



**Canoë Kayak Vertou**

**MULTI SPORT AU CLUB DE VERTOU**

Le club accueille différents groupes de pratique : Le groupe Multi sport (8 / 11ans) l'école de pagaie avec des jeunes (8/13 ans), le groupe jeune école de sport (12/18 ans), un groupe Loisirs adultes, un groupe pratiquant le kayak polo, un groupe de loisirs et compétition stand up Paddle, un groupe de compétiteur de slalom, un groupe sport santé.

L'objectif Multi sport Out-Doors est de développer leur autonomie et d'avoir une pratique encadrée par des professionnels diplômés.

### **1/Fonctionnement du Multi sport : 9 septembre 2026 à 14h15**

Le groupe se réunit le mercredi pour un cours de 14h à 16h00. Plusieurs pratiques sportives avec une dominante eau libre , canoë-kayak, stand up paddle, grimpe d'arbre, piscine, sauvetage côtier, course d'orientation, run & bike, Ultimate, vélo, tir à l'arc, nage .....

Les séances sont encadrées par les moniteurs du club ou par des encadrants extérieurs UFOLEP qui ont les compétences pour le sport du moment.

Des stages sont organisés durant les vacances scolaires d'octobre, février, avril (du lundi au vendredi) et à Noël à la journée.

### **1/Fonctionnement de l'école de pagaie jeune : 9 septembre 14h00**

L'Ecole de Pagaie Jeune est à la fois une section de loisirs et de compétition. Encadrés par nos brevets d'états, nos moniteurs et nos aspirants moniteurs, les jeunes peuvent découvrir les différentes facettes de notre sport nature. Ils se familiarisent avec les gestes techniques, les différentes embarcations. Cela leur permet la découverte, l'initiation et le perfectionnement en canoë, en kayak et en stand 'up paddle, en eaux calmes et en eaux-vives.

Le kayak offre aux jeunes la possibilité de se dépasser et d'évoluer à son rythme. Les cours se déroulent en général sur la Sèvre et le plan d'eau du Loiry.

Pour compléter la formation, des cours se déroulent en piscine afin de permettre de l'aisance sur l'eau. Dès le début de son apprentissage, le jeune ira tester son kayak en piscine et retournera son kayak pour apprendre à sortir en toute facilité. Les 6 cours en piscine se déroulent soit le mercredi soit le samedi de 9h00 à 10h45 durant l'hiver (environ 6 cours).

Des stages sportifs sont organisés par le club durant les vacances scolaires en eau vive ou en mer (Toussaint, Février et, avril et début août à la semaine) pour permettre aux jeunes une progression sur une semaine et découvrir la vie en collectivité. Les déplacements se font avec les minibus du club.

Le club participe à la vie départementale et régionale du canoë kayak en participant à des challenges jeunes départementaux et des compétitions régionales. Les challenges jeunes se déroulent sur 5 samedis et 2 dimanches dans l'année sur le département, ils sont obligatoires pour les jeunes, ces challenges permettent de découvrir d'autres sites de pratiques et d'autres disciplines. Ces déplacements se font avec les minibus du club, les frais de route sont pris en charge par le club.

Afin d'adapter la formation des jeunes à leur niveau de pratique, l'école de pagaie est organisée en deux groupes : le groupe 1, école de pagaie et le groupe 2, école de sport . L'école de pagaie fonctionne les mercredis et samedis de 14h00 à 15h45 pour le groupe 1. Pour le groupe 2, confirmé, un cours est prévu de 16h à 17h30 (On peut passer d'un groupe à l'autre suivant la progression, la motivation,...) Cours le samedi de 14h à 16h00 pour les deux groupes.

A partir de 14 ans, les jeunes peuvent réaliser des locations en semaine durant les vacances d'été, ils sont indemnisés pour les rendre autonomes dans leur engagement sous forme de règlement d'une partie de la licence annuelle, des stages sportifs, de l'équipement. Ils apprendront ainsi sous la responsabilité de leurs animateurs à réaliser l'accueil téléphonique, l'accueil des clients de locations, tenir une caisse...

A partir de 16 ans les jeunes peuvent réaliser une formation d'aspirant moniteur (prise en charge par le club) et ainsi encadrer l'école de pagaie (présence d'adulte). À partir de 18 ans, ils peuvent passer le monitorat qui leur permettra d'être embauchés par le club l'été.

Journée de soutien : lors de l'adhésion, il est demandé aux parents d'assurer trois journées de soutien au club en tenant principalement les locations le weekend (sur la période d'avril à septembre) ou autres manifestations club. Cet engagement permet de diminuer les coûts de l'école de pagaie, participe à diminuer le tarif des stages, acquérir des kayaks.... Début février un planning des journées de location est établi pour vous permettre à chacun de s'organiser.

## **2/Fonctionnement de l'Ecole de pagaie Adultes Loisirs (à partir de 17ans)**

L'école de pagaie Loisirs fonctionne tous les samedis de 10h00 à 12h00. L'encadrement est assuré par les moniteurs et les salariés.

Des cours permettront d'appréhender les gestes techniques, les différentes embarcations. Vous pourrez découvrir, vous initiez et vous perfectionnez, l'initiation et le perfectionnement en canoë, en kayak et en stand 'up paddle, en eaux calmes, en eaux-vives mais aussi en mer. Vous allez ainsi progresser à votre rythme et gagner en autonomie. Le club propose de passer des niveaux, nos Pagaies couleurs, lors des cours du samedi matin ou des sorties.

Pour compléter la formation, nous proposons des séances en piscine le samedi de 9h00 à 10h45 (6 créneaux dans l'année)

Des sorties à la journée pour tous les niveaux et des weekends sont proposées en mer et en rivière. Les sorties se font avec les minibus du club et peuvent nécessiter l'utilisation de véhicules personnels de temps en temps. Le stage club d'été sur une semaine qui se déroule la première semaine d'août dans les Alpes ou dans les Pyrénées. Chaque adhérent peut proposer des sorties.

