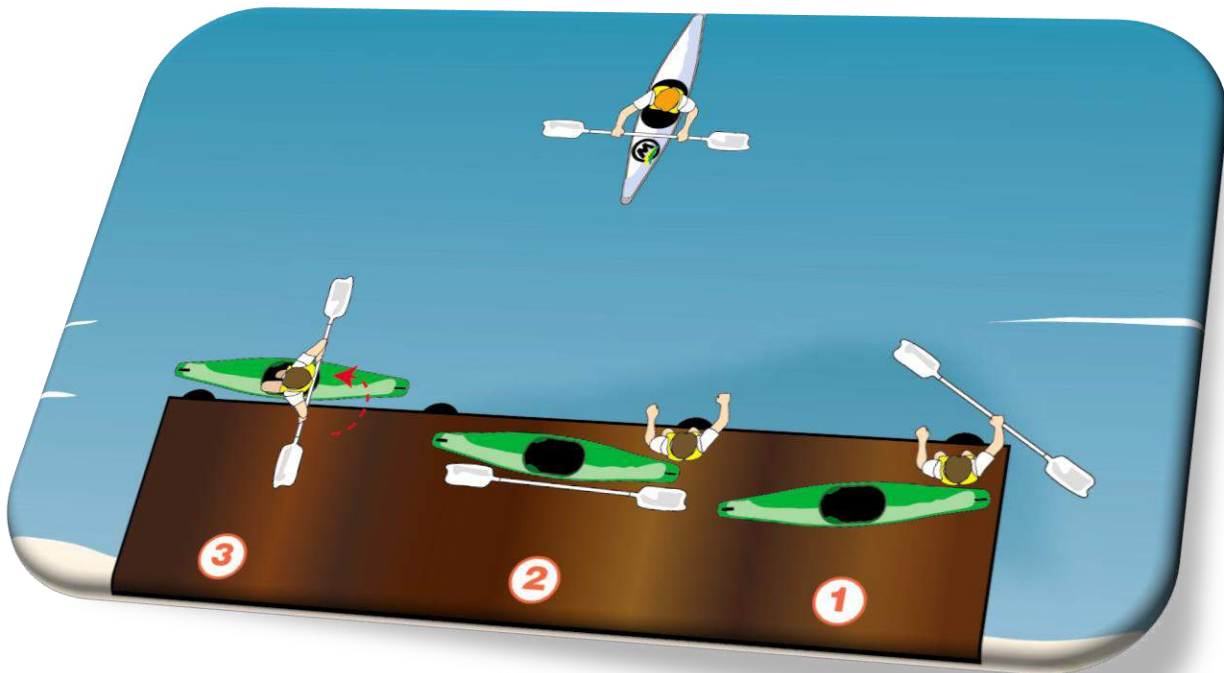


Embarquer et débarquer d'un ponton

- Se servir de la pagaie pour embarquer ou débarquer de son kayak, sur un ponton.



- **Consignes :**

- Remonter la jupe au-dessus de la taille, puis placer la pagaie derrière l'hiloire,
- Se positionner dos à la pagaie et s'accroupir,
- Position des mains : une, sur le manche de la pagaie en appui sur l'hiloire et l'autre, sur le manche en appui sur le ponton,
- Rentrer dans le kayak en tenant les mains fermement, s'asseoir et installer la jupe autour de l'hiloire.
- Pour les départs d'une cale, préférer les embarquements à la cowboy (ci-contre), afin d'éviter les casses de pagaies.

