

GUIDE DE L'ADHÉRENT 2021-2022

CANOË-KAYAK



Le club de Canoë-Kayak

Affiliée à la **Fédération Française de Canoë-Kayak**, la section fait partie intégrante de l'association, Pont d'Ouilly Loisirs. Créée en 1983, elle est actuellement présidée par Anne Meyer.

L'association **Pont d'Ouilly Loisirs** apporte son aide à la section en mettant à disposition des locaux, du personnel (éducateurs sportifs, personnel d'entretien ...) et du matériel (véhicules, matériel nautique...).

En contrepartie, la section canoë-kayak gère tout le développement de cette activité et apporte ainsi la compétence, le bénévolat de ses adhérents, des résultats de haut niveau et tout un ensemble d'actions.

École de pagaie - initiation et perfectionnement

C'est la réelle pépinière du club !

À partir de 8 ans, les enfants apprennent les techniques de navigation en eau calme, en eaux vives, en mer (lors de sorties) mais aussi les techniques de sécurité. Les enfants débutent dans le groupe initiation puis en fonction de leurs évolutions, naviguent dans le groupe perfectionnement. L'hiver, une troisième séance en piscine est proposée afin d'apprendre la technique de l'esquimautage.



Compétition jeunes - U15 et U18 :

U15 : A la sortie du groupe perfectionnement et âgés entre 13 et 15 ans, les jeunes évoluent dans le groupe U15 qui leur permet de se perfectionner en kayak-polo et en slalom. Le but étant d'apprendre les bases techniques dans ces deux disciplines avant d'intégrer les U18.

En U18 : Les jeunes s'orientent vers une pratique spécifique (kayak polo, slalom ou Loisirs). Dans chacune des pratiques, les séances sont encadrées.

Pour ceux qui s'orientent vers la compétition, l'objectif étant de performer en compétition nationale dans sa discipline. Pour les non compétiteurs, les séances permettront de progresser en eau plate et en eaux vives et de pouvoir découvrir de belles rivières.

Des stages sont proposés lors des vacances scolaires pour tous les adhérents du club !



Groupe Adultes :

Chez les adultes comme pour le groupe U18, trois orientations sont possibles : Kayak-polo, slalom et Loisirs.

En kayak Polo, 4 équipes évoluent en niveau National. Les féminines en Nationale 1, les hommes en Nationale 1 et en Nationale 3 ainsi qu'une dernière équipe mixte qui évolue en N3 mixte. Seuls les entraînements collectifs sont clairement identifiés, mais il est indispensable à ce niveau de compétition, d'avoir une

pratique sportive et plus spécifique quotidienne.

En slalom, les compétiteurs évoluent en Nationale 2, en Nationale 3 et certains se sélectionnent aux Championnats de France. Les créneaux d'entraînements sont les mêmes que les U18 en slalom.

Les adultes loisirs s'initient, se perfectionnent en eau plate et en eaux vives afin de devenir des experts en rivière ! Ce groupe navigue régulièrement en semaine et propose différentes sorties en rivière et en mer tout au long de l'année et pour tous les niveaux (Chausey, La Cure, St Pierre de Bœuf, la Rouvre, Le Noireau...)

Dragon Ladies

Une pagaie, des bienfaits !







Les séances sont pour toutes les femmes atteintes ou ayant été atteintes du cancer du sein, sans condition d'âge ni de niveau sportif. Les adhérentes peuvent être en cours de soin ou en rémission. Les seules conditions sont d'obtenir l'accord de leur médecin référent pour la pratique du Dragon-Boat, et de savoir nager. Les séances se déroulent à Pont d'Ouille ou à Caen.



