

Stand Up Paddle

Découvrez la glisse à la verticale grâce à un apprentissage simple, rapide et ludique. Le SUP est accessible à tous et ne nécessite pas de condition physique particulière car il se pratique sur plan d'eau abrité.

Son champ de vision permet de voir plus loin et plus facilement à travers la surface de l'eau.

Vous profiterez d'un paysage magnifique et de conseils de professionnels de la pagaie tout en appréciant un excellent outil de fitness.

Découverte du SUP : 1h00 - 25 €

Balade en SUP : 2h00 - 38 €

Si la météo ne permet pas la pratique, l'activité kayak pourra être proposée en remplacement. Si cette option ne convenait pas, la séance serait reportée ou annulée.

Prévoir : Chaussures souples, Lunettes attachées, casquette et crème solaire, eau, (combinaison néoprène si vous en possédez une).

Prérequis : Savoir nager, pouvoir s'immerger. A partir de 12 ans.



Come and discover vertical gliding on a stand up paddle board (SUP) after a simple, quick and fun learning session. Stand up padding is possible for all, with no specific physical conditions as it is practised in a sheltered bay.

Your upright position widens your horizon of observation and allows you to see through the surface of the water.

You will enjoy the magnificent natural environment and profit from the advice of professional paddlers, while appreciating an excellent fitness sport.

Discovery session: 1 hour - 25€

SUP Tour session: 2 hours - 38€

In case of poor weather conditions, kayaking will be proposed as an alternative. If this alternative is not chosen the session with either be rescheduled or cancelled.

Prepare: Flexible shoes, sunglasses with straps, hat and sunscreen, water, (neoprene suit, if you have one).

Terms: you must be able to swim both above & underwater. Minimum participants: 4.



kayak-sillages.com

© Photos paddle : Emmanuel Berthier/BIC Sport

Création & Réalisation : franck.nosedad@free.fr



3 départs possibles suivant la météo du jour

(A) Plage St Joseph, 9 avenue de Groix - Base nautique

(B) ENVSN, Beg Rohu, 2 route des rochers (dans l'école)

(C) Plage de Kermahé (face au 62 r. Marthe Delpirou)

(A confirmer le jour même au 06 81 26 75 08)



Quai des Saveurs - 56 170 Quiberon
+33 (0)2 97 50 59 50
maisonlucas.bzh



16 avenue de Groix - Kerhostin
56510 St P. Quiberon. +33 (0)2 97 30 91 29
relaisdelocean.com



59 Rue Général de Gaulle
56510 St Pierre Quiberon
+33 (0)2 97 30 95 28



8 promenade de Téviec
56510 St Pierre Quiberon - Portivy
+33 (0)2 97 30 74 11
creperie-avel-mor.fr



Centre aquatique de Quiberon
1 rue Neptune - 56170 Quiberon
+33 (0)2 97 50 39 07
piscine-quiberon.fr



Café & Resto - Portivy
56510 St Pierre Quiberon
+33 (0)2 97 30 99 19



SILLAGES

KAYAK DE MER & STAND UP PADDLE
SEA KAYAKING & SUP CENTER



Presqu'île de Quiberon

+ 33 (0)6 81 26 75 08

Kayak de mer

Nos séances sont toujours encadrées et débutent à terre par une petite initiation technique. Puis c'est la mise à l'eau avec ses nombreuses révélations : "C'est bien plus facile que ce que j'imaginai, c'est impressionnant, ça glisse, c'est trop beau... !"

Nos kayaks sont stables, confortables et faciles d'utilisation. A leur bord, vous profiterez d'un mode de déplacement écologique et respectueux de l'environnement en toute sécurité. La discrétion du kayak de mer et son faible tirant d'eau vous ouvriront les portes de paysages naturels insoupçonnés et inaccessibles à pied.

Sur l'eau, nos conseils vous permettront une progression rapide dans une ambiance décontractée. Alors n'attendez plus et **venez partager cette aventure fabuleuse avec nous**. Le temps d'une sortie, vous apprécierez la visite d'une grotte ou la vue d'une faune et d'une flore exceptionnelles.



Une **expérience unique** et originale pour découvrir la **Presqu'île de Quiberon**

Équipement à prévoir :

Chaussures souples, bermuda, tee-shirt, sweat-shirt, coupe-vent léger, casquette, crème solaire, eau et grignotage. Combinaisons non fournies.

Promenades, balades, sorties à thème, stages, coaching...



Suivez-nous :



Renseignements & Réservations

+ 33 (0)6 81 26 75 08 - sillages@orange.fr

Accueil en saison : 9 av. de Groix - 56510 St Pierre Quiberon

Horaires habituels : 9h00 -12h00 & 14h00 - 17h00



English spoken! (With French accent)

Promenade : 1 heure de pagaie facile. Idéale pour une première approche ! Une rapide initiation à terre et c'est parti pour une sortie accompagnée et commentée par nos guides de mer. (Kayaks doubles ouverts. Tous publics, prévoir 1h30).

Adultes : 20 € - Enfants de 8 à 12 ans (accompagnés) 17 €

Balade : 2 heures de pagaie tranquille. Notre "must" pour découvrir le kayak de mer, sa facilité et son approche douce du milieu marin. Une présentation sur la plage puis c'est l'embarquement pour la révélation des secrets cachés de la presqu'île. Convient aussi pour une première et sera adaptée à votre rythme. (Accessible à tous, prévoir 2h30).

Adultes et enfants de + 12 ans : 35 €

Stages : pour tous, débutants ou initiés (groupes de niveaux). 3 ou 5 séances. Ils vous permettront de perfectionner votre technique et votre connaissance du milieu marin. Une progression adaptée à vos capacités et la meilleure solution pour une future autonomie. Encore plus de plaisir et de belles navigations. Sur kayaks pontés.

Dès 14 ans : 3 x 2h30 : 100 € - 5 X 2h30 : 150 €

Prix par personne comprenant : matériel confortable et stable, encadrement et assurance (Responsabilité Civile). Tous publics. **Prérequis :** Savoir nager et pouvoir s'immerger.



Discover the **hidden secrets of the peninsula** at water level in a sea kayak!

Our stable crafts, adapted for safety and comfort, glide in silent beauty as you discover the exceptional fauna and flora and the gorgeous sceneries. No experience necessary! Tours are efficiently managed by friendly, knowledgeable and experienced guides in an easy-going atmosphere. They know how to provide beginners the ways to quickly learn sea kayaking to become experts. Get really close to nature, listen to the sounds as you paddle in this scenery created by waves and wind.

TOUR (1H00). Ideal for a first approach! A kayak tour starting with quick basic training. Approximately 1h of easy paddling. (double sea kayaks). Adults & children, minimum of 8 years old.

Adults: 20 € - Children (from 8 to 12 y.o.): 17 €

DISCOVERY CIRCUIT (2H30). A great introduction for anyone wishing to experience the basic techniques and the secrets of sea kayaking. Commentaries on local history and marine environment. Come and share adventure and serenity with us (single sea kayaks).

Adults & children (Over 12 y.o.): 35 €

TRAINING SESSIONS. Whether you take 3 or 5 sessions, you will perfect your technique. Programs specifically adapted to your ability. More discoveries, fun, adventures... Adults and children, minimum of 12 years old.

(Over 14 y.o.): 3 x 2h30: 100 € - 5 X 2h30: 150 €

Individual prices include: equipment, instruction and insurance. Children must know how to swim under water and dive.