

# WEEK END MER / SÉCURITÉ ET SPORTS DE PAGAIE À Palavas les Flots (34) samedi 19 et dimanche 20 novembre 2022 (journée ou week-end complet)

Mieux connaître les différents acteurs du secours en mer,  
pour mieux comprendre et interagir avec efficacité dans les sports de pagaie



## PROGRAMME PREVISIONNEL :

### ➤ Samedi

- Accueil et émargement à partir de 8h30 à l'IGESA
- 9h00 à 12h00 : intervention théorique en salle
  - Table ronde « La bonne attitude en cas d'accident » avec les acteurs du secours
  - Rappel sur les facteurs de l'hypothermie et les conduites à tenir
- 12h15 Repas
- 13h30 début de l'exercice en mer  
(l'exercice est soumis à la réalité de la disponibilité des moyens de secours le jour J et sera adapté le cas échéant)
- 16h00 débriefing de l'exercice en mer en salle à l'IGESA
- 17h30 évaluation
- 18h00 fin de journée
- 19h00 Repas

### ➤ Dimanche

- 9h ateliers sécu mer
- 11h30 exercices sécu mer et évaluations.
- 13h30 déjeuner
- 15h00 fin de journée



Comité Régional Occitanie de Canoë-Kayak Maison Régionale des sports  
1039 rue Georges Méliès CS 37093 / 34967 MONTPELLIER Cedex 2  
04 67 82 16 63 occitanie@ffck.org <https://www.occitaniecanoekayak.org/>



## **MODALITES et COÛTS D'INSCRIPTION :**

- **Inscriptions** auprès du CROCK via le formulaire en ligne avec Google form. [Cliquez ici pour accéder au formulaire d'inscription.](#)  
**ATTENTION, nombre de places limité à 100 personnes.**
- **Prérequis :**  
Niveau pagaie couleur souhaité Pagaie Verte (ou équivalent)  
Pratiquer le kayak, savoir nager, être en bonne physique et avoir l'équipement personnel et de sécurité\* adapté à la saison. (possibilité pour les personnes éloignées de réserver un kayak club)
- **Lieu :** Toutes les activités se font au départ de l'IGESA - 140 Av. de l'Évêché de Maguelone, 34250 Palavas-les-Flots
- **Coûts :**
  - formule 1 : 1 seule journée déjeuner compris **20 €**
  - formule 2 : 2 journées avec 2 déjeuners **40 €**
  - formule 4 : pension complète - 1 nuit (samedi), 1 petit déj, 2 déjeuners, 1 dîner = **60 €**
  - formule 3 : pension complète - 2 nuits (ven et sam), 2 petits déj, 2 déjeuners, 1 dîner = **80 €**
- **Paiement :**
  - par chèque à l'ordre du CROCK
  - par virement en précisant « week end sécu mer + nom participant » sur l'ordre de virement IBAN du CROCK - FR76 1027 8090 6200 0201 5310 153

**ouverture des inscriptions par formulaire à partir du 24 octobre, via le google form. [Cliquez ici pour accéder au formulaire d'inscription.](#)**

- **Informations et contacts :**
  - Coordonnateur du w-e / Fabien Wajeman - [fabien.foto34@gmail.com](mailto:fabien.foto34@gmail.com) - 06 83 80 68 91
  - CTR du CROCK / David Bernardeau – [dbernardeau@ffck.org](mailto:dbernardeau@ffck.org) – 06 99 30 404
  - Club PKM - [contact@palavaskayakdemer.com](mailto:contact@palavaskayakdemer.com)

\* matériel de sécurité conforme à la division 240 pour navigation dans les 2 milles d'un abri.



Comité Régional Occitanie de Canoë-Kayak Maison Régionale des sports  
1039 rue Georges Méliès CS 37093 / 34967 MONTPELLIER Cedex 2  
04 67 82 16 63 [occitanie@ffck.org](mailto:occitanie@ffck.org) <https://www.occitaniecanoekayak.org/>

