



## LA MISE A L'EAU (EMBARQUEMENT) ET LE DEBARQUEMENT AU CNPRS

Nos embarcations sont performantes mais fragiles. Voici un texte sur une technique permettant de limiter la détérioration de ce matériel à l'embarquement et au débarquement au club. Ce texte est accompagné d'une vidéo visible sur [\(en cours de réalisation\)](#)

**On ne se sert jamais de la ligne de vie pour ces manœuvres**

### L'EMBARQUEMENT :

- Le kayak est porté par l'hiloire l'avant vers la droite, il est présenté parallèlement au quai.
- L'avant du kayak est placé dans l'eau après avoir été éventuellement posé sur le tube d'embarquement pour l'y faire glisser, il est alors pratiquement à la verticale et proche du bord de façon à transférer son poids à la surface de l'eau et rendre la manipulation suivante plus facile.
- Toujours maintenu par la main droite à l'hiloire, la main gauche passe sous le bateau perpendiculairement (bras gauche en berceau).
- En contrôlant le mouvement avec la main droite on fait glisser le bateau dans ses bras jusqu'à la poupe où l'on peut saisir la poignée de bosse avec la main droite.
- Tourné vers l'arrière du bateau on peut alors poser le pied droit sur la poutre et déposer le kayak dans l'eau en s'équilibrant avec la main gauche posée sur le quai
- On se retourne sur la poutre pour se placer dans le même sens que le kayak et on avance sur la poutre pour saisir de la main gauche la barre de fer. On fait remonter sa jupe de la main droite.
- On place son pied gauche au centre et à l'avant du siège dans l'hiloire.
- La main gauche reste solidaire de la barre pendant que la main droite se pose sur la poutre et que les jambes glissent dans le trou d'homme. On garde un contact avec le quai tant qu'on est pas assis sur son siège avec les pieds sur les cales pieds
- On évite alors les mouvements du buste qui reste droit et on place sa jupe en commençant par l'arrière jusqu'à la hauteur des hanches puis sur l'avant jusqu'à la poignée de dégagement qui doit être à l'extérieur (pour le public débrouillé le jupage s'effectue plus loin)