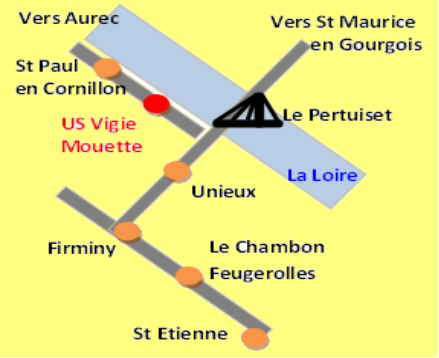
Pertuiset
Barque
Joute

PBJ

BASE NAUTIQUE
US Vigie Mouette
LE PERTUISET
37 b, route des Gorges
42240 Saint Paul en Cornillon
Coordonnées GPS:
45°24'12.94"N
4°14'34.79"E

www.usvm.fr



Objectif :

Permettre la découverte de la pratique de la barque en eau calme sur la retenue de Grangent dans un cadre offrant la possibilité d'une progression adaptée aux capacités des pratiquants. La pratique de la barque est appréciée pour une réhabilitation physique adaptée et son côté apaisant au contact de l'eau.

Evoluer dans un environnement naturel remarquable : les Gorges de la Loire, site classé Natura 2000.

Faciliter le lien avec les autres activités de l'U.S.V.M. (aviron et kayak), par la connaissance de la base, et de ses animateurs bénévoles.

Activité de plein air qui permet de varier la pratique Sport-Santé en été.

Favoriser le lien social.

Publics concernés:

- personnes atteintes de pathologies chroniques (diabète, obésité non morbide, douleurs chroniques…)
- personnes atteintes de thérapies lourdes (cancer, greffe…)
- population vieillissante
- population éloignée de la pratique sportive

Contenu :
Participer aux séances barque santé sur la Loire tous les mercredis du 5 juin au 11 septembre 2019 de 17H45 à 20H00, sauf les 3 dernières semaines de juillet soit environ une dizaine de séances.
En cas de conditions météo défavorables, la séance de barque sera annulée.

Avant l'inscription, entretien pour connaître les attendus et les capacités du pratiquant. À la suite de cet entretien, les encadrants se réservent la possibilité de contre-indiquer la pratique de l'activité pour des raisons de sécurité.

Présentation de l'activité barque et des encadrants **le jeudi 9 mai à 18h** avec l'aviron santé et kayak santé, pot d'accueil.

Horaires de la séance:
17H45 : Accueil des pratiquants. Présentation de la séance et échanges sur les attentes des pratiquants
18H00-18H20 : Change, équipement et mise à l'eau des barques par les encadrants et rameurs confirmés
18H20-19H20 : Séance barque
19H20-19H30: Temps d'échanges sur la séance
19H30-20H00 : Rangement du matériel (treuil électrique pour remonter les barques), pas de possibilité de douche, change

Tenue :
Une tenue de sport classique avec un haut relativement près du corps, sans poche pour ne pas se coincer les mains lors du coup de rame, un bas long ou court en fonction de la météo, une paire de tennis, chapeau, lunettes de soleil, crème de protection solaire, bouteille d'eau, vêtements de rechange. Eviter de porter montre et bijoux pour ne pas se blesser lors du croisement des mains.

Tarifs :
Licences-adhésions-assurances-stage = 60 euros comprenant la licence pour la Fédération Française de Joute et Barque.
Règlement espèce ou par chèque à l'ordre de «PBJ ».

Effectif : maximum 4 participants sur l'eau (barque: 2 rameurs et 1 encadrant)

Conditions de participation :
Produire un **certificat médical** de non contre indication à la pratique de la barque et fournir un document attestant de **savoir nager 25 mètres et s'immerger**.
Port de gilet de sauvetage à la demande et une bouée dans chaque barque.
Encadrement : Tél. 06 37 57 91 15 Courriel vercherinpaul@gmail.com
Responsable : Paul Vercherin: Educateur Sportif en aviron, médecin en santé publique, 4 années comme encadrant barque santé.
Henri Reymondier : Retraité, encadrant barque santé depuis 4 ans.