



Nos conditions d'inscription

Ouvert à tous à partir de **16 ans**, les débutants sont les bienvenus.
Un parcours d'initiation leur est dédié : inscription lors des forums des associations de Neuilly sur Marne et Neuilly Plaisance.
Savoir nager 50 m et s'immerger
Certificat médical pour la pratique du canoë-kayak en loisir (ou en compétition)

Nos tarifs

Comprenant la licence et l'assurance de la Fédération Française de Canoë Kayak FFCK
Parcours débutants de 5 séances à la rentrée de Septembre : **40 €**
D'Octobre à Décembre pour les nouveaux débutants : **30 €**
Inscription annuelle de Janvier à décembre (12 mois) : **110 € (120 € si Compétition)**

Matériel

Tout notre matériel est à votre disposition (hors habillement).

Pour plus d'informations

E-mail contact@cknm.fr
Téléphone En semaine entre 10h et 17h Vincent 07 62 62 46 64
Soir et weekend Sylvie 06 86 88 36 32
Site Internet www.cknm.fr
Page Facebook www.facebook.com/acknm

Nos séances hebdomadaires

PROGRESSION EAU-VIVE

Samedi
9h30 - 13h30

Pour celles et ceux qui veulent s'engager dans une démarche de progression en vue de naviguer avec aisance en eau vive et/ou de pratiquer en compétition.

LOISIR SPORTIF

Samedi
14h00 - 17h30

Pour celles et ceux qui souhaitent pratiquer une activité de plein-air pour le plaisir sans rechercher spécialement la maîtrise technique ni la performance.

PROGRESSION LONGUES DISTANCES

Dimanche
09h30 - 12h30

Pour les amateurs de longues distances.
L'objectif est d'évoluer sur des bateaux directeurs de plus en plus techniques : Kayak de mer, Merathon, Course en ligne, Descente

Séances de piscine (Période scolaire) : Mardi de 20h00 à 22h30

Et tout au long de l'année

Les séances au bassin d'eau vive de Cergy Pontoise ou Vaires-sur-Marne
Les descentes de rivières (Epte, Cure, Vézère, Grand Morin, Chaux, Ardèche...)
Les randonnées en mer (Bréhat, Saint Malo, Golfe du Morbihan, Baie de Somme, Calanques...)
Des ateliers à thème (sécurité, navigation, météo, ...)

Le parcours débutants

Ce parcours d'initiation permet aux débutant(e)s de l'année d'acquies des techniques de base, de l'aisance et des notions de sécurité mais aussi de confirmer leur goût pour l'activité.

40€ de participation sont demandés pour ce pack de 5 séances (assurance, matériel, transport).

A l'issue de ces 5 séances, un bilan est dressé avec les encadrants pour déterminer à quel(s) groupe(s) (voir [page de gauche](#)) vous pourriez participer en fonction de vos goûts et de vos aptitudes & profil. La Pagaie Blanche pourra potentiellement être délivrée en fonction des acquis.

Vous déciderez alors d'adhérer ou non à l'association (**30€** pour la fin de l'année puis **110€** l'année suivante).

L'adhésion ouvre aussi l'accès aux séances de piscine, aux ateliers à thèmes, aux sorties accessibles et au passage des pagaies couleurs.

Nota 1 : l'adhésion requiert la présentation d'un dossier complet. (fiche d'inscription & A1+ complétées + règlement de la cotisation + certificat médical).

Nota 2 : il est possible de changer de groupe en cours d'année après avis de l'encadrant.

Les groupes Progression nécessitent une pratique régulière (à minima 2 à 3 fois par mois).

Quel équipement pour débuter ?

Des chaussures sans lacets tenant aux pieds et ne craignant pas l'eau, un maillot de bain, un T-shirt, Un K-Way en cas pluie, un bas de survêtement / collant fitness.

Evitez le coton! Privilégiez les textiles synthétiques ou la laine.

Si vous devez porter des lunettes de vue en navigation, **prévoyez un cordon pour les attacher!** Serviette de bain et rechange sec.

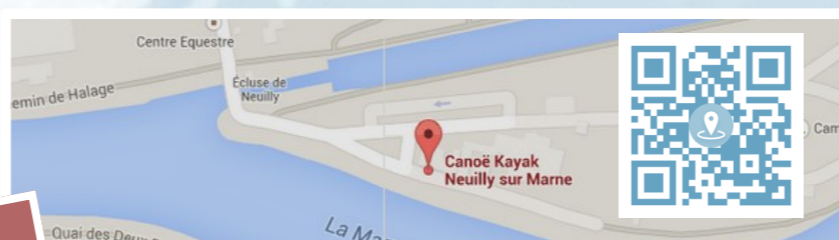
A partir de novembre, vous devrez compléter votre équipement avec une combinaison néoprène légère et un blouson de kayak simple. Les premiers prix Décathlon sont suffisants pour commencer.

Nous pourrions vous guider dans vos choix.

Première Séance :

Le samedi

après le Forum de Neuilly sur Marne



CLUB

MER

Nous ne proposons pas de location!

EAU-VIVE

Composé de bénévoles, notre club est orienté vers le loisir sportif

Venez découvrir le Canoë Kayak!

Vous êtes sportif (ve), vous aimez l'eau et les activités de plein air ?

NOTRE CLUB EST FAIT POUR VOUS!



Notre Site Internet



Notre page Facebook



Téléchargez-moi!

MARNE