

# Stand Up Paddle

Découvrez la glisse à la verticale.

Grâce à notre apprentissage simple, rapide et ludique, le Paddle devient accessible à tous. Il ne nécessite pas de condition physique particulière et se pratique sur plan d'eau abrité. Vous profiterez d'un paysage magnifique et des conseils de professionnels de la pagaie tout en appréciant un excellent outil de fitness.

Découverte du SUP : 1h00 - 25 €

Balade en SUP : 2h00 - 38 €

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

Le Paddle se pratique par mer calme, en cas de météo ventée l'activité kayak peut être proposée.



## Équipement à prévoir :

Chaussures souples, lunettes attachées, crème solaire, (combinaison néoprène si vous en possédez une).

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



*In case of poor weather conditions, kayaking will be proposed as an alternative. Prepare: Flexible shoes, sunglasses with straps, hat and sunscreen. (neoprene suit, if you have one). Minimum participants: 4. Terms: you must be 12 years old, able to swim both above & underwater.*



## 3 départs possibles suivant la météo du jour

(A) Plage St Joseph, 5 avenue de Groix - Base nautique

(B) ENVS, 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 +33 (0)6 81 26 75 08



Quai des Saveurs - 56170 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



Porte Océane - Rue du Portugal  
56400 AURAY - +33 (0)2 97 24 20 54  
imprimerieduloch@sfr.fr



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



116 rue du Port de pêche  
56170 Quiberon - +33 (0)2 97 30 42 09



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

# SILLAGES

KAYAK DE MER & STAND UP PADDLE

Since 1994

Une expérience unique  
pour découvrir la  
Presqu'île de Quiberon !



kayak-sillages.com

+33 (0)6 81 26 75 08



# Kayak de mer

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

Nos séances sont toujours encadrées et débutent par une initiation technique. 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.

*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.*

**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): 16 €**

**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): 36 €**

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

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



## Renseignements & Réservations

+ 33 (0)6 81 26 75 08

Accueil en saison : 5 avenue de Groix - 56510 Saint Pierre Quiberon



 **English spoken!** (With French accent)



**N'attendez plus...**

**et venez partager cette aventure fabuleuse avec nous !**

## Equipement à prévoir :

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



**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 8 à 12 ans (accompagnés) 16 €**

**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 + 14 ans : 36 €**

**Stages :** pour tous, débutants ou initiés (groupes de niveaux). 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. (kayaks pontés).

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

**Stage + Rando :** 3 x 2h30 + 1 rando (+ ou - 6h).

Suivant effectif et météo, pique nique à prévoir.

**Adultes et enfants de + 14 ans : 160 €**

**Prix par personne comprenant :** matériel stable et confortable, encadrement et assurance (Responsabilité Civile). Tous publics.

**Prérequis :** Savoir nager et pouvoir s'immerger.

**FFCK**  
Canoe Kayak et Sports de Pagaie

 **ancv**

Suivez-nous :

