

# Découvrir le patrimoine naturel de la baie des Sablettes en paddle

**Q**uand un club nautique et une association de protection de la nature <sup>(1)</sup> unissent leurs pratiques, il en ressort une activité sympathique pour les estivants ! Le Yacht Club des Sablettes (YCS) et Le Naturoscope proposent en effet, en juillet et août, quatre balades sportives et culturelles pour tout public. Juchés sur un paddle, les participants sont ainsi invités, dès mercredi prochain, à naviguer par petits groupes dans la baie des Sablettes, tout en découvrant le patrimoine culturel et naturel du site.

« Le but est de proposer une activité respectueuse de l'environnement associée à un sport très accessible que l'on peut pratiquer en famille », expliquent les organisateurs. Pour en profiter, il n'est pas nécessaire d'avoir déjà fait du paddle. « Il s'agit d'une initiation à une discipline que l'on peut pratiquer à tout âge. Le stand up paddle est un sport complet car, de la tête aux pieds, toutes les parties du corps sont sollicitées, sans violence. Les mouvements fluides et réguliers favorisent aussi le calme intérieur », indique-t-on au YCS. La seule condition requise pour ces sorties est d'avoir plus de 14 ans.

## Regarder sous l'eau avec un bathyscope

Encadrés par un moniteur du Yacht Club des Sablettes, les participants seront aussi accompagnés par Marion George, écoguide et médiatrice du Naturoscope, qui présentera « les atouts, les enjeux écologiques et environne-



**Le Yacht Club des Sablettes et l'association Le Naturoscope proposent de pratiquer une activité nautique et environnementale, en paddle, durant quatre mercredis soirs de la saison estivale.** (Photo DR)

mentaux du milieu littoral et marin. Nous pourrions également utiliser un bathyscope (instrument optique qui permet de regarder sous l'eau) afin d'observer la vie sous-marine », précise-t-elle. Chacune des sorties prévues se fera donc au départ du YCS et durera deux heures (briefing et équipement compris). « Le parcours sera adapté en fonction de la météo et des aptitudes des participants. Et l'horaire choisi (de 16 h à 18 h) permet d'éviter les grosses chaleurs », complète Marion.

Cette initiative a reçu le soutien de la Région Paca et de la Direction départementale de la cohésion sociale. Les pla-

ces étant limitées, pour profiter de cette activité qui permet de joindre l'utile à l'agréable, il est impératif de s'inscrire à l'avance.

M. G.

**Les sorties sont prévues les mercredis 17 juillet et 24 juillet, le mardi 30 juillet et le mercredi 21 août. Inscriptions auprès du Yacht Club des Sablettes : 04.94.30.52.49 / 07.83.89.09.75.**

1. Naturoscope : association loi 1901 dont le but est de sensibiliser, d'éduquer et de former au développement durable.