



Découverte de la Nage en Eau Vive

STAGE JEUNES

Découverte & perfectionnement
Millau 10 & 11 juin 2023

La Commission Nage en Eau Vive du Comité Départemental 66 organise un week-end **10 et 11 juin 2023 un STAGE JEUNES** sur le bassin artificiel de slalom de Millau et initiation de descente en milieu naturel sur le Tarn.

Ce week-end est ouvert à tous les clubs du Comité Pyrénées-Méditerranée Occitanie. L'objectif de ce week-end est de faire **DÉCOUVRIR** l'activité aux **JEUNES** de la région mais également de permettre à ceux ayant déjà pratiqué de se **PERFECTIONNER**.

Ce week-end est avant tout ouvert aux JEUNES, mais dans la limite du raisonnable les adultes souhaitant faire une initiation sont également acceptés.





Qu'est ce que la Nage en Eau Vive ?

La Nage en Eau Vive consiste à descendre les torrents et rivières à la nage, équipé de palmes, d'une combinaison néoprène, d'un casque, d'un gilet et d'un flotteur. Sport de glisse à part entière, la Nage en Eau Vive est en lien très étroit avec la nature. Les descentes de torrents offrent des paysages grandioses uniquement visibles par la voie de l'eau.

Quel est l'Équipement ?



Le nageur est équipé de :

- Flotteur
- Combinaison
- Casque
- Palmes
- Chaussons
- Gants
- Gilet
- Fixe palmes

Qu'est-ce qu'un Bassin Artificiel de slalom ?

Un bassin artificiel est une partie de cours d'eau ou une dérivation d'un cours d'eau aménagée pour la pratique des sports d'eaux vives (kayak, nage en eau vive, rafting, ...). Ce sont des tronçons de rivière aménagés où les dangers naturels de la rivière ne sont pas présents. Sur ces parcours sont disposés en surplomb de la rivière des piquets suspendus à des câbles appelés "portes". Ces portes sont disposées pour obliger les pratiquants à respecter des trajectoires. C'est ce que l'on appelle le Slalom comme en ski.



Programme de la journée

Samedi 10 juin :

11h00 : Rdv à la base d'Eaux Vives de Millau

11h00-12h00 : Répartition matériel et présentation des consignes

12h-14h00 : Déjeuner tiré du sac au bord du bassin

14h00-17h30 : Navigation encadrée

18h30 : Apéritif offert par la Commission et remise des diplômes de Baptême

20h00 : Dîner commun prévu par la Commission pour l'ensemble des inscrits (prévoir les boissons)

Hébergement **camping Les chalets de Saint Geniez de Bertrand.**

Dimanche 11 juin :

08h30 : Petit déjeuner tiré du sac

09h30 : Rangement/Ménage du gîte

10h30 à 13h00 : Initiation à la descente en milieu naturelle tranquille sur le Tarn

13h00 à 14h30 : Déjeuner tiré du sac

14h30 : Fin des activités d'eau vive

Condition de Participation

Les Nageurs devront :

- **Pour toute personne ne réalisant pas son premier baptême** : Posséder une licence et une assurance valides + Certificat médical valide
- **Pour les personnes réalisant leur premier baptême** ces documents ne sont pas obligatoires.
- Savoir nager et avoir une condition physique satisfaisante.
- **Avoir minimum 8 ans.**
- **Les mineurs doivent présenter une autorisation parentale** (un exemple est présenté en fin du document).

Si le nombre d'encadrants n'est pas suffisant pour accepter toutes les personnes inscrites, nous limiterons le nombre de nageurs par club. *Vous serez avisés de cette limite en temps et en heure.*

Équipement :

- Les nageurs devront porter une combinaison et des chaussons en néoprène, une paire de palmes (si possible sans tuyères). L'utilisation de gants et de fixe palmes est vivement conseillée.
- Nous fournirons Gilets, Casques et Flotteurs répondant aux normes de sécurité. Pour faciliter l'organisation, préciser le matériel dont vous avez besoin en remplissant le tableau qui se situe dans les pages suivantes.

Hébergement :

- Les participants et leurs accompagnateurs qui le souhaitent seront hébergés au **camping Les chalets de Saint Geniez de Bertrand.**
- Il s'agit d'un hébergement en mobile-homes de 4/5 personnes. Nous répartirons donc les participants dans les différents mobile-homes réservés.
Prévoir les duvets et nécessaire de ménage (Papier toilette, éponge, liquide vaisselle...)
- Les mobile-homes sont équipés de kitchenettes.



Les repas :

Samedi midi, petit déjeuner, dimanche midi → Repas tiré du sac

Samedi soir → l'apéritif et le repas du soir sont offerts par la Commission Nev PM (sans les boissons)

L'encadrement des enfants se limite à la pratique de la Nage en Eau Vive, qui commence lorsque l'on équipe et qui finit lorsque l'on déséquipe les enfants. Les encadrants et l'organisation ne sont pas responsables des enfants à l'extérieur du bassin, les parents ou accompagnateurs sont les seuls responsables.