Les formations :

- **Les pagaies couleurs** : Au cours de l'année, des sessions de pagaies couleurs sont proposées. Ces sessions permettent de déterminer le niveau des pratiquants en eau calme et en eaux vive.
- **Devenir moniteur canoë kayak** : c'est possible ! La formation d'Aspirant Moniteur Fédéral Pagaie Couleur est le premier diplôme d'encadrement avant de s'engager sur la formation de Moniteur Fédéral de Canoë Kayak (ce qui permet, couplé avec un CQP de travailler contre rémunération de façon saisonnière). Première grande étape avant de se lancer sur le BPJEPS...
- **Formation d'Arbitres** de Kayak Polo (Régional et National) ainsi que des Juges de Portes de Slalom (Régional et National) : pour pratiquer en compétition, nous avons besoin des officiels.
- Pleins d'autres formations s'ouvrent à vous (via les comités départementaux et régionaux et la FFCK)

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Créneaux susceptibles d'évoluer en fonction de la fréquentation	16h-18h Section sportive Sport co/Muscu U18 CORINNE	14h-16h Groupes initiation et perfectionnement YANN / MANU	16h-18h Section Sportive U18 Kayak-Polo WILLEM	à la demande 16h45-18h00 U18/Séniors Slalom JEAN	9h30-12h30 Séniors H A&B Kayak-Polo FRANÇOIS
	18h30-20h00 Prépa physique U18 JEREMY	14h-16h U15 WILLEM	16h-18h Kayak-Polo U18 WILLEM	20h00- 21h45 Piscine Condé en Normandie Esquimautage Novembre > Avril YANN	10h-12h Loisirs Adultes (débutant) Sept > Juin YANN
	17h45-18h45 U18/Séniors Slalom JEAN	14h30- 17h Dragon Ladies PATRICE		19h-21h U18 / Séniors H&F Kayak-Polo Septembre > Avril FRANÇOIS	14h-16h Groupes initiation et perfectionnement YANN / MANU
	18h30-20h00 Prépa physique U15 BENOIT				13h30-16h30 U18/Séniors F & séniors H C Kayak-Polo FRANÇOIS
	18h30-20h30 Kayak-Polo Séniors H & D FLORIAN				14h00-17h30 U15 WILLEM
					14h-16h Adultes Loisirs Perfectionnement ARNAUD
					14h30-16h30 U18/Séniors Slalom JEAN
					Dimanche
					à la demande Séniors Slalom JEAN

	Groupe U18 Kayak-Polo		Séances Loisirs		Séances Slalom
	Groupe U15		Séances Kayak-Polo mixtes		Séances initiation/perfectionnement

Légende :

Cotisations 2021-2022 :

Du 1er Janvier au 31 Décembre	Licences	Tarifs	Adhésion Pont d'Ouilly Loisirs	Assurance IA Sport+ facultative (1)
Mineurs	1ère adhésion	130€	+ 2€	+ 10,90€
	Renouvellement	100€		
Majeurs	Loisirs	110€	+ 3€	
	Compétition	130€		

Du 1er Septembre au 31 Décembre	Licences (2)	Tarifs	Adhésion Pont d'Ouilly Loisirs	Assurance IA Sport+ facultative (1)
Mineurs	Découverte	40€	+ 2€	+ 10,90€
Majeurs	Découverte	50€	+ 3€	

Du 1er Juillet au 31 Août	Licences	Tarifs	Adhésion Pont d'Ouilly Loisirs	Assurance IA Sport+ facultative (1)
Mineurs	Été : juillet-août	45€	+ 2€	+ 10,90€
Majeurs	Été : juillet-août	65€	+ 3€	

(1) La souscription est facultative, mais le bulletin doit **obligatoirement** être rendu complété. Remise de 20% à partir du 2ème membre au sein d'un même foyer sur la 2ème, 3ème, ... licence. Règlement possible en plusieurs versements.

(2) Attention, la licence découverte ne donne pas accès au tarif «renouvellement» l'année suivante.

À quoi correspond votre cotisation ?

35 à 55€ sont reversés à la FFCK - 2.50 € sont reversés au Comité Régional - 5.50 € sont reversés au Comité Départemental - 1.50€ sont reversés à l'USPF.

