

Liste des activités de plein air et définition

<u>ACTIVITÉS NAUTIQUES</u>	<u>ACTIVITÉS TERRESTRES</u>
Canot Canot-camping Canot d'eau vive Canyonisme Cerf-volant de puissance (Kite surf) Kayak d'eau vive Kayak de lac Kayak de mer Nage en eau libre Planche à pagaie (Paddle Board) Plongée sous-marine Plongée en apnée Rafting Surf Voile	Cani-rando Cerf-volant de puissance (buggy) Course d'orientation (géocaching) Cross-country / course en sentier Cyclotourisme Escalade de roche Patin à roues alignées Randonnée équestre Randonnée pédestre Spéléologie Vélo Vélo de montagne Vélo de route Via Ferrata
<u>ACTIVITÉS HIVERNALES</u>	<u>ACTIVITÉS AÉRIENNES</u>
Cerf-volant de puissance (kite ski) Escalade de glace Patinage libre extérieur Raquette (piste et hors-piste) Ski de fond sur piste tracée Ski de fond de randonnée (hors-piste) Ski hors-piste (haute-route) Télémark Traîneau à chiens Vélo d'hiver (Fat bike)	Cerf-volant de puissance (kite-jump) Deltaplane Parapente Parcours dans les arbres et hébertisme

L'activité de plein air est une activité physique, nécessitant un déplacement, qui est pratiquée en milieu ouvert dans un rapport dynamique avec des éléments de la nature.

Ici on sous-entend une activité de nature récréative, avec une certaine intensité physique, excluant l'usage de moyens motorisés, et majoritairement de pratique libre. Il peut exister des événements de comparaisons avec les pairs, ce qui exclut l'aspect purement compétitif.

L'activité de plein air fait référence à une manière d'être, à une harmonie entre le pratiquant et le milieu (incluant les formes de pratique en milieu urbain).