



Emulation Nautique du Port des Callonges

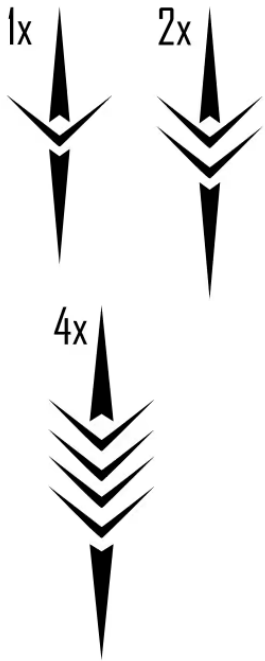


Mot du président: Mai 2026



Bonjour les matelots et matelotes !

Juste un petit mot pour vous tenir au courant de ce qui se passe actuellement au club.



### Équipements et investissements

On va vendre la grande « yolette » jaune en bois, qui n'est pas adaptée à l'estuaire, et, grâce à cet argent, aux subventions et aux cotisations, **nous achèterons un nouveau double de mer** au cours de la saison prochaine.

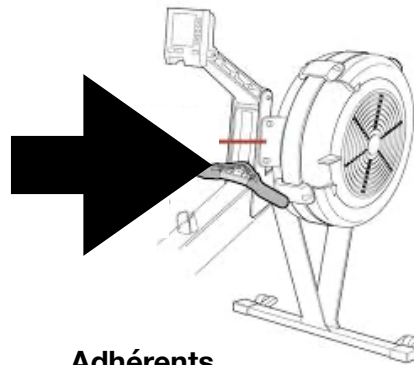
Cela vous permettra de ramer dans un bateau moderne de grande qualité et de découvrir ses sensations !

.....**N'oubliez pas de laisser la poignée ergo près du ventilateur à la fin d'une séance.** Cela permet de relâcher la pression sur le ressort lorsqu'il n'est pas utilisé.



### Formation Initiateur

Après notre formation en novembre, la Fédération a *enfin* pris le temps d'organiser la dernière étape de la formation pour Ingrid, Marie-Luce et moi, ce week-end ! ... (Si vous nous voyez se pavaner ces prochains jours, c'est parce que nous serons fraîchement diplômées 😊)



### Adhérents



Si vous connaissez quelqu'un qui souhaite nous rejoindre, n'hésitez pas à lui communiquer mon numéro de téléphone ou mon adresse e-mail (**danjbrown78@gmail.com**) afin d'organiser une séance d'initiation. Le prix de l'initiation est de 15 € (ce montant comprend les frais d'assurance de la Fédération).

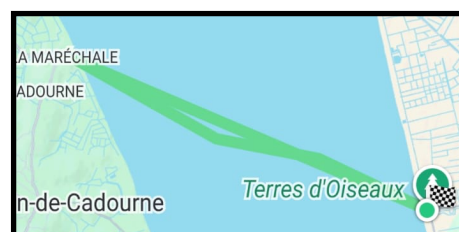


Pour aider à éviter les blessures musculaires et améliorer la souplesse on commence chaque sortie par un **échauffement** de 5 m sur les ergos et 10 m **d'étirements**. Lorsque vous faites les étirements, essayez de maintenir chaque étirement pendant au moins **30 secondes**.

### Nous sommes arrivés à une nouvelle destination ! La MARECHALE.

Après deux tentatives, nous avons réussi à rejoindre ce charmant petit port. C'est plus difficile qu'on ne le croit, car il faut effectuer la traversée à contre-courant. (Il ne faut s'y aventurer que par beau temps, avec un faible coefficient de marée !) La prochaine fois que nous y retournerons, nous goûterons aussi la bière locale dans la petite quinguette...

Malheureusement pour nous, Dominique va nous quitter pour s'installer dans une autre région à la fin de l'été.....mais elle a promis de revenir ramer avec nous de temps en temps. (Apparemment, il n'y a pas beaucoup de clubs d'aviron à la montagne)



## Sécurité !

Je voulais juste vous rappeler quelques consignes de sécurité, notamment parce que **les deux doubles ont actuellement quelques problèmes de fonctionnement.**

Le "double sans nom" présente des dommages au niveau de la coque ; **il ne peut pas être utilisé tant qu'il n'aura pas été réparé.**

L'autre double, « *Aigrette* », a un problème récurrent avec l'une des dames de nage, qui est capricieuse et ne cesse de se desserrer. Tant que ce problème n'aura pas été résolu, *Aigrette ne devrait être mise à l'eau que par temps très calme, avec peu de vent* – et la personne responsable du bateau doit vérifier soigneusement les dames de nage avant la sortie.



**Nouvelle règle :** le double et le skiff doivent être équipés d'une **écope**, car ils ne sont pas entièrement auto-videurs. Si de l'eau pénètre dans les bateaux, ils peuvent devenir lourds. (Et même si ce n'est pas grave, ce n'est ni agréable ni rassurant d'avoir les fesses dans l'eau non plus)

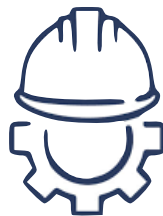
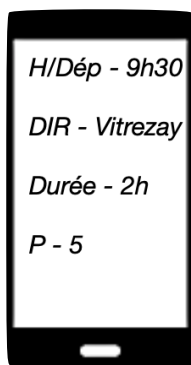
### Avant la sortie:

N'oubliez pas de **noter la vitesse et la direction du vent dans le registre** avant la sortie – cela sert à vous inciter à y réfléchir avant de partir. (Les règles concernant la direction du vent sont affichées sur le mur à côté de la table.)

Il arrive parfois qu'il y ait une différence importante entre les prévisions et la réalité sur l'eau – mais si le temps semble plus calme que prévu, soyez prêt à ce que le vent se lève soudainement.

**Le responsable doit envoyer un SMS** avant la sortie en indiquant la destination et **la durée prévue**. (Il est déjà arrivé que certains messages omettent de préciser la durée!). Si jamais un problème survient sur l'eau, les autres sauront quand vous attendre.

Si vous souhaitez prolonger la sortie au-delà de l'heure prévue, faites simplement une pause et envoyez un autre message avec l'heure révisée – mais **veillez à respecter l'heure de retour aux Callonges, afin qu'il y ait suffisamment d'eau et pas trop de boue !**



N'oubliez pas ! Chaque bateau doit obligatoirement avoir une **personne responsable (PR)** qui doit remplir le **registre des sorties** au **boathouse** (hangar à bateaux) avant chaque sortie.



Je souhaite également que tout le monde apporte **la pochette étanche contenant la lampe de secours, et non sa propre pochette.**

Maintenant que le temps se réchauffe, je vais organiser un autre **exercice de mise à l'eau** pour ceux qui ont manqué le dernier.

C'était très amusant, et vous aurez l'occasion de sauver le pauvre Bob de l'eau. C'est également très utile pour apprendre à manœuvrer le bateau dans de mauvaises conditions.



À bientôt sur l'eau !

Dan