

# GOLFE DU SAINT-LAURENT

### RESPONSABILITÉS DU PAGAYEUR

#### L'environnement

- Prenez connaissance de la météo et des conditions de navigation. Température, vent, bourrasques, soleil, pluie, orage, brouillard, etc.
- Assurez-vous de connaître l'horaire et l'amplitude des marées.

#### Les comportements

- Prenez connaissance du parcours. Assurez-vous que la difficulté de la section corresponde aux compétences des pagayeurs.
- Réfugiez-vous sur la berge en cas d'orages ou d'intempéries.
- Abstenez-vous de consommer des drogues ou de l'alcool avant et pendant l'activité.
- Formez un groupe (3 embarcations recommandées).
- Faites un plan de route et partagez-le avec une personne de confiance.
- Restez en tout temps à portée de voix. Soyez attentifs les uns aux autres.
- Respectez les autres utilisateurs.
- Soyez visibles auprès des autres utilisateurs et traversez rapidement un chenal de navigation.
- Respectez la faune et la flore.
- Débarquez uniquement sur les sites désignés, pour protéger les habitats vulnérables en laissant ces endroits intacts.
- Ramenez tous vos déchets et disposez-en d'une façon adéquate.

#### L'équipement

- Portez un vêtement isothermique en eau froide. T°eau < 15°C ou T°eau + T°air < 37°C.
- Apportez une copie de la carte avec vous, un moyen de communication ainsi que les numéros d'urgence.
- Utilisez des équipements et vêtements adaptés au milieu et en bon état. Portez des chaussures fermées en tout temps.
- Portez votre vêtement de flottaison individuel (VFI) en tout temps.
- Lavez votre embarcation pour ne pas propager d'espèces exotiques envahissantes.

### FICHE TECHNIQUE

- Longueur de la section :**  
Aller simple : 4,5 km  
Aller-retour : 9 km
- Durée estimée/parcours :**  
Aller simple : 1 h 30  
Aller-retour : 3 h
- Période pagayable :**  
Mi-juin à mi-septembre
- Marées :**  
Impact faible sur la navigation.  
Utilisez la mise à l'eau alternative à la marée basse.

### AVERTISSEMENTS

- Assurez-vous de vérifier attentivement les conditions de vent avant de partir. Un vent venant de l'est peut considérablement compliquer la navigation et rendre le plan d'eau très agité.
- Pour le parcours en aller simple, assurez-vous d'atteindre l'arrivée à marée haute. Les marées influencent peu la navigation, à l'exception du parc de Gros-Cap où la mise à l'eau est difficile à marée basse, créant un estran de 50 mètres.
- Privilégiez un vent de face lors de l'aller et un vent dans le dos lors du retour. Le vent représente le principal défi pour les pagayeurs sur cette section.

### DÉFINITION DE NIVEAU

#### Niveau du parcours : Intermédiaire

Pagayeur-euse-s ayant une expérience limitée et des formations de base lui permettant d'intégrer des éléments de sécurité reliés à l'activité. De manière générale, le pagayeur-euse intermédiaire sait identifier les risques et les éviter.



#### Brevets (il est suggéré d'avoir minimalement un de ces brevets) :

- Kayak de mer 2
- SUP Rando 1
- Sécurité en kayak de mer

Information et formation : [canot-kayak.qc.ca](http://canot-kayak.qc.ca) [eauvivequebec.ca](http://eauvivequebec.ca)

La pratique d'activités nautiques comporte des risques. Assurez-vous d'avoir les compétences nécessaires, l'embarcation adaptée et tous les équipements requis avant d'aller sur l'eau. Ne sortez pas en cas de mauvaises conditions climatiques. Veuillez respecter les riverains et les autres utilisateurs. Plan d'eau non surveillé.

VENTS	MÉTÉO	MARÉES	CARTE INTERACTIVE

**DÉPART**  
Mise à l'eau  
Plage du poste de police  
  
47° 22' 00"N 61° 52' 16"W

0 0,25 0,5 Km

**PARCOURS**

**Gros-Cap Intermédiaire**

→ Aller simple 4,5 km 1 h 30  
← Aller-retour 9 km 3 h

**ÉLÉMENTS DU PARCOURS**

Accès Put-in/Take-out	Danger Danger
Accueil et service Service Centre	Parcours Route
Aire de repos Rest area	Courbe de niveau (m) Topographic Contour (m)
Camping avec services Campground with services	Falaise Cliff
Eau potable Drinking water	Rivière River
Location d'équipement Equipment Renting	Route Road
Stationnement Parking	Estran Foreshore
Table à pique-nique Picnic table	Forêt Forest
Toilette Toilet	Plan d'eau Body of water
Sortie d'urgence Emergency Exit	

**EN CAS D'URGENCE**  
COMPOSER LE 911

NOTE : Ceci n'est pas une carte marine  
Sources : CDPNQ(2020), MFFP(2016), BDTQ(2019).  
Fond de carte : NRCan, Esri Canada et Contribution de la communauté canadienne des cartes.  
Réalisé par : © La route bleue, Mars 2024