

Kayak



Nivel	Año	Institución de origen
2	2001	División del Pacífico Sur

REQUISITOS:

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).
- 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:
 - a. De manera permanente en un taller (fibra de vidrio)
 - b. En una reparación de emergencia en la orilla del río (cinta adhesiva)
- 6** Después de completar un mínimo de dos 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)