



# Guide de Bienvenue – Canoë Kayak Vertou (CKV)

Le club **Canoë Kayak Vertou** accueille différents groupes de pratique pour répondre aux envies de chacun : l'école de pagaie (jeunes), un groupe Loisirs (adultes), une section kayak polo, un groupe stand-up paddle (loisirs et compétition), un groupe compétition slalom, ainsi qu'un groupe sport santé.

L'école de pagaie permet aux pratiquants de développer leur autonomie à travers des séances encadrées par un professionnel ou par des bénévoles diplômés.

## 1. L'École de Pagaie Jeunes (8 à 16 ans)



**Date de reprise** : mercredi 9 septembre 2026 à 14h00

Cette section conjugue à la fois **loisirs** et **compétition**. Encadrés par nos diplômés d'État, moniteurs et aspirants moniteurs, les jeunes découvrent les multiples facettes de ce sport de nature (canoë, kayak, stand-up paddle), en eaux calmes comme en eaux vives.

- **Lieux de pratique** : Principalement sur la Sèvre et le plan d'eau du Loiry.
- **Séances en piscine (Hiver)** : Pour acquérir de l'aisance et apprendre à dessaler (sortir du bateau retourné) en toute sécurité. Environ 6 séances organisées le mercredi de 17h45 à 19h.
- **Stages sportifs** : Organisés durant les vacances scolaires (Toussaint, février, avril et début août à la semaine) en eau vive ou en mer pour progresser et vivre en collectivité. Les déplacements s'effectuent avec les minibus du club.
- **Challenges et compétitions** : Le club participe activement à la vie départementale et régionale. Les challenges jeunes (5 samedis et 2 dimanches dans l'année) sont **obligatoires**. Ils permettent de découvrir de nouveaux sites et disciplines. Les frais de route en minibus sont intégralement pris en charge par le club.



### Organisation des groupes et horaires :

- **Groupe 1 (École de pagaie)** : Le mercredi et le samedi de 14h00 à 16h.
- **Groupe 2 (École de sport - Confirmés)** : Le mercredi de 16h00 à 17h30 et le samedi de 14h00 à 16h00. *(Passage d'un groupe à l'autre possible selon la progression et la motivation).*



### Engagement et autonomisation des jeunes :

- **Dès 14 ans (Jobs d'été)** : Les jeunes peuvent gérer les locations en semaine l'été (accueil téléphonique, accueil client, tenue de caisse). Ils sont indemnisés sous forme de prise en charge (licence, stages, équipements) pour encourager leur autonomie.
- **Dès 16 ans** : Possibilité de suivre la formation d'aspirant moniteur (financée par le club) pour encadrer l'école de pagaie aux côtés d'un adulte.
- **À partir de 18 ans** : Passage du monitorat pour être embauché par le club durant la saison estivale.



### Journées de soutien (Parents) :

Lors de l'adhésion, il est demandé aux parents d'assurer **3 journées de soutien** au club (principalement pour tenir les locations le week-end d'avril à septembre ou lors des manifestations). Cet engagement associatif est essentiel : il permet de réduire le coût de

l'école de pagaie, de baisser le tarif des stages et de financer l'achat de nouveaux kayaks. Un planning est établi dès le début du mois de février.

## 2. L'École de Pagaie Adultes Loisirs (Dès 17 ans)

 **Date de reprise** : samedi 12 septembre 2026

- **Horaires** : Tous les samedis de 10h00 à 12h00.
- **Encadrement** : Assuré par les moniteurs et les salariés du club.
- **Au programme** : Apprentissage des gestes techniques, initiation et perfectionnement en canoë, kayak et stand-up paddle en eaux calmes, eaux vives et en mer.
- **Progression** : Évolution au rythme de chacun avec la possibilité de passer les niveaux fédéraux (« Pagaies Couleurs ») le samedi matin ou lors des sorties.
- **Piscine** : 6 séances de formation en piscine sont proposées le samedi de 9h00 à 10h45 durant l'hiver.
- **Sorties & Stages** : Des sorties à la journée (tous niveaux) et des week-ends sont organisés en mer ou en rivière (en minibus ou en covoiturage). Un **stage club d'une semaine** est proposé début août dans les Alpes ou les Pyrénées. Chaque adhérent est libre de proposer des sorties !

## 3. Section Stand-Up Paddle Adultes (Dès 17 ans)

 **Date de reprise** : samedi 12 septembre 2026

- **Horaires** : Tous les samedis de 10h00 à 12h00.
- **Spécificités** : Cette discipline demande souplesse et gainage. Chaque séance commence par un échauffement suivi d'exercices spécifiques.
- **Objectifs** : Gagner en autonomie, perfectionner sa technique en eaux calmes et en mer, et participer (pour ceux qui le souhaitent) à des compétitions ou des Raids (Golfe du Morbihan, Dordogne, Loire, etc.).
- **Bonus** : 6 séances en piscine (décembre/janvier) pour travailler les virages de manière intensive, et des formations à l'encadrement organisées à Crozon.

