

A Trappes

Maison des associations
4 allée A. de Saint-Exupéry

Chaque mois

Les membres du bureau ou du comité directeur se réunissent pour le suivi des projets, des subventions...

Chaque compte-rendu de réunion vous est envoyé par courriel.

Trimestriellement

Une réunion est ouverte à tous les adhérents pour que chacun puisse participer activement à la vie du club. En particulier à la préparation du programme en proposant des sorties pour une journée ou un week-end.

Stéphan BOUGEARD - 06 47 95 63 37
stephan@cktrappes.org - **Président**

Stéphane DABLIN - 06 81 38 29 41
stephane@cktrappes.org - **Vice-Président**

Christian DESNOYERS - 06 88 11 07 95
christian@cktrappes.org - **Trésorier**

Georges F. - 06 03 15 17 97
georges@cktrappes.org - **Trésorier adjoint**

Sylvaine BATAILLE - 06 81 38 74 28
sylvaine@cktrappes.org - **Secrétaire**

Florence GORET - 06 98 77 67 10
florence@cktrappes.org - **Secrétaire adjointe**

Un fonctionnement entièrement basé sur le bénévolat pour des sorties à prix modique. Toutes les séances sont encadrées par des cadres bénévoles.

Un coup de pagaie de chacun est nécessaire à leur bon déroulement. Le matériel est prêté gratuitement. Un coup de pagaie de chacun est indispensable à son entretien récurrent.



CANOË-KAYAK TRAPPES
ST-QUENTIN-EN-YVELINES

4 Allée Saint Exupéry – 78190 TRAPPES

Vous venez de prendre votre adhésion au **club de Canoë Kayak de Trappes Saint-Quentin-en Yvelines**. Brav'eu, on se met à l'eau !

Vous allez pratiquer une activité nautique variée : canoë, kayak, gonflable (raft, hot-dog), nage en eau vive ; en eau calme, en rivière ou en mer.

Nous proposons également une discipline qui permet d'évoluer en compétition : le kayak-polo.

Inscrivez-vous sur le forum internet pour suivre l'actualité du club ...

[http:// www.cktrappes.org](http://www.cktrappes.org)



Piscine de Trappes

Piscine Jacques Monquaut, rue Léo Lagrange.

Le mercredi (hors vacances scolaires)

- « Jeunes » de **20h00 à 21h00**
- « Adultes » de **21h00 à 22h00**

La pratique du kayak dans un milieu « tropical » pour découvrir les manœuvres élémentaires et se perfectionner aux techniques d'esquimautage.

Le vendredi (hors vacances scolaires)

- Kayak-polo de **20h15 à 22h00**

La pratique du kayak dans le cadre d'un sport collectif, un entraînement loisirs ou en vue de rencontres régionales.

Le matériel

Maillot de bain obligatoire (caleçon interdit). Le matériel spécifique au kayak vous est prêté.

Base de loisirs de Saint-Quentin-en-Yvelines

A l'entrée de la base (Place de la paix céleste à Montigny-le-Bretonneux N 48° 47' 24.785'', E 2° 2' 7.246''), donnez votre nom et celui du club pour y accéder gratuitement aux heures d'entraînement. Suivre le fléchage **centre de voile** puis stationner sur le parking en face de la grille d'entrée. Rdv au niveau des **vestiaires du centre nautique**.

En eau calme, vous allez découvrir l'art de la pagaie et des techniques élémentaires, vous pouvez également pratiquer le kayak version « fitness », le kayak-polo, le canoë.

Avant de vous déplacer, vérifiez sur le forum qu'un-e cadre sera bien présent-e.

Le mercredi après midi

- De **14h00 à 16h15**. **École de pagaie pour les jeunes**. Navigation en autonomie (pagaie verte minimum) pour les adultes.

Le dimanche matin

- de **9h45 à 12h15**, séances jeunes et adultes sont proposées.

Le matériel

Le matériel et les équipements de navigation sont prêtés : gilet, jupe, pagaie, kayak ou canoë. Prévoyez une tenue adaptée à la navigation : combinaison néoprène, top nautique lycra, k-way selon la météo, et chaussons nautiques ou de vieilles chaussures (obligatoire).

Stade Chanzac à Trappes

A l'angle des rues Eugène Delacroix et de Montfort, 48°46'56.1"N, 1°59'33.0"E, juste derrière les grandes portes métalliques du parking du stade.

Kayak-polo (Dimanche)

- De **9h00 à 12h30**. Entraînement sur l'étang.

Les sorties

Le programme est édité chaque trimestre ; Il est disponible sur le site internet.

Inscriptions aux sorties

Pour participer à une sortie, inscrivez-vous :

- via le forum, rubrique « **adhérents** ». Les « topics » sont créés au fil de l'eau.
- auprès du « R1 », responsable de la sortie (ses coordonnées sont sur le programme)

Prévoir une participation financière (transport, repas, hébergement).

Si vous souhaitez plus d'informations : matériel à prévoir (kayak, camping, pique-nique), horaire de départ/retour, organisation : posez votre question sur le forum, contactez le « R1 » ou informez-vous auprès des autres adhérents.

