



MEDIO ACUÁTICO – pantanos y mar

PIRAGÜISMO Y PADDLE SURF



STAND UP PADDLE:

- 1.- Pantano de Cubillas (Granada).** Jueves 13 de mayo a las 15'30 horas desde el pabellón polideportivo de la UJA. Regreso a las 20'00 horas aproximadamente. **Nº plazas:** 12 plazas.
- 2.- Costa Tropical (Granada).** Martes 8 de junio a las 9'00 horas desde el pabellón polideportivo de la UJA. Regreso a las 19'00 horas aproximadamente. **Nº plazas:** 12 plazas.

PIRAGÜISMO EN PANTANO:

- 1.- Pantano del Rumblar (Jaén).** Viernes 7 de mayo a las 9'00 horas desde el pabellón polideportivo de la UJA. Regreso a las 14'00 h. **Nº plazas:** 12 plazas. 12 kayaks individuales.
- 2.- Pantano del Tranco (Cazorla).** Domingo 16 de mayo a las 9'00 horas desde el pabellón polideportivo de la UJA. Regreso a las 18'00 h. **Nº plazas:** 12 plazas. 12 kayaks individuales.

Desplazamiento: dada la situación actual de pandemia, el desplazamiento se deberá realizar en vehículos particulares.

Dificultad: FÁCIL-MEDIA. Recorridos circulares o lineales (ida y vuelta) por aguas tranquilas de aproximadamente 2-3 horas de duración incluyendo descansos.

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

Incluye: Guías-monitores, transporte del material, seguro accidentes, material técnico necesario (kayak, tabla de paddle, pala, chalecos, espalderos y bote estanco para 2 personas).

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.