



## FICHE TEST

### Connaissance et pratique de l'activité packraft et kayak

#### Nom et N° de l'équipe :

- Les connaissances et des niveaux de pratique demandés dans cette fiche sont issus du livret Pagaies Couleurs de la Fédération Française de Canoë-kayak
- Le niveau des rivières naviguées pendant l'ARWC2018 sont de classe I à IV (classement de la Fédération Internationale de Canoë Kayak) suivant le niveau de l'eau.
- Les équipes doivent être capables de naviguer en mer avec du vent (force III ou IV) ou/et des vagues d'un mètre de haut
- Les équipes devront avoir en leur sein au minimum deux équipiers possédant le niveau Pagaie Verte et deux équipiers possédant le niveau Pagaie Bleu.

#### Niveau Pagaie Verte:

Connaissances :

- je m'équilibre avec ma pagaie,
- je reconnais les principaux dangers : arbres, barrages, passerelles basses,
- je reviens en cas de dessalage, en nageant face à l'aval, au bord.

Pratiques :

- je m'équilibre seul sans aide,
- j'embarque et je débarque seul dans des zones non aménagées,
- je connais les effets du courant sur mon embarcation, je sais gîter et je remonte un courant lisse.
- je traverse un courant lisse sans perdre de terrain,
- je me sers de ma pagaie comme d'un gouvernail,
- je descends la rivière à allure régulière.

#### Niveau Pagaie Bleue:

Connaissances :

- j'apprécie la difficulté d'un parcours, j'évite une cravate en gîtant mon bateau vers l'obstacle,
- je reviens au bord avec tout mon matériel en cas de dessalage,
- je participe à la récupération du matériel d'une personne dessalée.

Pratiques :

- je pagaie à l'intérieur d'un virage lorsque j'entre ou je sors du courant,
- je fais un arrêt d'urgence dans une zone encombrée,
- je me freine et je rejoins le bord en bac arrière,
- je remonte une courte portion de rivière encombrée en utilisant les courants,
- je descends un parcours à allure régulière en tête.
- Je sais me diriger durant un surf sur une vague d'un mètre.

#### Connaissances et pratiques environnementales :

- je discerne les zones adaptées pour embarquer et débarquer en respectant l'environnement,
- je ne laisse aucune trace de mon passage (papiers, déchets...),
- je respecte les utilisateurs de la rivière ou de la mer ainsi que les riverains.

Nom :	Prénom :	Diplôme (BE):	Tél :
adresse :			
certifie que les personnes dont le nom figure ci-dessous ont validé les épreuves décrites ci-dessus.			
	Nom	Prénom	Niveau
Capitaine			
Equipier 1			
Equipier 2			
Equipier 3			
Remplaçant			
Fait à	le	Signature	

L'original de cette fiche test devra être présenté lors des vérifications d'avant course, accompagné de la copie de la carte professionnelle du formateur titulaire du Brevet d'état (BE) ou d'un diplôme équivalent.