## 4. Groupe Kayak Polo

 **Date de reprise** : samedi 12 septembre 2026

Une activité dynamique qui demande de l'engagement et un fort esprit d'équipe ! Le terrain du Parc du Loiry à Vertou est équipé d'éclairages permettant de s'entraîner toute l'année.

- **Entraînements de la semaine** : Lundi, mardi, mercredi et jeudi de 19h00 à 21h00.
- **Samedi matin** : De 9h30 à 12h00.
- **Débutants** : Créneau spécifique le mercredi soir.
- **Compétition** : 4 équipes sont engagées (3 au niveau National, 1 au niveau Régional). Les déplacements sont pris en charge par le club.
- *Note : Les jeunes et adultes intéressés peuvent intégrer ce groupe après quelques cours d'initiation à l'école de pagaie.*

## 5. Groupe Slalom

Le groupe de slalom s'entraîne régulièrement tout au long de l'année pour participer aux compétitions régionales et nationales (Nationale 1, 2 et 3).

- **Entraînements** : le samedi et le mercredi
- **Plus** : Des stages spécifiques sont organisés au cours de la saison.

## 6. Groupe Sport Santé

Une section dédiée au bien-être et au maintien de la forme dans une ambiance conviviale.

- **Horaires** : Tous les vendredis de 14h00 à 16h00.
- **Sorties** : Une sortie à la journée est organisée chaque mois sur un nouveau site de pratique.
- **Événement** : Un stage annuel de découverte d'une rivière en France.



## Modalités d'Inscription & Informations Pratiques

### Conditions d'admission :

1. Être âgé de **7 ans minimum**.
2. **Savoir nager est obligatoire** (attestation de capacité à nager au moins 25 mètres requise lors de l'inscription).
3. Fournir un **certificat médical** de non-contre-indication à la pratique des sports de pagaies ou le questionnaire santé .

### Ce qui est inclus dans votre licence :

- La carte Canoë+ et l'assurance obligatoire.
- L'encadrement technique lors des séances.
- Le prêt du matériel (embarcations, pagaies, gilets) et l'accès aux vestiaires.
- Les frais de déplacement dans le cadre des sorties officielles et compétitions du club.



### Équipement individuel à prévoir :

Le dessalage fait partie du jeu ! Prévoyez une tenue ne craignant pas l'eau et des affaires de rechange complètes.

- **Tenue de base** : T-shirt, coupe-vent (K-way), short et chaussures fermées à lacets (obligatoires).
- **Recommandé pour le confort** : Chaussons en néoprène, combinaison isotherme (type *Long John* ou *Shorty*), anorak de kayak et sous-vêtement thermique technique.



## Vie de l'Association & Fonctionnement

Le club de canoë-kayak de Vertou est une association Loi 1901 qui fonctionne grâce à l'implication de ses bénévoles. Il est géré par un Bureau épaulé par un Conseil d'Administration (CA). L'Assemblée Générale annuelle se tient début février pour fixer les grandes orientations du club.

- *Le saviez-vous ? Dès 16 ans, les jeunes (ainsi que les parents de mineurs) peuvent intégrer le Conseil d'Administration.*



### Vos contacts permanents :

L'association emploie deux salariés à l'année titulaires d'un Brevet d'État (obligatoire pour l'encadrement des mineurs). Ils assurent les cours, encadrent les stages, forment les futurs moniteurs et accueillent les groupes externes.

- **Tony** : ✉ ckvertou@yahoo.fr
- **Gaël** : ✉ ckvertou@gmail.com



### Horaires d'ouverture du local :

Le club est accessible toute l'année aux membres du bureau et permanents. Les horaires d'ouverture pour les cours et entraînements sont :

- **Lundi au Jeudi** : 19h00 – 21h00 (Entraînements Kayak Polo)
- **Mercredi** : 14h00 – 17h00
- **Samedi** : 9h30 – 12h00 & 14h00 – 16h30
- **Salle de musculation** : Accessible tous les jours (autres créneaux sur demande auprès des permanents).



## **Les grands rendez-vous du club :**

- **Septembre** : Journée de présentation du club et des activités, slalom régional de Vertou
- **Décembre** : Tartiflette du club et traditionnelle Randonnée du Père Noël.
- **Février** : Assemblée Générale suivie de la Galette des Rois.
- **Mai**: Green paddle race
- **Juin** : Grand Barbecue de fin d'année du club.
- **Toute l'année** : Organisation de compétitions régionales toutes disciplines au Parc du Loiry.

*Mentions légales : Agrément Jeunesse et Sports : 04496ET0104 | N° SIRET : 421 496 399 00013 | Code APE : 926 C*