


 DIRECTION

 PROPULSION

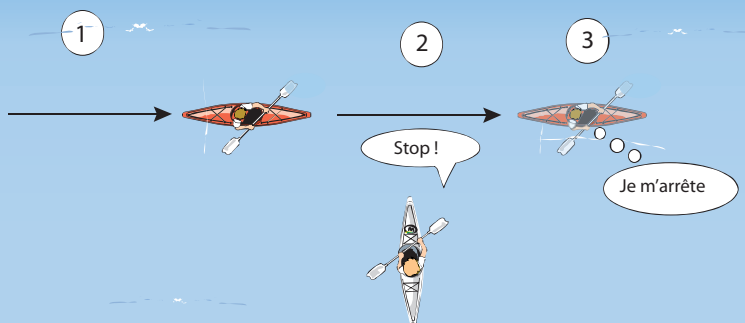
 TRANSMISSION

 EQUILIBRATION

 DE LA
 PAGAIE BLANCHE
 À LA PAGAIE JAUNE

STOPPER AU SIGNAL

L'ARRÊT

**LE DÉROULEMENT :**

Après avoir pris de la vitesse, le pagayeur doit arrêter son embarcation au signal du moniteur. À réaliser au moins 3 fois.

LE BUT DE LA SITUATION

Stopper son embarcation rapidement en conservant sa direction.

LES CRITERES DE REUSSITE

L'embarcation s'est arrêtée.

LES CONSIGNES

L'embarcation a de la vitesse au moment du signal.

LE LIEU DU DEROULEMENT

En mer en zone calme.

**AUTEUR**
Michaël MENEZ

Éducateur 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 de conserver la trajectoire de son embarcation.

■ Les critères d'évaluation :

Utilisation de rétropulsion.

Distance d'arrêt courte.

Direction de l'embarcation conservée.

Nombre de coup de pagaie de plus en plus restreint.

■ Idées pour simplifier :

Diminuer la vitesse de l'embarcation avant le signal.

■ Idées pour complexifier :

Augmenter la vitesse de l'embarcation avant le signal.

Diminuer le nombre de rétropulsion pour s'arrêter.

Matérialiser avec des bouées une zone d'arrêt.

■ Problèmes :

- Inversion du sens de pale.
- Direction non maîtrisée.

■ Solutions :

- > Placer la pale comme « en marche avant ».
- > Utilisation de bateau directeur, installer des couloirs, diminuer l'enfoncement de la pale dans l'eau et verticaliser la rétropulsion.

■ 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.