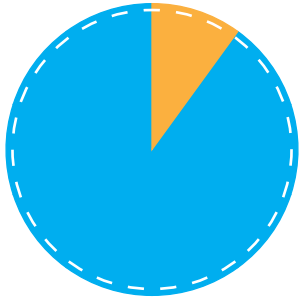
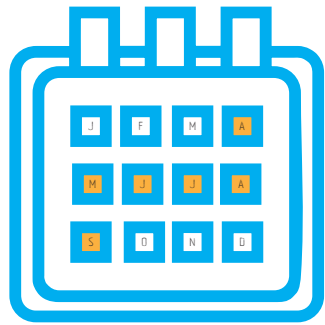


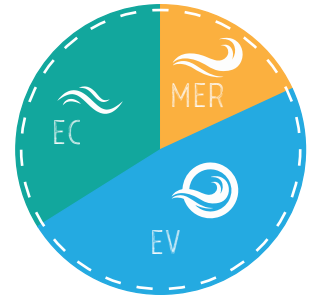
# LES SPORTS DE PAGAIE SONT SYNONYMES DE DÉTENTE ET DE PLAISIR CEPENDANT, DES ACCIDENTS PEUVENT SURVENIR, TOUS PEUVENT ÊTRE ÉVITÉS !



PLUS DE 90% DES ACCIDENTS  
ONT LIEU HORS STRUCTURES FFCK



LES ACCIDENTS SURVIENNENT  
PRINCIPALEMENT DE MARS À SEPTEMBRE



TOUS LES MILIEUX DE PRATIQUE  
SONT CONCERNÉS  
EAU CALME 34%  
EAU VIVE 48%  
MER 18%

**POUR PROFITER DES SPORTS DE PAGAIE EN TOUTE SÉCURITÉ,  
VEILLEZ À RESPECTER LES RÈGLES DE SÉCURITÉ ET VOUS RAPPROCHER D'UNE STRUCTURE ADHÉRENTE À LA FFCK**

## L'AIDE À LA FLOTTABILITÉ



TOUT LE TEMPS !

Obligatoire et indispensable à votre sécurité. Seul le gilet vous assure la flottabilité nécessaire pour regagner votre embarcation ou la berge en cas d'incident, même en eau calme.

RENSEIGNEZ VOUS SUR LA DIFFICULTÉ DU PARCOURS,  
LA MÉTÉO ET LES NIVEAUX D'EAU



Une sortie se prépare, les rivières évoluent rapidement, un parcours facile peut devenir difficile en cas d'orage en amont par exemple. De même, les conditions en mer évoluent très rapidement. Consultez les sites spécialisés avant de partir, et prévenez vos proches de votre itinéraire et de l'heure d'arrivée prévue.

VOUS POUVEZ NAVIGUER SUR DIVERS MILIEUX  
VEILLEZ À ADAPTER VOTRE MATÉRIEL À VOTRE PRATIQUE



EN MER

En mer, utilisez votre leash, lien entre vous et votre embarcation.



EN RIVIÈRE

N'utilisez pas de leash en rivière, il accentue fortement les risques de coincement !



Porter des chaussures vous permettra de ne pas vous blesser aux pieds lors des phases d'embarquement, ou lors d'un dessalage.



Les kayaks gonflables ne sont pas tous homologués pour dépasser la bande des 300m en mer. Ils ne sont pas tous adaptés à l'eau vive, vérifiez les caractéristiques de votre bateau avant de vous engager sur un parcours.

DEMANDEZ CONSEIL  
À UN MONITEUR DIPLÔMÉ

