

# SPEED SAIL

## Fiche d'apprentissage

	PRATIQUE	ENVIRONNEMENT	SECURITE
<b>Niveau 1 DEBUTANT.E</b>	Savoir s'équilibrer sur son speed Apprendre à avancer et s'arrêter	Observer son environnement, le vent, l'état de la plage	S'équiper avec le matériel proposé Respecter les consignes de sécurité
<b>Niveau 2 INITIE.E</b>	Effectuer un parcours slalom avec un virement vent arrière Arrêt d'urgence	Evaluer la force du vent et l'état du sable de la plage	Signaler ses difficultés Savoir se regrouper (visualiser la zone d'arrêt) Respecter les distances de sécurité
<b>Niveau 3 CONFIRME.E</b>	Virement de bord face au vent Utilisation du harnais	Repérer la présence de danger	Connaître les risques liés à l'activité Connaître les règles de priorité
<b>Niveau 4 AUTONOME</b>	Maîtriser le speed sail dans toutes les conditions Se propulser de manière efficace	Respecter les priorités et les autres usagers de l'espace	Connaître les gestes des premiers secours et alerter les secours

