



LES ACTIVITES Janvier à Avril 2023

Accéder au forum →



CANOE



FAMILLE



FREESTYLE



HANDI



KAYAK DE MER



KAYAK



KAYAK-POLO



PAGAIES
COULEURS



RAFT



RANDO



RIVIÈRE SPORTIVE



STAND UP PADDLE



WAVESKI SURFING

Niveau des sorties



★ Accessible aux débutants

★★ Sortie nécessitant une certaine endurance. Les températures peuvent être basses.

★★★ Niveau technique pagaie verte dans le milieu concerné *

★★★★ Niveau technique pagaie bleue dans le milieu concerné *

* se référer au système de progression pagaie couleur ou se rapprocher des monitrices/teurs

PARTICIPATION ACTIVE DE CHACUN A L'ENTRETIEN DU MATERIEL et AU FONCTIONNEMENT BENEVOLE DU CLUB

- ↪ Le prêt du matériel est réalisé à titre gratuit,
un coup de pagaie de chacun est indispensable à son entretien.
- ↪ L'encadrement est bénévole,
un coup de pagaie de chacun est nécessaire au bon déroulement des sorties.



J A N V I E R

| | | | | |
|------------|-----------------------------------|--------|------------------------|------------------------|
| Di 08/01 | Pagaie fit + course d'orientation | ★ | Elise Manu Sylvaine | Ile de loisirs |
| Ma 10/1 | Réunion bureau | bureau | | St Ex |
| Sa 14/1 | Rallye pédestre | ★ | Sylvaine | Vallée de Chevreuse |
| Sa14-15/01 | Nuit du kayak polo | | | |
| Di 22/1 | Sortie VTT | ★ | Christophe H | Rambouillet |
| Sa 28/1 | Soirée club | | Hélène | Trappes |
| Di 29/1 | Journée sécu mer piscine | ★ | | St Maur |

F E V R I E R


| | | | | |
|----------------|---|---|--------------|----------------------|
| Sa 4/2 | Sortie Seine la bouille vers Yville sur en Kmer | ★ | Georges | Seine (Normandie) |
| Lu 6/2 | Comité directeur Réunion calendrier | | Stéphan/Manu | St Ex |
| Sa 11 matin | Sortie ornitho sur l'étang de SQY | ★ | Sylvaine | Ile de loisirs |
| Sa 18/2 | Sortie rivière classe I-II Epte | ★ | Marco | Epte (Normandie) |
| Di 26/2 | Séance préparation étang | | Georges | Ile de loisirs |

M A R S

| | | | | |
|--------------------|---|--------|------------|---------|
| Sa 4/3 | Sortie rivière Sarthe | ★ | Manu | Sarthe |
| Di 5/3 | Reprise étang | | Manu | Trappes |
| Jeu 9/3 | Réunion bureau | bureau | Stéphan | |
| Di 12/3 | Journée hypothermie CRIFCK Kmer | | Christophe | Cergy |
| Lu 13/3 | AG CDCK78 | CD | | Meulan |
| Sa 18/3 ou 25/3 | Sortie stade eaux vives Corbeil ou Chelles ? | ★ | Stéphan | Corbeil |
| Di 26/3 | 1 ^{ère} journée championnat régional Kpolo | | Stéphan | Orsay |

A V R I L

| | | | | |
|-----------------------|-------------------------------|---|------------------|-----------------|
| Sa 1/04 | Rassemblement commission kmer | ★ | CRIFCK | Créteil |
| Sa 1-Di2/4 | Week end mer bivouac | ★★ | Sylvaine Olivier | St Malo Ebihens |
| Ma4/4 | Comité directeur | CD | | |
| Di 9-Lu10 (Pâques) | Sortie eaux vives |  | Stéphane | |

| | | | | |
|------------------|---|---|--------|---------|
| Di 16/4 | 2 ^{ème} journée championnat régional Kpolo | | | |
| Sa15 ou Di16/4 | Sortie rivière artificielle Vaires P2 | | CD78 | Vaires |
| Di 16 au Sa 22/4 | Stage kmer |  | CRIFCK | Crozon |
| Di 23-Ve 28/04 | Semaine de stage eaux-vives sur la Vézère | ★★ | Flo | Uzerche |

V O S C O N T A C T S

Président : stephan@cktrappes.org
Trésorier : christian@cktrappes.org
Licence : sylvaine@cktrappes.org

