

# Découverte de la Nage en Eau Vive

La commission Nage en Eau Vive du Comité Inter Régional Pyrénées Méditerranée organise un week-end **découverte de la Nage en Eau Vive les 10 et 11 Avril 2010** sur l'Aude à Quillan (11).

Ce week-end est ouvert à tous les clubs du Comité PM. L'objectif de ce week-end est de faire **découvrir l'activité à un grand nombre de licenciés FFESSM.**

## 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



Fédération Française d'Études et de Sports Sous-Marins  
Fondée en 1948, membre fondateur de la Confédération mondiale des activités subaquatiques

COMMISSION  
**Nage en Eau Vive**

Comité Inter Régional Pyrénées-Méditerranée  
Commission Nage en Eau Vive

## PROGRAMME DU WEEK-END

### Programme du Samedi et du Dimanche

09h30 : Rdv au rond point des Ours (Axat)

10h30 à 12h00 : Navigation encadrée par des cadres Fédéraux

12h00 à 14h30 : Déjeuner tiré des sacs,

14h30 à 17h30 : Navigation encadrée par des cadres Fédéraux

**Objectif** : apprentissage ou perfectionnement des gestes techniques de navigation

18h00 : Fin des activités d'Eau Vive.

## CONDITION DE PARTICIPATION

### Les Nageurs devront :

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.

### Hébergement :

Les participants et les accompagnateurs qui le souhaitent pourront être hébergés à **la Forge de Quillan**.

*1/2 Pension : Nuit + Repas du soir + Petit déjeuner = 28.30 €*

*Un acompte de 35% vous sera demandé pour la réservation du gîte soit 10 € par personne*

### Repas de Samedi midi & Dimanche midi :

Les repas sont tirés des sacs

**Attention, l'encadrement des enfants se limite à la pratique de l'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 hors de la rivière, les parents ou accompagnateurs sont les seuls responsables.**

Marc ETTINGER

Président de la Commission Nage en Eau Vive  
Comité Inter Régional Pyrénées-Méditerranée

Portable : 06.70.16.34.77  
eMail : [marc.ettinger@gmail.com](mailto:marc.ettinger@gmail.com)



## Fiche d'Inscription

### Week-End Découverte de la NEV – AUDE – Le 10 et 11 Avril 2010

(Préciser présence : **Samedi** – **Dimanche** – **Les deux** – (\*))

<b>CLUB</b> (NOM – N° – ADRESSE – TEL.)			<b>RESPONSABLE</b> (NOM – ADRESSE – TEL. – E-mail) <b>Signature</b>		
Nom	Prénom	Date Naissance	N° Licence	Niveau NEV	Besoin matériel
		/ /			Casque/Gilet/Flotteur (*)
		/ /			Casque/Gilet/Flotteur (*)
		/ /			Casque/Gilet/Flotteur (*)
		/ /			Casque/Gilet/Flotteur (*)
		/ /			Casque/Gilet/Flotteur (*)
		/ /			Casque/Gilet/Flotteur (*)
		/ /			Casque/Gilet/Flotteur (*)
		/ /			Casque/Gilet/Flotteur (*)
		/ /			Casque/Gilet/Flotteur (*)
		/ /			Casque/Gilet/Flotteur (*)
		/ /			Casque/Gilet/Flotteur (*)
		/ /			Casque/Gilet/Flotteur (*)
		/ /			Casque/Gilet/Flotteur (*)

(\*) **Rayer les mentions inutiles**

*Pour ceux qui sont présent le Week-end complet*

Frais d'inscription hébergement de 10 €x ..... = ..... €

A l'ordre de : **Commission NEV CIR PM FFESSM** avant le **27 Mars 2010**

Fiche à renvoyer à : Marc ETTINGER  
32 Chemin de Sauveurt  
31270 Frouzins



## Autorisation Parentale

Pour la participation au Week-End, du 10 & 11 Avril 2010, sur l'Aude, pour la découverte de la Nage en Eau Vive organisé par la commission Nage en Eau Vive du Comité Inter Régional Pyrénées Méditerranée

Je soussigné(e) Monsieur, Madame

.....  
.....  
.....  
.....

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.

Fait à :

le :

Signature