



DRAGON BOAT



NOMS DES PRATQUANT.ES

PRÉREQUIS

Licencié.e permanent.e titulaire d'une pagaie verte ou ayant intégré les compétences de la pagaie verte (démontrer l'acquisition des niveaux précédents)

CARACTÉRISTIQUES DU PAGAYEUR OU DE LA PAGAYEUSE

- ➔ S'équiper et naviguer de manière autonome en fonction de l'équipage. .
- ➔ Barreur.euse Certifié.e.

SITES DE PRATIQUE ET D'ÉVALUATION

Plan d'eau calme (conditions de vent pouvant aller jusqu'à des rafales à 50km/h).

CAPACITÉ SÉCURITÉ



Connaissance de son matériel et utilisation

- Connaître les techniques d'entretien et de réparation du matériel de navigation.
- Gérer l'installation du bateau sur la remorque et l'attacher.
- Conseiller ses équipiers dans le choix du matériel.
- Diriger les manœuvres de mise à l'eau et sortie de l'eau du bateau.



Aisance ou intervention aquatique

- Gérer et organiser l'équipage pour récupérer et vidanger un Dragon Boat chaviré.
- Réaliser un dessalage complet.
- Faire remonter l'équipage.



Communication

- Adopter une posture de capitaine de route.
- Communiquer clairement avec le tambour.
- Connaître les commandes, et les énoncer clairement.

CAPACITÉ TECHNIQUE ET CULTURE SPORTIVE



Habiletés tactiques et stratégiques

- Exploiter au mieux, lorsque l'on est coach-barreur, les capacités de l'équipage pour s'économiser sur de longues distances.
- Réguler l'intensité de l'effort en fonction de la distance à parcourir.

Cocher si la compétence est acquise





DRAGON BOAT

INITIALES DES PRATIQUANT.ES

CAPACITÉ TECHNIQUE ET CULTURE SPORTIVE



Culture sportive

- Connaître les panneaux de signalisation fluviale.
- Connaître et savoir prévenir les risques d'hypothermie et/ou de coup de chaleur.
- Connaître la réglementation de la discipline et être en mesure de l'expliquer.

CONNAISSANCE ET PRISE EN COMPTE DE L'ENVIRONNEMENT DE PRATIQUE



Facteurs Physiques
Faune & Flore
Patrimoine et
réglementation

- En cours de navigation, identifier avec précision les conditions environnementales et configurations types sur le lieu de pratique.
- Repérer l'évolution de ces conditions pour adapter sa navigation.
- Comprendre le réseau hydrographique du site de pratique.
- Respecter les règles de navigation en eau intérieure.
- Comprendre le rôle des végétaux par rapport à la qualité de l'eau.
- Comprendre le phénomène de la turbidité de l'eau et le phénomène d'eutrophisation.
- Repérer une espèce invasive potentiellement présente sur le site.
- Modifier son programme de navigation pour éviter le dérangement de la faune et la dégradation de zones de reproduction.
- Respecter les recommandations d'utilisation des matériaux de réparation.
- Identifier les acteurs locaux de la gestion de l'espace et site de pratique habituel.

Cocher si la compétence est acquise

VALIDER SI TOUTES LES COMPÉTENCES SONT ACQUISES

