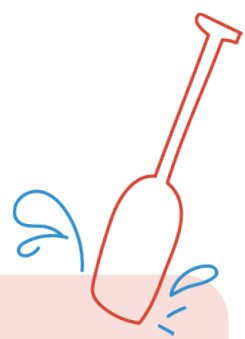


Ski nautique



Le ski nautique est un sport, qui procure vitesse et adrénaline, que plusieurs personnes handicapées peuvent apprécier. En général, deux personnes accompagnatrices sont sur l'eau, une personne conduit le bateau et une personne observe les skieurs et skieuses depuis le bateau pendant la sortie pour assurer le bon déroulement de l'activité et la sécurité des participants et participantes.

Le ski nautique peut se pratiquer de façon récréative ou compétitive. Différents programmes d'initiation, de compétition ou de formations pour entraîneurs et entraîneuses sont disponibles. Le slalom, les figures, les sauts et les combinés sont des manœuvres pratiquées lors d'une activité de ski nautique.

Formation

L'atelier sur le ski nautique de compétition de la Coaching Association of Canada comprend un volet sur le ski nautique adapté.

Bonne pratique et conseil d'encadrement

- Vérifier le matériel avant l'activité (cordes, planches, vestes de flottaison, bateau, trousse de premiers soins...).
- Pendant que la personne chauffeuse s'occupe de la conduite, il faut une personne observatrice dans le bateau qui s'assure que tout va bien sur l'eau et opère le système de relâchement rapide des skieurs et skieuses au besoin.
- Connaître et utiliser des signaux de communication de base.
- Respecter les zones de ski nautique pour le plan d'eau.
- Vérifier les conditions météorologiques avant l'activité (froid, vagues, vent, rayonnement solaire, etc.).
- Vitesse moyenne du bateau à 18-25 km/h (en fonction des préférences des personnes bénévoles et participantes et des conditions).
- Prévoir des couvertures chaudes pour garder les personnes participantes au chaud sur le bateau et les quais.
- Vérifier les fiches sur l'état de santé, une approbation de médecins pourrait être exigée.
- La section sécurité du site Web « Parcours de l'offre » comporte de nombreuses informations générales quant à la sécurité en plein air.

Aménagement

Veuillez consulter la fiche « Aménagement général, plage et baignade » pour connaître les aménagements inclusifs.

Pratique inclusive

- Valider le niveau d'intensité désiré avec chaque personne participante.
- Consultez l'outil « Pratiques inclusives générales ».
- Développé par l'AQLPH, l'outil la Roue des variables inclusives sert à aider à la planification d'une programmation ou activité inclusive.

Matériel et équipement

Différents types de skis répondent aux besoins variés des participants et participantes, que ceux-ci ou celles-ci pratiquent le ski nautique de manière récréative ou compétitive.

Attention! Certains de ces équipements nécessitent un transfert. Consultez l'outil « [Transferts : formations, principes généraux et équipements](#) » pour en savoir davantage.

Skis

La largeur du ski influencera grandement la stabilité de l'équipement. Un ski plus large est généralement utilisé par les personnes débutantes, tandis qu'un ski étroit, par les skieurs et skieuses de compétition. La personne assise utilisera un ski plus large, peu importe son niveau pour favoriser une plus grande stabilité.

Stabilisateurs

Les stabilisateurs assurent un meilleur contrôle et un maximum de stabilité pour le skieur ou la skieuse. Ceux-ci sont des accessoires ajoutés d'un côté et de l'autre du ski nautique principal.



Crédit photo : Camp Massawippi

Les sièges

Plusieurs équipements complets de ski nautique sont disponibles. La plateforme qui constitue le siège peut être offerte avec ou sans le ski. En voici quelques exemples.

H2O-R

Cette plateforme ajustable peut être fixée sur un ski, un wakeboard ou une planche de surf. Facilement ajustables au niveau de l'assise, l'angle et la taille du siège peuvent être utilisés par tous, peu importe le gabarit de la personne participante. Le [site du concepteur](#) présente quelques images.

Ski-Seat

Ce siège présente deux rails latéraux rembourrés pour assurer un maximum de sécurité et de confort à la personne participante. Les sangles fixent l'assise sur la structure d'aluminium. Le tout peut ainsi se fixer sur un ski. À noter qu'il y a plusieurs grandeurs disponibles. Voir ce [site Internet](#) pour consulter les images. [Un accessoire](#) permettant davantage de support au tronc peut y être ajouté.

