## CAPACITÉ ENVIRONNEMENT

Utiliser la règle des **12èmes** et l'impact sur le projet de navigation :  
 - Courant / contre-courant,  
 - Point d'atterrissage possible.

Restituer après chaque sortie les caractéristiques et l'évolution des différents plans d'eau rencontrés.

Préparer avec une carte un parcours adapté à son niveau de pratique en y incluant des zones d'atterrissage et des parcours de repli en cas d'évolution de la météo.

Identifier un impact que peut avoir son activité sur le milieu.

Respecter les recommandations d'utilisation des matériaux de réparation.

Prendre en compte le phénomène des espèces invasives lors d'un changement de site de pratique.

Entreprendre des actions pour améliorer et/ou préserver le bon état de son site de pratique (action de nettoyage de printemps, respect des zones de reproduction).

Respecter les règles, zones et conditions de navigation définies par la Division 240.


VALIDER SI TOUTES LES COMPÉTENCES SONT ACQUISES

TABLEAU DE PROGRESSION

Pagaies Couleurs certifiées par :