

## FICHE INFORMATION/INSCRIPTION

### JOURNEE SECURITE EAU VIVE

<b>Présentation / Objectifs</b>	<p>La journée sécurité est un temps ouvert à tous les licenciés de club autour des enjeux de la sécurité en canoë-kayak en eau vive. Il concerne autant les adhérents que les cadres bénévoles ou professionnels de clubs. Le but de ce regroupement est de permettre à chacun :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• D'actualiser, de mutualiser ses compétences en terme de sécurité</li> <li>• De s'entraîner aux techniques de sécurité</li> </ul> <p>En fonction du niveau et de l'expérience des inscrits, nous pourrons moduler le déroulé et la difficulté afin que chacun, novice, expert ou cadre de club puisse tirer profit de la journée</p>
<b>Encadrants</b>	<p>Caroline LOIR – Cyril THEATE – Romaric BARON Stagiaires en formation professionnelle BPJEPS au CRFCK</p>
<b>Bénéficiaires</b>	<p>Être titulaire d'une licence annuelle FFCK 2024 <b>Tout public jeunes, adultes, bénévoles, cadres à partir de 12 ans (Novice à expert)</b></p>
<b>Date</b>	<p>Dimanche 09 juin de 09h à 17h</p>
<b>Lieu</b>	<p>L'Argentière la Bessée (Hautes Alpes)</p>
<b>Contenus et déroulé</b>	<p>09h : Accueil des participants, la réglementation en eau vive et point matériel de sécurité (Bâtiments course, directement avec votre matériel) 10h-12h : Ateliers sécurité (Plan d'eau, Bassin) 13h30-15h30 : Ateliers sécurité (Plan d'eau, Bassin) 15h30-16h : Parcours de nage en eau vive (Bassin) 16h : Bilan, clôture (Bâtiments course)</p> <p><u>Ateliers abordés</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Le retournement d'une personne et l'aide au réembarquement. Le dessalage, le réembarquement et l'esquimautage en eau calme</li> <li>• L'esquimautage, le dessalage et la récupération de matériel en eau vive</li> <li>• Le lancer de corde en eau vive (seul, avec assistant, simple, double)</li> <li>• La gestion d'un rappel, l'utilisation du plongeur encordé</li> <li>• La récupération d'un nageur et du matériel en eau vive</li> <li>• La gestion d'un coincement (plongeur en V, technique de la boucle)</li> </ul> <p><u>Optionnel (si le temps le permet)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mouflage</li> </ul>
<b>Tarif</b>	<p><b>Formation gratuite, cout par participant : 0 €</b></p>
<b>Matériel à prévoir</b>	<p><b>Prévoir l'ensemble du matériel de navigation adapté à l'eau vive</b> Kayak de rivière, pagaie, casque répondant à la norme EN 1385, gilet harnais de flottabilité 50N minimum équipé d'un leash de sécurité, tenue personnelle de navigation (néoprène ou étanche, manches longues, pantalons longs, chaussettes, Chaussures fermées, Jupe, Sifflet, Corde de sécurité, couteau <b>Prévoir son pique-nique, encas et bouteilles d'eau</b></p>
<b>Inscription</b>	<p>Date limite d'inscription par les clubs : <b>lundi 20 mai 2024</b> En renvoyant le bulletin d'inscription ci-dessous à l'adresse mail : <a href="mailto:secretariat@canoe-provencealpescotedazur.fr">secretariat@canoe-provencealpescotedazur.fr</a> <b>Nombre de place limité à 60 participants maximum</b></p>

### BULLETIN D'INSCRIPTION

**A retourner avant le lundi 20 mai 2024**

Par mail : [Secretariat@canoe-provencealpescotedazur.fr](mailto:Secretariat@canoe-provencealpescotedazur.fr)

**Club :**

**Nom/prénom :**

**Fonction au sein du club :**

**J'inscris des adhérents de mon club pour participer à la journée sécurité prévue le dimanche 09 juin 2024**

**J'ai pris connaissance des modalités d'organisation, le club s'engage à en informer les adhérents concernés**

**Liste des participants :**

Genre	Nom	Prénom	Age	Niveau eau vive (Pagaie couleur)	Rôle dans le club (Pratiquant ou Cadre)

**Fait le :** ..... **A :** .....

**Signature :**