**Date de reprise : 12 septembre 2026**

## **3/Fonctionnement de la section stand up paddle Adultes (à partir de 17ans) / 13 septembre 2025**

La section stand up Paddle vous accueille tous les samedis de 10h00 à 12h00. 6 séances piscine en décembre et janvier vous permettront de voir les virages ;

Les cours permettront d'appréhender les gestes techniques Vous pourrez découvrir, vous initiez et vous perfectionnez, en stand 'up paddle en eaux calmes, mais aussi en mer. Ce support nécessite souplesse et gainage, suite à l'échauffement, des exercices de gainage, de souplesse seront réalisés.

Vous allez ainsi progresser à votre rythme et gagner en autonomie pour à terme si vous le souhaitez pouvoir participer à des Raids, compétitions dans différents sites Golfe du Morbihan, Dordogne,

Loire, sortie mer....

Le club propose des formations à l'encadrement sur Crozonet des cours piscine pour progresser en virage.

#### **4/Fonctionnement du groupe kayak polo**

Le groupe de kayak polo dispose de plusieurs créneaux d'entraînements durant la semaine, le lundi, mardi mercredi et jeudi soir de 19h00 à 21h00. Entraînement également le samedi matin de 9h30 à 12h00

4 équipes sont engagées en compétition 3 équipes au niveau national, et 1 équipe en régionale. Les déplacements en compétition sont assurés par le club. Les jeunes et les adultes intéressés peuvent rejoindre ce groupe après quelques cours en école de pagaie. Des éclairages sont installés sur le terrain afin de pratiquer toute l'année. Le club organise régulièrement des compétitions sur le Parc du Loiry à Vertou. Cours débutants le mercredi soir.

Cette activité nécessite de l'engagement, un esprit d'équipe. **Date de reprise : 13 septembre 2025**

#### **5/Fonctionnement du groupe slalom**

Le groupe slalom s'entraîne régulièrement toute l'année, il participe à des compétitions de niveau national (nationale 1, 2,3) et régional. Les entraînements sont organisés le samedi. Des stages sont aussi organisés

---

#### **6/Fonctionnement du groupe sport santé**

Le groupe vous accueille régulièrement toute l'année le vendredi de 14h à 16h00. Tous les mois une sortie à la journée est prévue sur un autre site de pratique. Tous les ans un stage est prévu de découverte d'une rivière en France.

---

**Admission :** L'adhésion à l'association Canoë-Kayak Vertou est ouverte à tous à partir de 7 ans. Savoir nager est obligatoire. En signant sa demande d'inscription, le demandeur attestera qu'il sait nager au moins 50m. Il devra fournir un certificat médical attestant qu'il ne présente aucune contre-indication à la pratique des sports d'eaux-vives. Pour les mineurs, l'autorisation des parents ou d'une personne ayant charge est obligatoire.

La licence inclue :

- La carte Canoë+
- L'assurance pour la pratique de notre sport
- Les cours lors des séances encadrées
- Les frais de déplacements des adhérents organisés dans le cadre des sorties du club et compétitions

Le prêt du matériel et l'accès aux vestiaires lors des séances encadrées

### **Equipelement individuel :**

Rester dans son embarcation n'est pas garanti à chaque séance...même si le kayakiste aime rester sec !

Il est donc préférable de prévoir des vêtements ne craignant pas l'eau (T-shirt, K-way, Short), des chaussures à lacets ou des chaussons néoprènes (ainsi que des affaires de rechange).

- Chausson néoprène
- Combinaison type Long John ou Shorty (fournisseur Décathlon, Atlantic kayak sur internet)
- Anorak kayak
- Thermique nautique près de la peau

*Agrément Jeunesse et Sports : 04496ET0104*

*N° Siret : 421 496 399 000 13 Code APE 926 C*

*Le club de canoë-kayak est une association loi 1901. Un bureau gère le club aidé d'un conseil d'administration. Une assemblée générale se déroule début février afin de décider des orientations du club et ses priorités. Chacun peut rentrer dans le conseil d'administration du club pour y faire valoir ses opinions à partir de 16 ans, les parents des mineurs y ont bien entendu leur place. Le club fonctionne grâce au bénévolat.*

### **Les permanents du club : Tony et Gaël**

L'association emploie deux salariés à l'année. La réglementation impose un brevet d'état dans un club pour encadrer des jeunes. Les permanents assurent des cours, réalisent des stages, accueillent des groupes de pratiquants externes au club et forment de nouveaux encadrants.

Tony au [ckvertou@yahoo.fr](mailto:ckvertou@yahoo.fr)

**Gaël au [ckvertou@gmail.com](mailto:ckvertou@gmail.com)**

### **Les horaires du club**

Le club est ouvert toute l'année, chaque membre du bureau ainsi que les permanents disposent des clefs. Jours et heures d'ouverture du local pour les cours :

- *Le mercredi de 14h00 à 17h00*
- *Le lundi soir et mardi soir et mercredi soir et jeudi soir pour des entraînements polo 19h/21h00*
- *Le samedi de 9h30 à 12h00 et de 14h00 à 16h30*
- *Salle de musculation tous les jours*
- *Les autres jours sur demande, voir les permanents*

### **Le club participe à l'organisation de plusieurs manifestations :**

- Des compétitions régionales sur diverses disciplines
- La galette des rois au mois de Février à l'occasion de l'Assemblée Générale
- La tartiflette et la rando Père Noël du 13 décembre (14 décembre rando)
- Le barbecue club de fin d'année, la présentation du club en septembre.