



## « Pastille bleue »

### 1. Définition

Statut d'un-e membre l'autorisant à utiliser des bateaux fins signalés par une pastille bleue et lui permettant d'encadrer une sortie régulière.

### 2. Critères requis pour les candidats-es

- 2.1. Etre membre du CAV depuis au moins deux saisons, à l'exception des rameurs-euses formé-e-s dans d'autres clubs ou ex-compétiteurs-trices qui pourront effectuer la « pastille bleue » la session qui suit leur admission au CAV.
- 2.3. Avoir ramé minimum 200 km l'année précédant la candidature.
- 2.4. Avoir participé à au moins cinq sorties régulières l'année précédant la candidature.
- 2.5. Etre en mesure d'embarquer et de débarquer d'un bateau avec aisance.

### 3. Objectif à atteindre

- 3.1. Connaître le club, ses structures, son fonctionnement, son règlement ainsi que ses principaux responsables et animateurs.
- 3.2. Connaître le matériel, son entretien et la procédure à suivre en cas de problèmes.
- 3.3. Etre en mesure d'effectuer une sortie en bateau fin en toute sécurité, de sa sortie du hangar jusqu'à son rangement au retour, avec un mouvement efficace et correct.
- 3.4. Etre capable de diriger une sortie avec un 4 sans barreur et une yolette barrée :
  - Diriger l'équipage pour la sortie, le transport, la mise à l'eau et le rangement du bateau
  - Mener le bateau et l'équipage sur l'eau en étant à la nage (rythme et mouvement).

### 4. Déroulement de la formation

- 4.1. Le programme de formation est réparti sur la période allant de mai à mi-septembre et doit permettre aux candidats-tes « pastille bleue » de progresser de manière continue.
- 4.2. Le calendrier des séances, d'un total d'environ 10 heures, est envoyé aux candidats-tes dans le courant du mois de mai.
- 4.3. Pour parfaire leur préparation, les candidats-tes peuvent faire appel à une liste d'instructeurs-trices et/ou s'inscrire aux cours de perfectionnement organisés par le club.

### 5. Programme de formation

- 5.1. Connaissances techniques
  - a) Manœuvres d'un skiff fin et d'un 4 sans barreur :
    - Portage, vérification et mise à l'eau du bateau
    - Embarquement / débarquement
    - Slalom en dénageant
    - Rotation sur place dans les deux sens (synchronisation)
    - Appontage
  - b) Exercices de chavirage/sauvetage en skiff fin en présence d'un instructeur
  - c) Entraînements sur bateaux « pastilles bleues » :
    - Cinq sorties en double-skiff fin avec un-e moniteur-trice
    - Cinq sorties en skiff fin accompagnées d'un instructeur(-trice) (en skiff ou bateau moteur)
    - Cinq sorties à la nage sur un 4 sans barreur ou une yolette.
  - d) Lexique des manœuvres et termes techniques

## 5.2. Connaissances du matériel

- a) Lexique du matériel
- b) Entretien, manutention, rangement
- c) Comportement à adopter en cas de dommages et réparations

## 5.3. Connaissances en sécurité

- a) Règles de navigation, distances de sécurité, inscription au livre de bord électronique (EFA)
- b) Météo (vents, vagues, feux)
- c) Connaissance du lac et des points de mise à l'abri ainsi que la manière d'y laisser les bateaux
- d) Recommandations en cas de chavirage, en skiff comme en équipe
- e) Informations à transmettre en cas de problème

## 6. **Déroulement de l'examen**

- a) Durée : une demi-journée.
- b) Lieu : CAV
- c) Revue des règles de sécurité
- d) Discussion avec les membres du comité d'examen sur les points de contrôle : matériel, météo, mouvement, fonctionnement du club, etc.
- e) Révision des points clés du matériel et de son entretien
- f) Sortie et mise à l'eau d'un skiff, double skiff et 4 sans barreur avec les autres candidats depuis les chevalets
- g) Exercices devant le club et navettes entre le club et la maison « Le Corbusier » en skiff et en 4 sans barreur en présence des experts sur les bateaux ou sur le canot moteur

## 7. **Attentes du CAV envers une « pastille bleue » confirmée**

Le club attend d'un-e rameur-euse « pastille bleue » qu'il-elle participe :

- a) A au moins trois sorties régulières par année dans le but d'équilibrer les équipages des bateaux fins
- b) A l'organisation d'au moins deux sorties régulières par année dans le but de se familiariser avec l'encadrement d'une sortie et d'en assumer, à moyen terme, la responsabilité.



CAV\_CL\_29.11.2021