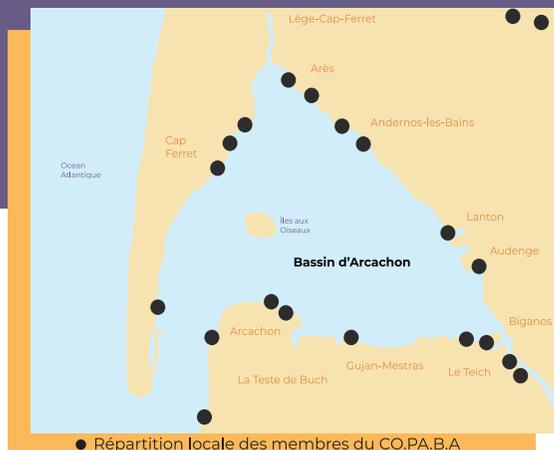




Pour approcher le cœur du bassin, l'île aux oiseaux ou naviguer en direction des bancs, n'hésitez pas à sortir accompagnés :  
Rapprochez-vous d'un club, d'un groupe de pratiquants ou d'un professionnel pour profiter d'un enseignement de qualité.

## VOUS N'ÊTES PAS SEUL(S) !



## 5 NAVIGUEZ AVEC RESPECT

En mer comme sur terre, les déchets et les substances polluantes peuvent nuire à la vie de nombreuses espèces, y compris l'être humain.

### Adoptez les bonnes pratiques !

- Rapportez tous vos déchets
- Naviguez à distance des espèces protégées
- Ne prélevez rien, sauf quelques images
- Restez discret et courtois

### Adaptez vos parcours selon les réglementations !

- Vous naviguez dans un parc naturel marin
- Ne pénétrez pas dans les zones de protection
- Respectez les chenaux et zones de baignades

# Collectif des Pagayeurs du Bassin d'Arcachon

Vous souhaitez mieux nous connaître ou nous rejoindre ? **Contactez-nous !**

Amateurs et professionnels de leur pratique sportive en pleine nature, **les pagayeurs du Bassin** naviguent avec respect sur les espaces qu'ils fréquentent. Ils sont soucieux de la sécurité de chacun et attentifs à l'évolution de la fréquentation.

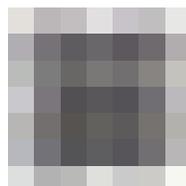
**“Notre force humaine est aussi notre mode de déplacement.”**

**+ 700  
adhérents**

**+ 2 000  
sorties / an**



Réalisation [www.agence1400.fr](http://www.agence1400.fr) - Édition 2021



SCANNEZ MOI

**Phone**  
Lionel Lacaze  
+33 (0)6 11 92 05 83

Nathaniel Le Merdy  
+33 (0)6 72 76 34 58

Marie Duval  
+33 (0)6 12 48 83 68

**@ E-Mail**  
[contact@pagayeurs-du-bassin.fr](mailto:contact@pagayeurs-du-bassin.fr)

**Web**  
[www.pagayeurs-du-bassin.fr](http://www.pagayeurs-du-bassin.fr)



## VOTRE GUIDE D'INFORMATION

### POUR VOTRE SÉCURITÉ & NOTRE MILIEU MARIN

Vous envisagez de naviguer en Kayak ou en Stand-up Paddle ?

Vous souhaitez pagayer sur la mer et découvrir le Bassin d'Arcachon ?  
Ce guide est fait pour vous !

[www.pagayeurs-du-bassin.fr](http://www.pagayeurs-du-bassin.fr)

# 1 CHOISIR SON EMBARCATION :

Toutes mues à la pagaie, elles ont des caractéristiques différentes. Ne vous trompez pas...

Kayak de mer  
(ponté)



Kayak sur mer  
(sit on top ouvert)



Stand Up Paddle  
(SUP)



Pirogue / Va'a



Surfski



> Si vous débutez, prenez un bateau stable et une pagaie adaptée ! **Demandez conseil !**

> Ces embarcations se déplacent à la seule force humaine :

**Soyez en forme !**

> Discrètes et de petites tailles, elles exigent de **ne jamais partir seul !** Par prudence, la navigation s'effectue au moins à 3 personnes.

> Attention: le niveau d'équipement de ces embarcations détermine leur **éloignement réglementaire** du rivage.

**Renseignez-vous !**

# 2 BIEN VOUS ÉQUIPER

## Un gilet de sécurité, indispensable

Homologué (marquage CE ISO/EN), adapté au pagayage et à votre morphologie et votre taille.



## Des vêtements adaptés pour vous protéger

Du froid à la pause et en cas d'immersion dans l'eau, et aussi du soleil et du vent !

Petits néoprènes et coupe-vents bienvenus. Évitez les tissus provoquant des frottements Portez toujours des chaussures. Pensez à prendre un change avec vous dans un sac !

## SUP : leash adapté + gilet ou combinaison

## Savoir nager est obligatoire !



L'équipement du pagayeur participe à sa sécurité, d'autres éléments y sont exclusivement dédiés. Ils servent à faciliter la survie, puis le repérage et votre sauvetage si vous vous retrouvez dans une situation critique.

### Avant de partir, je vérifie :

- Mon matériel
- Les marées
- La météo
- Mon parcours
- Les zonages
- Ma forme
- Mes contacts
- Mon « plan B » et mes équipiers !

**VOTRE SÉCURITÉ**

Téléphone (dans une housse étanche) ou VHF recommandé !  
Réglementation à connaître : division 240 et 245.

# 3 ZONES DE NAVIGATION

Le Bassin d'Arcachon est un espace maritime. Ne sous-estimez pas les conditions de navigation en mer !

**300 mètres**    **< 2 milles d'un abri**    **2 à 6 milles d'un abri**    **> 6 milles d'un abri**

Numéro d'urgence pour les secours en mer : **196** depuis un mobile et **canal 16** depuis une VHF

Engin de plage Si encadré par cadre qualifié

Embarcations autorisées

Navire avec numéro d'identification (auto vateur ou bateau jupé) **SUP interdits**

**Navigation non autorisée**

**Équipement recommandé**  
Gilet et/ou le leash pour le SUP



**Embarcations autorisées**

- < 3,50m
- Condition de flotabilité
- Dispositif permettant de rester en contact
- Dispositif permettant de remonter
- Catage solidaire de la coque
- Un bout de remorquage

**Les basiques obligatoires :**



Dispositif lumineux

**Équipements obligatoires côtier**



Carte marine



RIPAM



VHF



Compas magnétique



3 feux rouges à mains