

Prenez le temps... de prendre le temps de vous évader...

L'instruction n'est pas un battage publicitaire, et n'a pas besoin d'un boniment de vente, en fait, c'est un investissement personnel pour votre futur. Elle permet à chaque individu de développer son sens critique, son jugement et ses opinions afin de pratiquer le kayak de mer et le canot en toute sécurité et en harmonie avec l'environnement.

Prenez-la au sérieux parce qu'elle vous assure de merveilleux plaisir.

Objectif du cours

Associer plaisir, connaissances de base et sécurité lors d'une première approche. Donner les bases permettant la compréhension de l'environnement utilisé afin d'éviter les risques qui y sont associés. Connaître les réglementations applicables et prendre conscience de ses propres limites.

Préalable

Aucun.

Durée

3 heures

Matériel

Tout matériel mu à la pagaie (canot, kayak (ouvert ou fermé), planche à pagaie, etc.)

Attestation

L'attestation est émise pour toute réussite par Canot Kayak Québec. CKQ

Référence

Guide de sécurité nautique, édité par Transports Canada et disponible en version électronique

Guide de pratique et d'encadrement sécuritaire d'activités de plein air (canot ou kayak), Éditeur CQL à www.loisirquebec.com

Campagne de prévention nautique « Sur l'eau ça va de soi ». www.surleaucavadesoi.ca

TECHNIQUES

Transport de l'embarcation par véhicule	Sécuriser son embarcation	Mise à l'eau et accostage seul
Manutention de l'embarcation	Mise à l'eau et accostage à deux	Équilibre

THÉORIE

L'embarcation	La pagaie	Équipement de sécurité	Ressource
---------------	-----------	------------------------	-----------

SÉCURITÉ

Gestion des risques courants sur les plans d'eau	Récupération assistée - Récupéré
Vider une embarcation submergée	Récupération autonome – Embarcation vide ou à coque fermée
Récupération assistée - Récupérateur	Technique du radeau