

**STAGE D'ÉTÉ  
PERFECTIONNEMENT  
A LA RÉGATE**  
**29, 30, 31 août 2025**  
**Port St Cyprien**

FRA 4037  
FRA 4037

2<sup>e</sup> Édition



manœuvres, réglages, stratégie, tactique, météo, règles de courses...

**CDV**  
**FFVoile66**  
Comité Départemental de Voile des P.O.

Base Nautique du Pôle Sportif Voile  
[cdv66.fr](http://cdv66.fr) 06 26 12 48 30

**PÔLE  
SPORTIF  
VOILE**  
CDV 66

**PÔLE SPORTIF VOILE CDV66**

**PÔLE  
SPORTIF  
VOILE**  
**CDV 66**

**CDV**  
**FFVoile66**  
Comité Départemental de Voile des P.O.

**SÉCURITÉ EN RÉGATE**

*les bons réflexes*



**YCAR**  
YACHT CLUB  
ARGELES RACOU



# SÉCURITÉ EN RÉGATE

*les bons réflexes*

**LES BONS RÉFLEXES c'est être  
VIGILANT - INFORMÉ - BIEN ÉQUIPÉ**



**Météo**

***Principales règles de route***

***Matériel de Sécurité***

***Procédures de Sécurité & de Détresse***

***Gestion des situations d'Urgence***

***Procédure de « l'Homme à la mer »***

***Contrôler Optimiser Matériel de Sécurité***



# MÉTÉO

Sites : **WINDY - WINDFINDER**

**Permet :**

***Choisir sa Route***

***Choisir ses Voiles***

***Définir l'Équipement adapté***

***Préparer - Informer - Choisir***

# MATÉRIEL DE SÉCURITÉ



*Pyrotechniques  
Extincteurs  
Radeau de survie  
Pharmacie  
Gilets de sauvetage*

*Règlementation Division 240  
Jauge  
Contrôler - Vérifier - Optimiser*



# MATÉRIEL DE SÉCURITÉ : Contrôler - Vérifier

## Gilet de sauvetage :

*Contrôler dates*

*Vérifier état général*

*Améliorer : flash light - balises*



# PROCÉDURES DE DÉTRESSE

**VHF : 16**

**Téléphone : 196**

**CCMM (Centre de Consultation Médicale Maritime) :**

**+33(0)5 34 39 33 33**

Satellite ou mobile. au 32 ou 38 sur le réseau INMARSAT

**CROSS**

**(CROSS Med : Méditerranée côtes Françaises )**

# PROCÉDURES DE DÉTRESSE VHF ASN

**ASN** : Appel Sélectif Numérique

MMSI (Maritime Mobile Service Identity) :  
9 chiffres

Afficher à proximité de la VHF

**Anticiper - S'Identifier**

# **LA FEMME OU L'HOMME A LA MER**

**Préventions 4 principes:**

S'entraîner,  
Transmettre les consignes,  
Emplacement du matériel de sécurité  
Mettre en œuvre tout pour ne pas tomber à l'eau

***Il est interdit de quitter le bord, sans l'autorisation du capitaine***

# **SITUATIONS D'URGENCE**

**Le chef de bord doit:**

Adapter le matériel

Vérifier

Apprendre

**Gérer - Anticiper**



**PARTEZ SEREINS**  
*Anticipez - Contrôlez*

*Prenez la mer pas les Risques*

# Merci!



Présentation Jean Florence



**YCAR**  
YACHT CLUB  
ARGELES RACOU



Photos Claire B.





Bonnes Régates !

