

Fédération Unie des Auberges de Jeunesse

La nage en eau vive - Du plaisir ensemble

Quatre Auberges de Jeunesse (1) proposent cet été l'activité nage en eau vive. Une occasion pour Cap monde de présenter à ses lecteurs ce sport méconnu mais passionnant pour les amoureux de glisse et de découverte naturelle.

Pour nager en eau vive, il faut d'abord un flotteur qu'on appelle communément Hydrospeed®. La rédaction de Cap monde a pu rencontrer l'un des concepteurs de cet appareil, Pierre Simon.

Cap monde: Qu'est-ce la nage en eau vive?

Pierre Simon : C'est un sport de glisse qui consiste à descendre des torrents comme le font les kayakistes et les rafteurs. On est allongé sur un flotteur qui protège le nageur de tous les chocs.

Quelles sont les qualités de la nage en eau vive par rapport aux sports de glisse qui lui sont proche ?

Ce sport attire beaucoup les jeunes, des amateurs de sensations fortes et surtout tous les amoureux de l'eau vive et de la nature. Pour un débutant on aborde plus rapidement des cours d'eau de catégorie intermédiaire (niveau 3). Ce qui n'est pas le cas en kayak par exemple.

Quel est le matériel nécessaire et son coût ?

Il faut :

- un flotteur tel que l'hydrospeed (90 % des nageurs en eau vive utilisent ce matériel), mais on peut se contenter d'une chambre à air pour certains torrents peu dangereux ;
- un ensemble isothermique pour se protéger du froid (combinaison, gants, chaussons);
- des palmes;
- un matériel de sécurité (gilet de sauvetage, casque).

On peut soit louer soit acheter le matériel. Le coût du flotteur représente, par exemple, entre 1200 et 2000 F.

Dans quelles régions pratique-t-on le plus la nage en eau vive?

Dans les Alpes principalement. Mais il existe aussi de nombreux cours d'eau aptes à accueillir ce sport dans les Pyrénées, le Massif Central mais aussi l'Orne ou le Morvan par exemple.

Quels conseils donner à quelqu'un qui débute?

S'adresser à un club qui organise des baptêmes (2), ou participer à un stage proposé par un organisme compétent. La sécurité constitue un élément essentiel de la nage en eau vive. Il doit donc y avoir un guide, moniteur diplômé, qui connaît bien le cours d'eau. A défaut l'activité peut être très dangereuse.

La carte « France KAYAK ET SPORTS D'EAU VIVE" est disponible dans toutes les librairies au prix de 25 F.

(1) Les Auberges de Jeunesse de Anglet/Biarritz, Lanslebourg, Seez-les-Arcs, Serre-Chevalier proposent des stages « eau vive » de type multi activités : nage en eau vive, Kayak, raft, hot-dog.

(2) On peut citer l'association Nage et Navigation Ornaise (Le Moulin Freslin, 61370 Echauffour, Tél. 33 34 29 92). Il existe aussi des clubs dans d'autres régions.

Renseignements auprès de la Fédération Française de Canoë-kayak (FFCK) 87, quai de la Marne - BP 58 94340 - Joinville-Le-Pont.