



# WAVESKI SURFING



<p><b>PRÉREQUIS</b></p> <p>Licencié.e titulaires d'une pagaie jaune ou ayant intégré les compétences de la pagaie jaune (démontrer l'acquisition des niveaux précédents)</p>	<p><b>CARACTÉRISTIQUES DU PAGAYEUR OU DE LA PAGAYEUSE</b></p> <p>»» Débutant avancé et initié dans l'activité waveski</p> <p>»» Naviguer en bateau de type waveski en mer calme avec des vagues de 30 à 50 cm de déferlantes.</p> <p>»» S'amuser dans les vagues.</p>	<p><b>SITES DE PRATIQUE ET D'ÉVALUATION</b></p> <p>Pratiquer dans des petites vagues (jusqu'à 50cm) sur des sites dégagés, sur un fond sableux et en présence de courants faibles.</p>	<p><b>NOMS DES PRATIQUANT.ES</b></p>									
<b>CAPACITÉ SÉCURITÉ</b>												
<p>Connaissance de son matériel et utilisation</p>	<p>Utiliser le matériel spécifique à l'activité.</p> <p>Citer les principales caractéristiques du matériel de navigation en waveski.</p> <p>Adapter son équipement de navigation aux conditions de pratique (combinaison isothermique obligatoire si la température de l'eau est inférieure à 18 ° C).</p> <p>Se caler correctement sur un waveski (pieds, genoux, hanches).</p>											
<p>Aisance ou intervention aquatique</p>	<p>Dessaler les pieds dans les foot-straps, avec ou sans la sangle ventrale, rester quelques secondes la tête immergée puis remonter rapidement sur son embarcation.</p> <p>Nager en mer, récupérer son matériel et adopter la position de sécurité pour le retour au bord.</p> <p>Remonter en décalé pour éviter les files indiennes.</p>											
<p>Communication</p>	<p>Connaître le vocabulaire spécifique des figures de base waveski.</p> <p>Citer le matériel qui constitue le waveski (nose, tail, twins,.....).</p> <p>Connaître et respecter les règles de priorités sur la vague.</p> <p>Suivre les consignes pour rester grouper et à la vue du cadre.</p>											

Cocher si la compétence est acquise







# WAVESKI SURFING



INITIALES DES PRATIQUANT.ES

## CONNAISSANCE ET PRISE EN COMPTE DE L'ENVIRONNEMENT DE PRATIQUE

	Repérer les zones d'accès à l'eau permettant d'éviter le piétinement de la flore ou le dérangement de la faune.									
	Patrimoine et réglementation	Décrire son site de pratique et Identifier les élément clés du site de pratique et les dangers qu'ils peuvent représenter.								
	Patrimoine et réglementation	Observer les paramètres de la marée et son influence en cas de présence sur le site de pratique.								
	Patrimoine et réglementation	Se familiariser avec un bulletin météo rivage.								
	Patrimoine et réglementation	Identifier la direction du vent, de la houle, des courants.								
	Patrimoine et réglementation	Utiliser les directions cardinales.								
	Patrimoine et réglementation	Gérer ses déchets.								

VALIDER SI TOUTES LES COMPÉTENCES SONT ACQUISES

Grid for validation of competencies.

Cocher si la compétence est acquise

