

TESTS TECHNIQUES

BP Activités du canoë kayak et disciplines associées en eau vive

Epreuves de sécurité	Mise en oeuvre	Critères de réussite
Traverser un nageur d'une berge à l'autre en kayak	Le(la) candidat(e) traverse, d'un contre-courant à un autre, un nageur allongé sur le pont de son kayak, en utilisant les mouvements d'eau. La distance amont/aval pour la réalisation de la traversée permet au candidat d'utiliser une deuxième vague s'il/elle n'arrivait à se maintenir dans la première	Traversée en amont d'un repère éliminatoire
Esquimauter par tour complet	Le(la) candidat se renverse avec une gîte amont	Réussite de l'esquimautage en un seul essai
Nager en eau vive	Sans embarcation, le(la) candidat(e) descend un rapide, s'arrête dans un contre-courant puis traverse une veine d'eau	Arrêt dans les zones identifiées
Nager et récupérer son matériel	Le(la) candidat(e) se renverse dans une zone identifiée, sort de son embarcation et retourne au bord avec tout son matériel	Retour au bord avant une limite éliminatoire
Epreuves de navigation	Mise en oeuvre	Critères de réussite
Suivre une trajectoire imposée pour franchir un rapide	La trajectoire est définie par des obstacles à contourner, des arrêts identifiés à réaliser. Les portes de slalom peuvent servir à cette identification du parcours. Le parcours comportera au minimum : - la descente d'un seuil, - un arrêt rapide après la rupture de pente, - une traversée de courant et arrêt sur l'autre berge, - une reprise de courant longue et deux décalages dans la largeur de la rivière (3 portes de slalom) Si le tronçon de rivière le permet par l'enchaînement d'un 2ème rapide, cette trajectoire sera reproduite symétriquement (si le 1er arrêt après le 1er seuil est à droite, arrêt après le 2ème seuil il est à gauche)	Respect du parcours imposé Maîtrise de la gîte et de l'assiette du bateau (pas de déséquilibre) Maîtrise de la direction (trajectoire fluide, pas de boussole)
Réaliser des bacs arrière	Descendre une veine d'eau et s'arrêter à gauche et à droite en bac arrière	Respect du parcours en conservant toujours la pointe avant à l'aval
Aisance en eau-vive	Mise en place de 3 situations : -surf dans une vague -se faire retenir dans un rouleau et en sortir -s'arrêter dans un contre ne laissant la place qu'à une seule embarcation	Réalisation des situations Maîtrise de la gîte et de l'assiette du bateau sans vitesse de déplacement (pas de déséquilibre) Maîtrise de la précision du placement du bateau et des coups de pagaie