



WAVESKI SURFING



<p>PRÉREQUIS</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>CARACTÉRISTIQUES DU PAGAYEUR OU DE LA PAGAYEUSE</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>SITES DE PRATIQUE ET D'ÉVALUATION</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>NOMS DES PRATIQUANT.ES</p>									
CAPACITÉ SÉCURITÉ												
<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.																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
--	---	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--