



MEDIO ACUÁTICO

PIRAGÜISMO EN AGUAS TRANQUILAS



TRAVESÍA DE MAR EN KAYAK-Acantilados de Mar (Nerja): Fecha y hora de salida: sábado 30 de septiembre a las 9'00 horas desde el pabellón polideportivo de la UJA. Regreso a las 17'00 horas aproximadamente.

Dificultad: FÁCIL-MODERADA (dependiendo del oleaje). Recorrido lineal (ida y vuelta) junto a los acantilados y cuevas por aguas tranquilas, de aproximadamente 3 horas de duración incluyendo descansos.

ATARDECER EN PANTANO -Encinarejo: Fecha y hora de salida: martes 10 de octubre a las 15'30 horas desde el pabellón polideportivo de la UJA. Regreso a las 21'00 horas aproximadamente.

Dificultad: FÁCIL. Recorrido lineal o circular (ida y vuelta) por aguas tranquilas de aproximadamente 2-3 horas de duración incluyendo descansos.

Nº plazas: 15. Kayaks individuales. **Desplazamiento:** en furgonetas.

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, pala, chalecos, espalderos y bote estanco para cada 3 personas).

OBJETIVOS:

- *Practicar éste deporte 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 la travesía en piragua, el participante deberá llevar obligatoriamente puesto y abrochado el chaleco salvavidas.