



MEDIO ACUÁTICO - pantanos PIRAGÜISMO Y PADDLE SURF



STAND UP PADDLE:

1.- LAGUNAS DE RUIDERA. Sábado 11 de mayo. Punto de encuentro y hora: Playa de la Laguna del Rey a las 11:00 h. Salida de los monitores desde el Pabellón polideportivo de la UJA las **8:30 h.** Regreso a las 18:00 h aproximadamente. Dificultad FÁCIL.

Nº plazas: 15 plazas. **Desplazamiento:** vehículos particulares.

2.- TRAVESÍA DE MAR. Viernes 14 de junio. Punto de encuentro y hora: Playa de Salobreña a las 10:30 h. Salida de los monitores desde el Pabellón polideportivo de la UJA las **8:30 h.** Regreso a las 18:00 h aproximadamente. Dificultad MEDIA.

Nº plazas: 15 plazas. **Desplazamiento:** vehículos particulares.

PIRAGÜISMO 1 - AGUAS TRANQUILAS:

1.- PANTANO DEL RUMBLAR. Viernes 26 de abril. Punto de encuentro y hora: Playa de Tamujoso a las 10:00 h. Salida de los monitores desde el Pabellón polideportivo de la UJA las **9:00 h.** Regreso a las 14:30 h aproximadamente. Dificultad FÁCIL:

Nº plazas: 14 plazas. kayaks individuales.

Desplazamiento: vehículos particulares.

INFORMACIÓN: Recorridos circulares o lineales (ida y vuelta) por aguas tranquilas de aproximadamente 3 horas de duración incluyendo descansos.

Material necesario: bañador, toalla, almuerzo, sandalias o chanclas, protección solar (gorra y crema).

Incluye: Guías-monitores, transporte del material, seguro accidentes, material técnico necesario (kayak, tabla de paddle, pala, chalecos, espalderos, etc).

OBJETIVOS:

- *Practicar actividades acuáticas dando a conocer las diferentes cuencas hidrográficas de nuestro entorno y los parajes naturales que nos rodean.
- *Desarrollar y perfeccionar las técnicas de progresión básicas del piragüismo.
- *Fomentar actitudes como son el compañerismo y la autoestima.

IMPORTANTE:

- ***Es obligatorio el uso de camiseta de manga corta (no válida de tirantes) debajo del chaleco salvavidas.**
- *En todos los deportes de aventura es imprescindible valorar nuestras posibilidades conforme a las características de la actividad. Para ello, podemos consultar con el monitor responsable (JOSE M. LARA 607 157 983).
- *Durante las travesías, el participante deberá llevar obligatoriamente puesto y abrochado el chaleco salvavidas.