



## Fiche Sécurité

*« Il vaut toujours mieux être à terre et rêver d'être en mer qu'être en mer et rêver d'être à terre. »*

### I- Prévention: avant d'embarquer, assurez-vous :

- d'être en forme, d'être au moins deux ou d'être encadré par un moniteur.
- d'avoir le niveau suffisant en fonction du parcours et de la météo (sans encadrement, prévision max. 6 nœuds/11 kmh/Force 2 pour la durée de la sortie sur *Windguru Etang de Thau*, **remplir cahier de sorties**)
- chacun doit avoir suffisamment d'eau, de quoi manger et se changer en fonction de la durée de la sortie
- de posséder l'équipement obligatoire SKM :

Individuel : **Une aide à la flottabilité individuelle adaptée, un bout de remorquage, des vêtements adaptés**  
Kayak : **Compartiments étanches, ligne de vie en bon état, écope ou éponge ou pompe**

Groupe : **Portable ou/et VHF étanche**, kit côtier (sac étanche contenant : **lampe flash ou bâton lumineux, 3 feux rouges à mains en état, un miroir, une corne de brume, un compas magnétique, une carte marine de la zone, un Ripam, un résumé de la zone de balisage de la zone fréquentée, une pharmacie**), **une pagaie de secours**.

**Moins de 2 miles d'un abri**

(1 mile=1852m)

**Entre 2 et 6 miles d'un abri**

**Urgence: Patrick Pourtier 06-69-32-74-13, Base de voile: 04-99-04-76-60, Cross La Garde 04-94-61-71-10, VHF canal 16, Samu 15, Pompiers 18, Police 17, mobile 112**

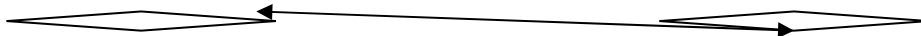
### II- Savoir-être: règles de base

- Priorités en mer : dans la théorie, le kayak de mer a priorité sur les voiliers qui eux-mêmes ont priorité sur les bateaux à moteur. Dans les faits, naviguer intelligemment...
- Le kayak de mer est une embarcation de catégorie C, conforme à la Division 240
- Respecter les zones interdites : parcs à huîtres, zone portuaire, zones Natura 2000, etc...
- Ne pas naviguer si températures de l'air et de l'eau inférieures à 5°
- Rester grouper, s'entraider, communiquer

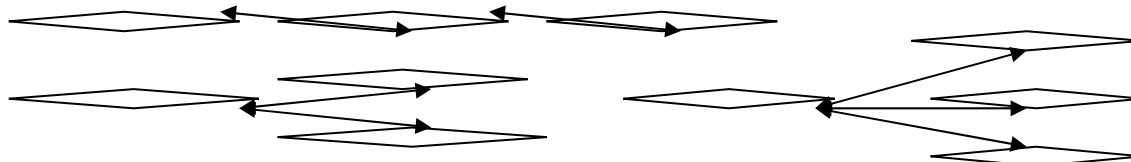
### III- Savoir-faire: techniques de base

- Travailler régulièrement les différentes techniques de récupération et de ré-embarquement, en solo et en groupe, maîtriser l'esquimautage le plus vite possible.
- Posséder et savoir utiliser un bout de remorquage : en début de séance, installer son bout devant soi, coincé sous les sandows de pont, le côté sans mousqueton fixé à la ligne de vie juste devant l'hiloire par nœud simple et largable. En cas de besoin relatif à la sécurité ou à l'entraide, fixer le côté mousqueton à l'avant du kayak qui en a besoin. Plusieurs possibilités :

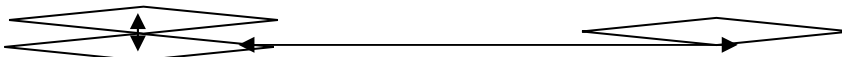
Remorquer un seul kayak, qui continue à pagayer un peu et à s'équilibrer si possible :



En fonction des conditions et de la résistance des kayakistes, possibilité de tracter à plusieurs :



Si la personne tractée n'est ni en mesure de pagayer (blessure haut du corps, malaise, grande fatigue), ni de s'équilibrer ni même de rester à l'endroit et/ou n'est plus ou peu conscient, un équipier se porte à son niveau, range les deux pagaies sous les sandows de pont et tient fermement cette personne de manière à lui éviter de basculer. Plusieurs personnes peuvent être nécessaires pour tracter selon les conditions météo:



*“Le meilleur moyen de se sortir d'un piège, c'est de ne pas y entrer”* Jean-Eugène Robert-Houdin