

# Astuces et prescriptions à savoir sur

# 6

## LE PADDLE

### Tipps und Vorschriften zum Paddeln

#### 1 Aide à la flottaison - Schwimmhilfe

Il est conseillé de porter une aide à la flottaison. Celle-ci est obligatoire à partir de 300 m du bord.

*Es ist ratsam, eine Schwimmhilfe zu tragen.  
Es ist Pflicht, sie ab einer Entfernung von 300 m zum Ufer auf dem Paddle dabei zu haben.*

#### 2 Coordonnées - Kontaktdaten

Il faut inscrire le nom du propriétaire et l'adresse de domicile sur la planche. Idéalement, aussi le n° de téléphone.

*Man muss den Namen und die Wohnadresse auf dem Brett anbringen. Idealerweise steht auch die Telefonnummer darauf.*

#### 3 Sécurité - Sicherheit

Il est conseillé de s'attacher avec un leash.  
*Es ist ratsam, sich mit einer Leash zu befestigen.*

#### 4 Zones protégées - Geschützte Gebiete

Il est interdit de naviguer dans les zones naturelles protégées. Merci de respecter la signalisation et les bouées jaunes.

*Es ist verboten, in Naturschutzgebieten zu navigieren. Bitte beachten Sie die Beschilderung und die gelben Bojen.*

#### 5 Santé - Gesundheit

Attention à ne pas négliger la déshydratation, l'épuisement et l'hydrocution :

- boire de l'eau ;
- débiter la balade contre le vent ;
- éviter les chocs de températures.

*Achten Sie darauf, dass Sie Dehydrierung, Erschöpfung und Kälteschock nicht übersehen:*

- Wasser trinken
- Die Ausfahrt gegen den Wind beginnen
- Temperaturschocks vermeiden

#### 6 Visibilité - Sichtbarkeit

La nuit, il faut s'éclairer avec un feu blanc visible à 360°.

*Nachts muss man ein weisses Rundumlicht führen.*



Voir la vidéo  
Video ansehen



NATHALIE BRUGGER  
Navigatrice professionnelle  
Diplômée olympique de voile  
Professionelle Seglerin  
Olympiadiplom im Segeln

Police cantonale Fribourg / Kantonspolizei Freiburg



  
POLICE  
**police**  
NEUCHÂTELOISE