



Mercredi 23 septembre 2020

Bains sur Oust l'île aux Pies Canal de Nantes à Brest – INITIATION AU PADDLE POUR LES COLLEGIENS DU PAYS DE REDON et de GUERCHE de BRETAGNE contact 06 98 87 29 06 surfliguebzh@gmail.com

OPERATION SURFin'CANAL Mercredi 23 septembre 2020 Initiation des collégiens de Redon et de la Guerche sur le canal de Nantes à Brest rive de Rio de la Borde sur la commune de BAINS SUR OUST

HORAIRES ET DEROULE DE LA JOURNEE

9h-12h Matinée dédiée à la préparation du site LIGUE DE BRETAGNE DE SURF

A partir de 9h arrivée des équipes de la Ligue de Bretagne de Surf pour la mise en place des matériels

Installation tentes pour vestiaires, bacs de rinçage, mise en place des balises, gonflage des paddles ... 30 SUP et cinquante combis avec le concours des clubs WSA (56) et MINOU SURF CLUB (29)

La délégation piqueniquera sur place - masques, gestes barrières,

distanciation **A partir de 12h30 accueil des premiers groupes**

Demande aux établissements d'une arrivée échelonnée

12h30 Collège LE CLEU

12h45 Collège Guerche de

Bretagne 13h00 Collège Pr M.

Riou (en cours)

Protocole sanitaire et environnemental

Nombre de participants limité à 50 personnes. Pas de brassage des établissements, prêt du matériel individuel (combis, pagaies et SUP), nettoyage des pagaies au fur et à mesure de l'utilisation des groupes d'élèves. Gel hydroalcoolique disponible Distribution de masque par la ligue si besoin pendant les phases statiques. Espace de stockage des sacs dédiés à chaque établissement

Les 2 ou 3 établissements arrivent de façon échelonnée (12h30 – 12h 45- 13h)

Poubelles sur site et rappel des règles propreté (**important La ligue ne fournira pas de goûter sur place, il devra être amené par chaque élève**)

13H45/14h démarrage des ATELIERS : 5 ateliers de 20 minutes + 1 sous réserve

Les collégiens seront par 2 sur chaque paddle ATELIER 1 –

Parcours Relais

ATELIER 2- SUP Orientation -avec questions sur environnement et faune ATELIER 3 –

Vitesse-Petit tour de l'île aux pies

ATELIER 4 – Relais transport d'eau

ATELIER 5 – Border cross SUP (SUP 1 contre 1 avec des passages imposés)

Sous réserve des conditions concrètes ATELIER 6 – SUP GEANT ?

Fin des ateliers 16h

16H00 RV DES ATHLETES : Tentative de **RECORD de l'île aux pies** par les athlètes (tour de l'île parcours 1.5 km), dans ce temps, remise des affiches du championnat de Bretagne, autocollants etc....

FIN à partir de 16h30 départ échelonné des groupes pour le retour vers leurs établissements De 17h à 18h30 rangement et remise en état du site par les équipes de la Ligue avant départ.

PRATIQUER LE STAND UP PADDLE EN TOUTE SÉCURITÉ
 LES INCONTOURNABLES POUR PRATIQUER LE SUP : JE SAIS NAGER - I SWIM / JE NE NAVIGUE PAS PAR TEMPS D'ORAGE - I NEVER SAIL BY STORM

SURF FÉDÉRATION FRANÇAISE

1 JE PRATIQUER LE SUP* EN MER/OCEAN | PRACTISE SUP* ON THE BEACH OR OCEAN

J'ai lu les prévisions au moins (ordon de sécurité). I always take a lesson / Je m'informe des prévisions météorologiques : vagues, vent de terre qui éloigne de la côte. I find out about weather forecast : waves, earth wind

A JE NAVIGUE ENTRE 300 m ET 2 milles NAUTIQUES (3,7 km) ET MON SUP DÉPASSE 3,50 m** | I SAIL BETWEEN 300 m AND 2 NAUTICAL MILES (3,7 km) AND MY BOARD IS OVER 3,50 m

- J'informe de mon départ / I inform about my departure
 - Je saisis le cas au moins un autre pratiquant et de pour / I always take a lesson / Je dois, en plus, m'équiper : d'un gilet et/ou d'une combinaison (protection thermique) / I always use a life jacket and/or a wetsuit.
 - Je dois m'équiper d'un gilet d'aide à la flottabilité et/ou d'une combinaison (protection thermique) / I wear a life jacket and/or a wetsuit.
 - J'informe quelqu'un à terre des horaires et de mon parcours. I inform about my departure

B JE SURFE OU JE NAVIGUE JUSQU'À 300 m = ENGIN DE PLAGE. | I SURF OR SAIL UNTIL 300 m = BEACH SPORT.

Dans les vagues, je respecte les 5 grandes règles de sécurité en surf / Respect of swimming zone and priority rules, adapted waves regarding my level, infrequented spots, take a lesson.

2 JE PRATIQUER LE SUP* EN EAU INTÉRIEURE | PRACTISE SUP* IN INTERIOR WATER

- Il est recommandé de toujours naviguer de moins à 2. Always sail with someone else.
 - Je m'informe si la navigation est autorisée (affichage, mairie...) / I ask about authorization of sail.
 - Je dois m'équiper d'un gilet d'aide à la flottabilité et/ou d'une combinaison (protection thermique) / I wear a life jacket and/or a wetsuit.
 - J'informe quelqu'un à terre des horaires et de mon parcours. I inform about my departure

A EN LAC OU CANAL (SANS COURANT) | IN LAKE OR CANAL (NO CURRENT)

J'ai lu les prévisions au moins (ordon de sécurité). I always take a lesson / J'utilise un gilet d'aide à la flottabilité et/ou une combinaison isotherme. / I use a life jacket and/or a wetsuit.

B EN RIVIERE/FLUVE (AVEC COURANT) | IN RIVER (WITH CURRENT)

Le leach est interdit. / The leach is forbidden.
 J'utilise toujours un gilet d'aide à la flottabilité et des chaussures fermées. / I always wear a life jacket and closed shoes.
 Si je débute, je m'initie d'abord sur un plan d'eau calme. / If I'm a beginner I start on calm water.

DACIA **BANQUE POPULAIRE 4X** **L'EQUIPE** **bleu**