Le reste de votre cotisation contribue au bon fonctionnement du club et permet de financer partiellement les actions de celui-ci. Sachez qu'en 2021, les cotisations des adhérents représentaient environ 12% du total des recettes, la majorité des ressources provenant avant tout du service de location mais aussi des subventions.

Avec votre Licence vous vous engagez à :

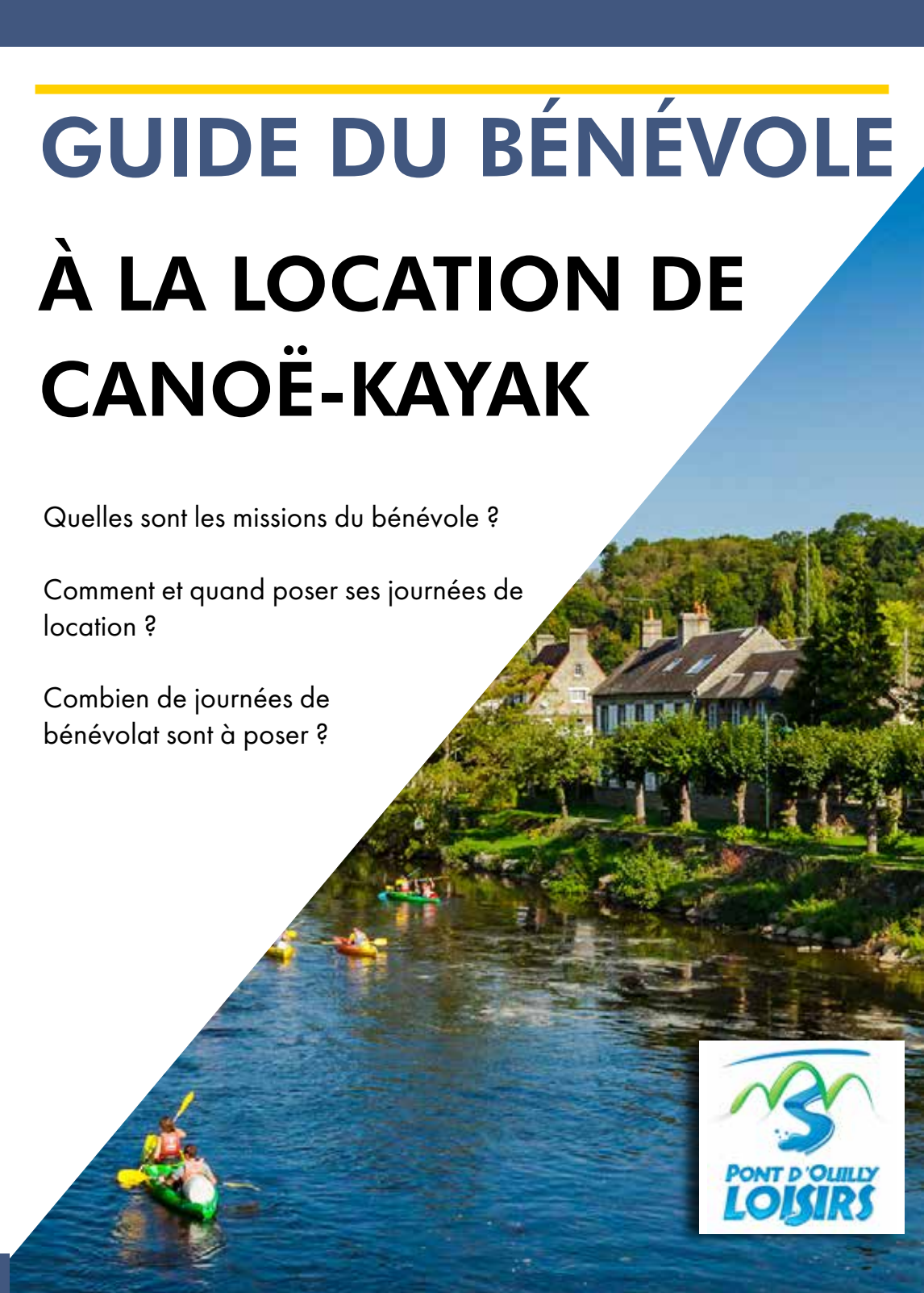
- acquitter une cotisation annuelle fixée en Assemblée Générale ;
- effectuer des journées de bénévolat au service de la location de canoë-kayak (défini par le Conseil d'Administration) ;
- respecter le règlement intérieur (conditions de navigation, utilisation des locaux, du matériel, ...)
- participer aux actions organisées par le club (nettoyage des rivières, sélectif de slalom, ...) selon les compétences et la disponibilité de chacun ;
- à joindre votre chèque de caution pour les journées de location (Cf guide du bénévole).