Swaik

Cet équipement peut permettre la pratique du wakeboard en position assise. L'assise confortable et la configuration de la planche donnent la possibilité aux personnes participantes d'obtenir plus de propulsion pour effectuer divers mouvements. Le Swaik est ajustable sur la plupart des planches. Consultez [ce site Web](#) pour en savoir davantage.

Poignées

Poignée de slalom

Pour un skieur ou une skieuse ayant un handicap au niveau des membres supérieurs, une adaptation au niveau de la poignée facilite la prise de celle-ci. Cette poignée de slalom permet la pratique du ski nautique à une seule main. Le harnais se compose de sangles attachées au corps du participant sur lesquelles vient se fixer un tube court attaché à la poignée de traction. Voir [le site du fournisseur](#) pour un visuel.

Dispositif de relâchement rapide

Un dispositif de relâchement rapide est nécessaire sur le bateau afin de détacher la corde de l'embarcation rapidement en cas d'urgence. La personne observant les skieurs et skieuses a comme responsabilité d'actionner le mécanisme si elle juge qu'il y a besoin. [Ce site](#) propose un modèle.

Fournisseurs

Entreprise	Type de matériel
<u>Boutique Sliks / Sport Marine</u> (Québec)	Cordes, wetsuits, planches, accessoires bateau
<u>Liquid Access</u> (États-Unis)	Skis nautiques, sièges, accessoires
<u>Hands On Concepts</u> (États-Unis)	Siège ajustable
<u>Tessier</u> (France)	Swaik

Possibilité de pratique au Québec



- Camp Massawippi, Estrie
- Camp Papillon, Lanaudière
- FSA, plusieurs endroits au Québec

Pratiques inspirantes

Fondation des sports adaptés, province de Québec

La Fondation des sports adaptés offre deux programmes réguliers l'été : « initiation aux sports nautiques adaptés » et « élite ski nautique ». Les équipes de bénévoles se déplacent dans la province de Québec pendant l'été.

Camp Massawippi et Camp Papillon, Estrie et Lanaudière

Le Camp Massawippi, situé dans la région de l'Estrie, et le Camp Papillon, dans Lanaudière, offrent un milieu stimulant pour les personnes handicapées. Parmi les activités offertes, les camps font équipe avec la Fondation des sports adaptés et offrent l'occasion aux personnes handicapées de pratiquer le ski nautique adapté. Au Camp Massawippi, c'est deux fois par semaine que les personnes participantes peuvent faire du ski nautique!

Championnat mondial de ski nautique adapté

La Fédération internationale de ski nautique et de wakeboard (IWWFED) organise annuellement le championnat mondial de ski nautique adapté. La compétition comprend les trois volets réguliers d'une compétition, soit le slalom, les figures et les sauts. Les participants sont classés en trois catégories selon leur handicap. La première catégorie de compétition est destinée aux personnes ayant une déficience motrice (paraplégie et quadriplégie). La deuxième catégorie regroupe les personnes skiant debout (avec jambe ou bras amputé, avec ou sans prothèse). Finalement, la troisième catégorie regroupe les personnes ayant une déficience visuelle. Ce genre d'événement, en plus de promouvoir l'activité, sensibilise la population aux sports adaptés.

Ressources complémentaires

 Fiche comprenant plusieurs informations sur le ski nautique adapté : [Water Skiing 101](#), Move United.

Articles

-  [Le camp Massawippi comme une deuxième famille](#), Reflet du lac, 2013.
-  [Navigating 50 States as a Deaf Barefoot Water Skier](#), Karen Putz, Hearing Like Me, 2016.
-  [Une journée inoubliable en ski nautique adapté pour neuf personnes handicapées](#), Valerie Legault, L'Avenir et des Rivières, 2022.

Vidéos

- ▶ [Le ski nautique adapté : un sport qui promet une montée d'adrénaline! - Estrieplus](#), 2013.
- ▶ Vidéos de personnes utilisant les [Seahorse Ski](#), 2013.
- ▶ Atelier de ski nautique : [KWSC 2015 Adaptive Waterski Clinic](#), 2016.
- ▶ [Adaptive Waterskiing](#), 2017.
- ▶ [Adaptive water ski provides once in a lifetime opportunity](#), 2021.
- ▶ [Adaptive water skiing clinic making summer fun more accessible](#), 2023.
- ▶ [Initiation au ski nautique](#), Ami+, 2016.
- ▶ [Swaik - Wakeboard handisport par Tessier](#), 2017.

Personnes ayant contribué

[Équipe bonification](#) : Marc-Olivier Naraynsingh (Camp Massawippi), Joanie Racicot (Camp Papillon).