

Magnifique Ubaye

Stage eau-vive,



Entre la frontière Italienne et le lac de Serre-Ponçon, l'Ubaye descend le long de ce qui est probablement le plus beau bassin « raftable » de France.

Sur cinquante kilomètres; des paysages somptueux, des rapides aux noms évocateurs comme « la dent de requin » ou « le passage à tabac » se succèdent au fond d'une vallée restée encore sauvage.

Pierre LAFAY et son équipe, vous proposent sur plusieurs séances, de découvrir ce paradis de l'eau vive en Raft, Kaya-raft et Cano-raft, et Nage en eau-vive.

Au fil de l'eau :

Séance 1 : Rafting (1h30 sur l'eau)

Découverte de la navigation en équipage sur un parcours de classe III ou IV (selon la tranche d'âge) les équipiers pourront, l'un après l'autre, barrer le raft.

Séance 2 : Cano-raft ou kaya-raft (1h30)

Séance 3 : Nage en eau-vive/hydrospeed (1h30)

Les séances en Cano/Kaya-raft comme en hydrospeed, permettent de s'initier à la descente de rivière en solo ou duo. Où chacun des participants est en parfaite autonomie sur son embarcation, approfondissant sa propre lecture de rivière et affinant ces trajectoires.

Séance 4 : Canyoning (2h30)

Séance 5 : Stand Up Paddle (1h00)

En session d'initiation ou en location libre

Ce programme est donné à titre indicatif. Il peut être modifié à tout moment en raison des conditions climatiques, du niveau des eaux et des risques encourus. Il le sera également, évidemment en fonction de vos motivations et de vos souhaits.

Equipement à prévoir :

Un maillot de bain ou short. Pour les personnes portant des lunettes et devant les garder pour les activités nautiques, prévoir un attache lunettes efficace. Pour le Canyon : Chaussures lacées (style basket),

Les activités :

Le rafting : sport d'équipe par excellence, conviviale, le raft dompte par une technique très accessible les eaux les plus vive. Il permet à chacun de vivre les émotions de la descente de rivière et de découvrir des paysages inaccessibles autrement.

Le cano-raft : est une embarcation gonflable comme le raft. Il permet de descendre en duo des rapides sportifs sans les inconvénients du canoë traditionnel grâce à son insubmersibilité, sa stabilité et son approche simplifiée des techniques « eau-vive ».

Le kaya-raft : ses qualités sont semblables au cano-raft, sauf que l'embarcation est conçu pour la navigation en solo avec une pagaie double comme moyen de propulsion.

L'Hydrospeed : le nageur est équipé d'un flotteur mousse, d'une combinaison intégrale néoprène, renforcée de protections de mousse, et des palmes pour se propulser. Il s'agit de descendre la rivière en nageant et en utilisant les courants.

Le canyoning : balade au fond d'une gorge où la roche, l'eau et le soleil se mêlent harmonieusement. Il s'agit de nager, marcher, sauter, glisser en rappel dans les vasques et jouer avec une nature accueillante.

Le Stand Up Paddle : se déplacer tout en glisse, debout sur un long surf avec une pagaie comme propulsion. On a marché sur l'eau !

Le prix comprend :

.L'encadrement par l'équipe de Pierre LAFAY, guides de rivière diplômés d'état et rafteurs professionnels.

.Le prêt du matériel : raft, cano-raft, kaya-raft, hydrospeed (combinaison et veste iso thermique, chaussettes néoprène pour la nage et le canyoning, coupe-vent, gilet de haute flottabilité, pagaie, casque, kit de sécurité. Chaussettes néoprène pour le canyon.