

Lac de Serre-Ponçon



sur la plage de la Baie Saint-Michel, ges et Savines-le-Lac, nous décou-
vrons un monde de nouvelles activi-
tés nautiques proposées (stand-up
paddle, ski nautique, wake-
board, etc.). Dans l'eau, malgré le
froid, nous nous amusons à faire
des skis nautiques sont à pied
juste à côté de la plage, Adrien
et les amateurs de canoë, kayak, péda-
le. Pour nous ce sera le dernier.
Malgré les quelques consignes de sécu-
rité pour la discipline sur le lac de Ser-
re-Ponçon est idéal pour découvrir les berges
du lac, vous pourrez observer les profon-
deurs du lac. Cette activité a aussi un côté
physique et un côté relaxant. Concernant la
sécurité, ne tenez pas l'équilibre sur le paddle
debout assis mais il n'y a aucune rai-

son que vous n'y arriviez pas". Un couple de hollandais
présent sur place est ravi. "C'est ce que nous sommes ve-
nus chercher de la détente, de l'évasion avec quand même
du sport".

Le matériel fourni, nous avançons jusqu'au bout du
ponton afin de démarrer l'activité. L'appréhension de
l'équilibre passée, nous donnons nos premiers coups
de pagaie. Rapidement la plage s'éloigne. Dès les pre-
miers mètres avalés, un hydravion passe au-dessus de
notre tête. Debout sur le paddle, nous observons le ca-
dre de cette activité. Des montagnes de chaque côté, à
quelques centaines de mètres la Chapelle Saint-Michel
nous fait face. Après une demi-heure, nous croisons un
autre paddle. Warda, haut-alpine d'une cinquantaine
d'années, pratique le stand up paddle deux à trois par
semaine. "L'année je fais de l'aquabike, du fitness. Alors
afin de ne pas casser le rythme, mon professeur m'a
conseillé cette activité. Je viens glisser une heure deux à

trois fois par semaine. Mieux qu'un footing et en plus
dans un cadre extraordinaire."

Après cet arrêt rapide sur l'eau, nous poursuivons
notre route avec l'objectif de prendre un peu de vitesse
sur le lac tout en observant les alentours. Comme nous
l'avait précisé Adrien avant de partir "sur un paddle, on
peut rapidement atteindre 5 à 6 km/h". Mais la fatigue
commence à se faire sentir. L'heure de location se ter-
mine bientôt alors nous décidons de rentrer après
avoir tout de même bien écumé les berges du lac. De
retour sur la plage, nous rencontrons Eric Gillios-Tos,
gérant de la plupart des activités sur la plage de la Baie
Saint-Michel. Nous échangeons sur cette activité. Le
professeur de ski met en avant "le côté glisse, mais sur-
tout le côté balade. Autant d'arguments qui font du
stand up paddle une activité accessible à tous." Et pour
le moment cette pratique est en plein boom.

Jean POUSTIS