

Séance d'initiation type

Ça y est c'est décidé je vais essayer l'aviron. Il fait beau, il n'y a pas trop de vent, c'est le moment idéal.

Dimanche, 9h20, j'arrive au club un peu en avance. Il y a déjà du monde. Les compétiteurs partent sur l'eau avec des bateaux très fins, je ne sais vraiment pas comment ils font pour tenir dessus. Voilà quelqu'un qui à l'air de faire partie de l'équipe d'encadrement. J'ai l'impression qu'ils se connaissent déjà tous car il me demande directement si je veux faire une initiation. Allez, c'est parti. Je remplis le papier pour avoir une carte découverte et direction la salle du rez-de-chaussée. Tout d'abord il m'explique les bases du mouvement sur l'ergomètre (rameur en salle que l'on voit habituellement dans les salles de musculation). Jambe-Dos-Bras ... Bras-Dos-Jambe etc... c'est bon j'ai compris comment ça marche.

Ensuite il me donne deux rames (= deux avirons). Je descends le tout sur le ponton. En regardant les rameurs sur l'eau je me dis que ça ne doit pas être trop difficile à faire ! Me voilà maintenant devant un bateau appelé planche. C'est là que les choses sérieuses commencent vraiment. L'encadrant m'aide à le descendre sur le ponton et m'explique plus précisément le fonctionnement. C'est bon, tout est prêt, je m'assoie dedans et m'éloigne du bord... C'est une nouvelle sensation pour moi mais on m'a bien précisé qu'avec ce type de bateau il n'y avait aucun risque de passer à l'eau, heureusement ... Je vois un autre rameur un peu plus loin, c'est sa deuxième séance, il se débrouille pas mal du tout. Pour moi les premières minutes ne sont pas évidentes, je me dirige droit vers la berge ... trop tard, je suis au milieu des branches! L'encadrant arrive sur son bateau à moteur, il n'a pas l'air surpris de me voir là, à croire que tous les débutants font la même chose. Il m'explique calmement comment mieux diriger mon bateau. J'avais bien compris la théorie mais c'est maintenant que je me rends compte que la pratique est moins évidente ... Ça y est, j'ai réussi à me dégager, c'était pas si dur finalement ! Et c'est reparti ! 1,2,3, ... 15, ... j'arrive à enchaîner plusieurs fois d'affilée le mouvement, je commence même à prendre de la vitesse. Je comprends pourquoi on considère que ce sport est un sport de glisse et pourtant je n'en suis qu'au début. Le reste de la séance se passe sans encombre. L'encadrant vient me voir régulièrement pour s'assurer que tout va bien et me donner des conseils pour améliorer mon geste.

11H25, je rentre au ponton. Un autre loisir m'aide à remonter mon bateau. Tout le monde se retrouve en haut à ranger le matériel et nettoyer les bateaux, discuter puis un mot magique est prononcé : Apéro ... on se retrouve tous dans la salle de réunion autour d'un verre. Plusieurs personnes me demandent gentiment comment s'est passée ma sortie ... parlent de la leur, des projets pour les prochaines randonnées ... Verdon, Venise, ... ça fait rêver. Vivement mercredi prochain que je puisse faire ma deuxième séance d'initiation et ensuite c'est sûr, je prends une adhésion. Faire un sport d'eau au milieu des montagnes enneigées ça donne un petit plus à ce sport.

Initiation

Écrit par Administrator

Dimanche, 12 Octobre 2008 07:55 - Mis à jour Mardi, 03 Mars 2020 19:32