Adresse de contact
contact@cktrappes.org – 06.81.38.29.41

Sorties proposées par le Comité Régional d'Ile de France de Canoë-Kayak

Le CRIFCK propose régulièrement des animations loisirs en eau calme, en eau vive et en mer, des formations, ... N'hésitez pas à en profiter sous réserve de respecter les consignes ci-dessous :

- Elles ne doivent pas gêner les sorties organisées par le CKTSQY
- Elles sont soumises à l'aval des responsables d'activités
- Sauf exception, les participants doivent être autonomes
- Les inscriptions sont à réaliser via le responsable d'activité
- Sauf exception, il n'y a pas de subvention du CKTSQY

Pour en savoir plus : <http://www.kayak-iledefrance.fr/> puis rubrique « Loisirs » (<https://kayak-iledefrance.fr/category/loisir/>) ou « Calendrier » (<https://kayak-iledefrance.fr/evenements/>).

Quelques sorties (liste non exhaustive, le calendrier 2023 est en construction) :

- 22/1 : boucle de la Marne « la Jacques Debusne »
- 12/3 : journée formation hypothermie
- 1/04 : rassemblement k mer
- 16/4-22/4 Stage mer Crozon

C O M M U N I C A T I O N

Les sorties : rdv au local matériel - Stade Chansac - Rue Eugène Delacroix à Trappes.

*Le **prix** est mentionné à titre indicatif. Il inclut le transport, l'hébergement et les repas.

Il est calculé sur la base d'un remplissage de 9 personnes pour un camion et de 5 personnes pour une voiture.

R1 et cadres diplômés bénéficient de 20 % de réduction (hors sorties IDF à 5€).

Les moins de 20 ans bénéficient de 50% de réduction (hors sorties IDF à 5€).

Conformément à notre règlement intérieur, en cas de **désistement tardif**** non justifié médicalement (certificat), une quote-part de 50% du prix de la sortie reste due au club.

** 3 jours si sortie d'1/2 journée ; 1 semaine si sortie d'1 journée ; 2 semaines si we 2 jours ; 3 semaines si we 3 jours ; etc...

Les sorties sont soumises aux **aléas climatiques** et sont susceptibles d'être annulées.

Ile de loisirs - Etang de SQY : dimanche de 9h45 à 12h15. Au hangar au centre de voile après l'accrobranche Soumis à la présence d'un-e cadre et suivant météo → voir forum...www.cktrappes.org

Ecole Pagaie (mercredi hors vacances scolaires) : rdv 14h au hangar au centre de voile après l'accrobranche.

Activité de 14h15 à 16h. Navigation : étang SQY

Soumis à la présence d'un-e cadre et suivant météo → voir forum...www.cktrappes.org

Piscine de Trappes (mercredi hors vacances scolaires) : Jeunes de 20h à 21h. Adultes de 21h à 22h.

Kayak-polo : vendredi de 20h15 à 22h00 (piscine) et le dimanche de 9h00 à 12h30 (Rdv à Chansac)

A D H E S I O N S

| Tarifs Adhésions 2023 (12 mois) | -20 ans | + 20 ans | Famille + de 20 ans |
|---------------------------------|---------|----------|---------------------|
| Habitant SQY | 60 € | 105 € | 75 € |
| Hors SQY | 95 € | 120 € | 90 € |

Vous hésitez ? Une adhésion sur 3 mois est maintenant possible (extensible à 1 an ultérieurement)

| Tarifs Adhésions 3 mois | -20 ans | + 20 ans | Famille + de 20 ans |
|-------------------------|---------|----------|---------------------|
| Habitant SQY | 20 | 40 | 35 |
| Hors SQY | 35 | 50 | 45 |

Concernant le **certificat médical**, il n'est plus obligatoire pour les renouvellements d'adhésion sans discontinuité de licence. Pour une pratique de type Loisir, chaque année, le licencié devra remplir un questionnaire de santé et une attestation (modèle disponible avec le bulletin adhésion). Si l'adhérent ou son représentant légal répond « non » à toutes les questions alors la présentation d'un nouveau certificat médical ne sera pas nécessaire. S'il répond « oui » à au moins une question alors le licencié devra présenter un nouveau certificat médical datant de moins d'un an. Dans le cas d'une interruption de licence, l'adhérent doit fournir un certificat médical. Pour une pratique de type Compétition un nouveau certificat médical de moins d'un an doit être fourni tous les trois ans.