

Nombre _____

Kayak



Se requiere un instructor calificado.

Prerrequisito: Especialidad de Natación II

1. Demostrar de manera satisfactoria al examinador que tiene conocimiento de las distintas clases de kayaks (Slalom, ríos, turismo, mar), los usos de cada uno y el equipo necesario para la seguridad en los kayaks (casco, chaleco salvavidas, faldón, lazada de la proa y popa, equipo de flotación para kayaks).

Firma del examinador _____

2. Demostrar la capacidad de entrar y salir de un kayak:
 - a. De una playa
 - b. Desde un muelle o desembarque
 - c. De aguas profundas
3. Demostrar la capacidad para realizar las siguientes brazadas:
 - a. Recto hacia adelante y hacia atrás con el remo
 - b. Remando de izquierda y derecha hacia adelante y hacia atrás
 - c. Mover en brazada (amplia)
 - d. Brazada de soporte
 - e. Remando de cruzar la corriente
4. Explicar los pasos que envuelven la vuelta esquimal y demostrar el buen método de hacerla.

5. Explicar cómo reparar un agujero en fibra de vidrio:

De manera permanente en un taller (fibra de vidrio)

Nombre

En una reparación de emergencia en la orilla del río (cinta adhesiva)

6. Después de completar un mínimo de 2 sesiones de entrenamiento, completar ya sea

- a. Un viaje de la noche a la mañana en kayak
- b. Dos días de viaje (uno de ellos debe incluir aguas rápidas)

Viaje escogido _____

Fecha del viaje _____

Fecha completada: _____

Instructor/asesor: _____