GUIDE DU BÉNÉVOLE À LA LOCATION DE CANOË-KAYAK

Quelles sont les missions du bénévole ?

Comment et quand poser ses journées de location ?

Combien de journées de bénévolat sont à poser ?



1. POURQUOI DOIS-JE FAIRE DES JOURNÉES DE BÉNÉVOLAT ?

En prenant sa licence, chaque adhérent s'engage à effectuer des journées de bénévolat au service de location de canoës de mai à septembre.

Grâce à l'implication des adhérents de la section CK, cela permet à POL de reverser chaque année une « aide » de 13 000 € directement à la section CK, soit près de 18 % des ressources de la section !

Pour faire simple, sans ce fonctionnement, il faudrait multiplier par deux le prix de chaque licence. Avec ces recettes, la section CK peut par exemple organiser des stages ou prendre en charge certains coûts pour des adhérents.

En fin de saison, si l'on constate un nombre de journées de bénévolat plus important que prévu, POL pourrait augmenter son aide destinée à la section CK.

2. INSCRIRE SES JOURNÉES DE LOCATION

● Dans un premier temps, vous recevrez sur votre adresse mail le lien google sheet pour vous inscrire.

● Les journées de location sont à poser entre mai et septembre dont deux obligatoirement en juillet août pour les compétiteurs.

● Il est obligatoire d'inscrire votre nom sur une des cases correspondantes à votre groupe (chauffeurs, U15/U18, école de pagaie).

● S'il n'y a plus de cases libres pour votre groupe, changez de jour ! Merci de ne pas prendre les cases des autres, ni d'inscrire un deuxième nom sur la même ligne...

DÉLAI :

Vous avez jusqu'au 30 avril de chaque année pour poser vos jours de location. Après cette date, vous devrez contacter la personne chargée de l'accueil de la base de loisirs pour vous inscrire ou demander un changement. Si le délai n'est pas respecté, le salarié référent de la section CK pourra vous refuser l'accès au club.

3. COMBIEN DE JOURNÉES DOIS-JE FAIRE ?

Le nombre de journées de location dépend du groupe auquel vous appartenez :

- Mineur loisirs (école de pagaie) = **2 JOURNÉES**
- Mineur compétition (U15/U18) = **4 JOURNÉES**
- Majeur loisirs = **2 JOURNÉES**
- Majeur compétition = **4 JOURNÉES**

