



FORMATION SECURITE EAU VIVE

Samedi 9 & Dimanche 10 Septembre 2017

Contacts :

lucile.gangloff@gmail.com

occitanie@ffck.org

clement.ledard@yahoo.fr

Le Comité Régional Occitanie Canoë Kayak propose une formation sécurité de niveau 1 en eau vive, pour tous licenciés désireux de progresser dans ce domaine. Une formation de niveau 2 pourra être organisée ultérieurement dans l'année selon le nombre de demandes. Les inscriptions auront lieu à l'issue de la 1^{ère} formation.

Cette formation est **ouverte à tout licencié, candidat AMFPC, candidat MFPC**, intéressé par la mise en place de sécurité en eau vive. Niveau pagaie verte requis, niveau pagaie bleue recommandé (maîtrise de l'esquimautage).

Objectifs :

- Point sur le matériel utilisé par chacun
- Rappel des règles sur la sécurité en eau vive
- Mises en situation et perfectionnement des pratiques de sécurité en eau vive

RDV samedi 9 septembre à 10h30 à Foix - fin de la formation prévue dimanche 10 septembre à 17h

Lieu de formation : Stade d'eau vive du Rebech, Complexe sportif de l'Ayroule, Bd François Mitterrand, 09000 Foix

Programme prévisionnel :

	Samedi 9 septembre	Dimanche 10 septembre
Matin	10h30-11h : introduction, programme 11h-12h : matériel sécurité	9h-12h : matelotage, mouflage, lancer de corde, largage de sangle, plongeur encordé...
Midi	Pique-nique (à apporter)	Repas
Après-midi	14h-16h : nage en eau-vive (déplacement dans l'eau, courants...), esquimautage	14h-16h : navigation en groupe + récupération de matériel
Soirée	17h-19h : communication et signes en rivière, identification et gestion des risques...	16h-17h : débriefing, clôture de la formation

Hébergement / restauration :

Possibilité de logement à l'auberge Léo Lagrange de Foix pour 35€/personne pour nuit + dîner + petit déjeuner => merci de préciser dès l'inscription si vous souhaitez en bénéficier. Prévoir le duvet.

Prévoir le déjeuner du samedi midi. Possibilité de réchauffer un plat dans les locaux du club de Foix.

Déplacement :

Un déplacement commun pourra être organisé au départ de Toulouse et/ou Montpellier, merci de vous signaler lors de l'inscription (véhicule du Comité Régional ou véhicules personnels).

Matériel : kayak aux normes, pagaie, casque aux normes, chaussures fermées maintenant bien le pied, gilet de sécurité avec sangle largable (et idéalement leash), corde de sécurité, couteau, mousqueton à vis, combinaison intégrale néoprène ou étanche, cagoule néoprène éventuellement.

Participation financière :

- 30€ pour les frais pédagogiques (prix minimum obligatoire)
- 70€ pour frais pédagogiques + hébergement + restauration (samedi soir + dimanche matin & midi)

Inscription avant le 02/09/2017 via le formulaire : <https://goo.gl/forms/r5hF3MqsfnP4oaJE3>

Joindre le règlement avant le 02/09/2017, chèque à l'ordre du CROCK, 16 chemin de la Loge, 31400 Toulouse