Inscription :

Frais de participation : **5€ pour les enfants et 20€ pour les adultes.**

Ce tarif comprend l'organisation, l'accès au slalom, l'encadrement, le prêt de matériel (flotteur, casque et gilet) week-end, l'hébergement et le repas du samedi soir.

Pensez à prendre vos repas pour les midis, le petit-déjeuner et des choses que vous avez envie de partager.

Note :
Cette participation couvre l'hébergement (possibilité d'arriver la veille).
Les frais liés à l'organisation de l'activité, du week-end et l'apéritif et repas du samedi soir sont pris en charge par la Commission NEV PM

Inscription avant le : **5 juin 2023** en remplissant le formulaire :

<https://colibris.link/hGP5m>

Chèque à l'ordre de : **Commission NEV CIR PM FFESSM**

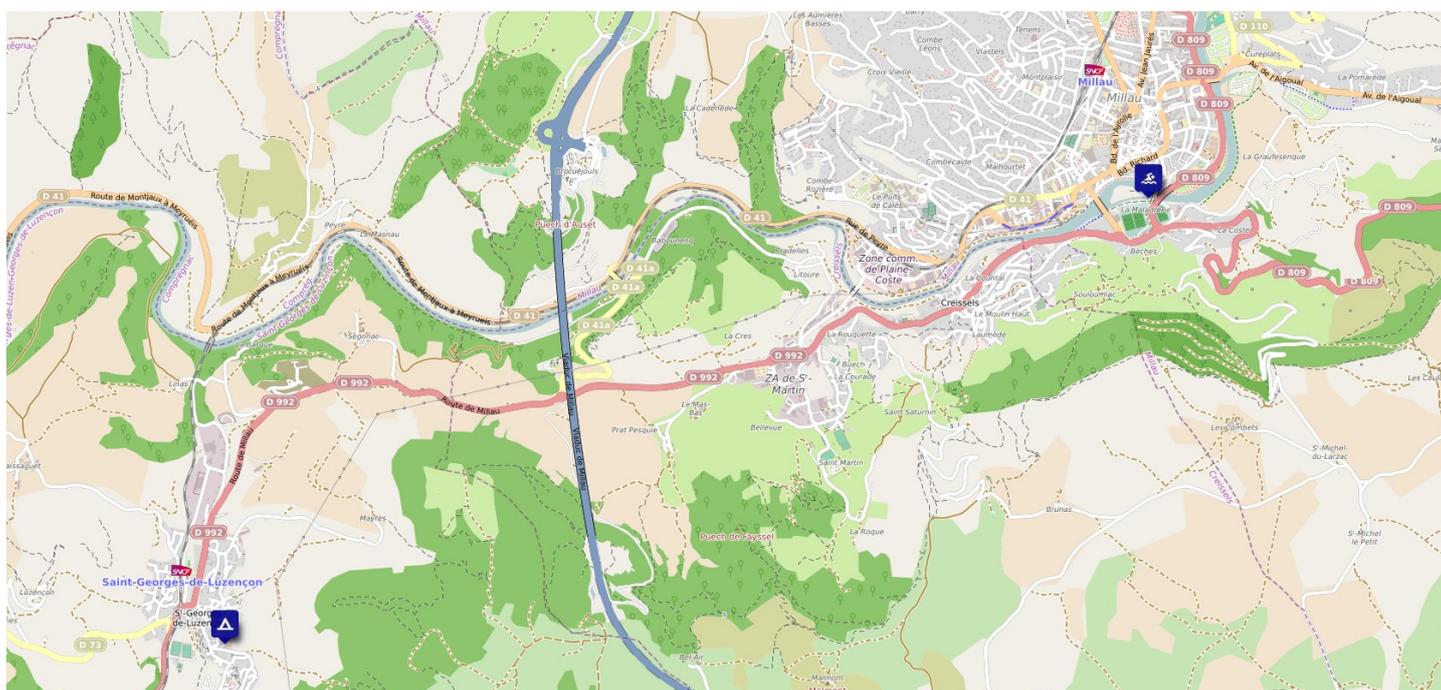
Ou par virement – merci de nous demander le RIB de la Commission par mail : john@granaxa.fr

Pour tout renseignement complémentaire vous pouvez contacter :

Gilles Saragoni : 06 22 29 63 73

John Bandelier : john@granaxa.fr

Carte interactive : http://umap.openstreetmap.fr/fr/map/stage-jeune-nev-millau_762750#14/44.0837/3.0371





Autorisation Parentale

Pour la participation à le week-end du 10 & 11 juin 2023, sur l'Aude, pour la découverte de la Nage en Eau Vive organisé par la Commission Nage en Eau Vive du Comité Régional de la FFESSM PM

Je soussigné(e) Monsieur, Madame :

Domicilier :

.....

.....

Agissant en qualité de

- Père
- Mère
- Responsable légal ou tuteur

Autorise

- mon fils :
- ma fille :
- l'enfant :

Né(e) le..... à, à participer à la manifestation sportive citée en référence.

J'atteste avoir le plein exercice de l'autorité parentale à l'égard de cet enfant mineur.

Cette autorisation est valable les 11 & 12 juin 2022

Fait à :

le :

Signature