4. MISSION DU BÉNÉVOLE

ÉCOLE DE PAGAIE	U15-U18	ADULTES
<p>Forte affluence</p> <ul style="list-style-type: none"> - Distribution du petit matériel. - Rangement du petit matériel - Explication des parcours (accompagné par un adulte) - Attention pas de mise à l'eau des clients 	<p>Forte affluence</p> <ul style="list-style-type: none"> - Prise en charge des clients - Distribution du matériel - Explication des parcours - Mise à l'eau - Rangement du matériel - Possibilité de rendre les consignes sur demande de la personne responsable à l'accueil 	<p>Forte affluence</p> <ul style="list-style-type: none"> - Prise en charge des clients - Distribution du matériel - Explication des parcours - Mise à l'eau - Rangement du matériel - Navettes
<p>Faible affluence</p> <p>1) Actions LOC</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rangement du local pagaies et local gilets - Nettoyage des pontons <p>2) Actions CLUB</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rangement local réparation. - Rangement et nettoyage vestiaires club <p>3) Actions POL</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rangement et nettoyage du foyer - Nettoyage des bus 	<p>Faible affluence</p> <p>1) Actions LOC</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rangement du local pagaies et local gilets - Nettoyage des pontons - Réparation des bateaux de location avec les salariés <p>2) Actions CLUB</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rangement local réparation. - Rangement et nettoyage vestiaires club - Réparation matériel club <p>3) Action POL</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rangement et nettoyage du foyer - Nettoyage des bus - Montage POL (marabout par exemple) 	<p>Faible affluence</p> <p>1) Actions LOC</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rangement du local pagaies et local gilets - Nettoyage des pontons - Réparation des bateaux de location avec les salariés - Formation conduite bus avec remorque <p>2) Actions CLUB</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rangement local réparation. - Rangement et nettoyage vestiaires club - Réparation matériel club <p>3) Action POL</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rangement et nettoyage du foyer - Nettoyage des bus - Montage POL (marabout par exemple)

5. HORAIRES D'UNE JOURNÉE DE BÉNÉVOLAT

En règle générale, la journée de bénévolat au service de location de canoë-kayak commence à **9h et se termine à 18h-18h30 (journée faible affluence) ou 19h-19h30 (forte affluence)**. Possibilité pour les parents d'accompagner leurs enfants pendant les journées de location

En cas de faible affluence, le responsable de l'accueil peut demander aux bénévoles de commencer en fin de matinée. À l'inverse, lors de forte affluence, le responsable de l'accueil se réserve le droit de demander aux bénévoles de commencer leur journée un peu plus tôt (8h30-8h45).

Pour les mineurs non accompagnés et en cas de forte affluence, la journée de location peut se terminer à 19h. Sur les grosses journées, l'équipe salariée doit au maximum essayer de faire commencer les enfants (école de pagaie) plus tard que les adultes (fin de matinée, début d'après-midi).

A noter que les salariés seront toujours privilégiés pour débiter et clôturer la journée. Cependant, il semble important de comprendre que si un bénévole, engagé sur une journée, décide de partir au cours de cette dernière, il mettra dans l'embarras l'organisation et pénalisera en même temps les autres bénévoles, les salariés et les clients.

6. QUE SE PASSE T-IL SI JE NE FAIS PAS MES JOURNÉES DE LOCATION ?

ECOLE DE PAGAIE	U15-U18	ADULTES
15 jours sans entraînement par journée de location manquante	Caution de 60 € pour l'ensemble des journées de location	Caution de 100 € pour l'ensemble des journées de location

Les cautions seront à remettre en même temps que la licence en janvier.

Chaque chèque sera rendu par la personne responsable à l'accueil après la réalisation de toutes les journées de location.

Il semble important de préciser que cette caution est mise en place par souci d'équité entre tous les adhérents concernant l'implication au service de location de canoë-kayak.

Renseignements complémentaires :

Bureau :

Président : Anne MEYER / Vice-Président : Nadège GUYOMARC'H / Secrétaire : Julien COURTEILLE / Trésorier : Tristan ROBIN

Salariés :

Yann PAPELEU / Manu BOUTROIS / Willem POLLET

Pont d'Ouilly Loisirs - 11 Rue du Stade René Vallée - 14690 PONT D'OUILLY

02.31.69.86.02 / 06.26.25.17.59 / ck@pontdouilly-loisirs.com

<https://animation-locale.pontdouilly-loisirs.com/fr/>

