

Pagayer en sécurité en mer

Le canoë-kayak est d'abord une activité sportive. En tant que telle, il demande un apprentissage technique, même minimum, qui est gage d'une plus grande aisance sur l'eau et donc d'une meilleure sécurité. Mais gardez en tête que la sécurité ne se résume pas à une liste de matériel et à quelques techniques, que c'est avant tout un état d'esprit.

-N'oubliez jamais que vous êtes le mieux placé pour assurer votre propre sécurité et celle de vos compagnons de navigation. Ne comptez pas sur l'extérieur pour tout résoudre.

-Utilisez du matériel adapté à votre morphologie et à votre technique, en bon état et approprié au parcours envisagé.

-Rendez votre matériel vraiment insubmersible et soyez certain de pouvoir toujours sortir de votre bateau rapidement en toutes circonstances.

-N'hésitez pas à essayer au moins une fois et à recommencer régulièrement pour que l'effet de surprise d'un dessalage involontaire soit le plus limité possible.

-Apprenez à remonter à bord avec et sans aide.

-Apprenez à reconnaître les mouvements d'eau dangereux et à deviner ce qui les produit : hauts-fonds, ressac, courants, etc.

-Ne les sous-estimez pas. Ne les sous-estimez jamais.

-Apprenez à les éviter.

-Ne vous laissez pas entraîner au large par le courant ou le vent ; soyez toujours capable de rejoindre un abri.

-Sachez utiliser le vent et les courants lors de vos navigations, vous économiserez de la fatigue.

-Apprenez à vous repérer sur l'eau et à estimer votre vitesse.

-Ayez à portée de main un bout de remorquage.

-Apprenez, puis entraînez-vous régulièrement à l'utiliser.

-Sachez diriger avec précision votre kayak : vous serez moins fatigué et en tirerez le plus grand plaisir.

.../...

- Portez votre gilet de sauvetage.
- Habillez-vous de façon adaptée : protégez-vous du soleil, du vent et du froid.
- Portez des chaussures.

Et n'hésitez pas à naviguer sur toutes les eaux qui sont accessibles : elles vous révéleront souvent de belles surprises.