


 DIRECTION

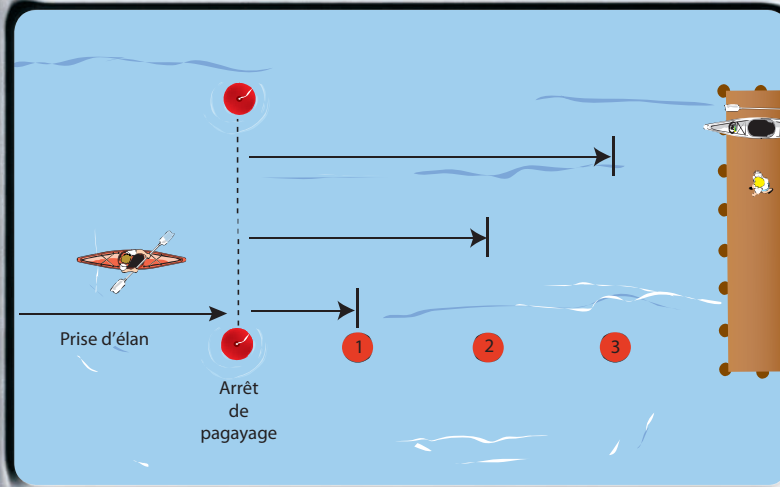
 PROPULSION

 TRANSMISSION

 EQUILIBRATION

 DE LA
 PAGAIE BLANCHE
 À LA PAGAIE JAUNE

 PRÉVOIR OÙ LE KAYAK
 VA S'ARRÊTER

 INERTIE
 DU KAYAK

LE DÉROULEMENT :

Avant de partir, le pagayeur indique au moniteur la zone que son embarcation va atteindre suite à l'élan qu'il aura pris. Le pagayeur prend de la vitesse dans une zone d'élan. Il arrête de pagayer quand l'avant de son embarcation franchit la ligne « arrêt de pagayage » et il laisse son embarcation s'arrêter d'elle-même.

■ LE BUT DE LA SITUATION

Anticiper où l'embarcation va s'arrêter.

■ LES CRITERES DE REUSSITE

L'embarcation s'arrête bien dans la zone annoncée.

■ LES CONSIGNES

 Pas d'actions de pagaie après la ligne « arrêt de pagayage ».
 Prise d'élan libre.

■ LE LIEU DU DEROULEMENT

En mer en zone calme.


AUTEUR
Michaël MENEZ

Édicateur du Canoë-Kayak Brestois

Les stagiaires en formation BEES 1^{er} degré CKDA

Creps de Dinard / Bretagne (promotion 2009)





La tribune du moniteur

■ Les compétences visées :

Être capable d'évaluer la vitesse à donner à l'embarcation pour réaliser la distance annoncée.

■ Le matériel :

3 bouées pour définir les zones d'arrêt, 2 bouées pour définir la ligne de départ, 2 bouées pour définir la ligne d'arrêt de pagayage.

■ Les critères d'évaluation :

Correspondance entre les zones atteintes et les annonces faites.

■ Idées pour simplifier :

Avoir le droit à deux essais avant de faire une annonce.

■ Idées pour complexifier :

Diminuer la taille des zones d'arrêts.

Lester les embarcations.

■ Problème :

- Les annonces ne correspondent pas aux zones atteintes.

■ Solution :

- > Le moniteur régule la prise d'élan par rapport à l'annonce.

■ Ce qu'il faut intégrer :

- Plus une embarcation a de la vitesse et plus elle est lourde, plus elle ira loin et sera difficile à arrêter.