



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

Aventure - Kayak de mer - Canot - Canot rabaska - Formations

Évasion plein air Outaouais, C.P. 84122, Gatineau (Québec) J8P 7R8

819-643-1911

AKP

ÉPAO

ATELIER DE PROPULSION EN KAYAK DE MER

Technique

- (01) - Ajuster son kayak
- (02) - Propulsion
- (03) - Rétropulsion
- (04) - Rétropulsion circulaire
- (05) - Propulsion circulaire

Théorie

- (06) - Attitude préventive et sécuritaire

Sécurité

- (07) - Prévention des blessures