



| | | |
|-------|------|-----------------------|
| Nivel | Año | Institución de origen |
| 2 | 1956 | Asociación General |

REQUISITOS:

- 1 Tener la especialidad de Natación II.
- 2 Con el instructor o consejero en la popa, y sin ayuda, remar correctamente las siguientes:
 - a. Un cuarto de una milla (dos quintos de un kilómetro) en un curso recto, detener, hacer un giro y volver al punto de partida.
 - b. Remar de espalda e ir en una línea recta 200 yardas (183 metros). Hacer un giro en el curso, continuado de espalda y regresar al punto de partida (debe haber movimientos completos después de cada remada. No se debe utilizar el pasador/argolla que sujeta los remos).
- 3 Demostrar las siguientes actividades:
 - a. Adecuadamente echar un bote de remos al agua y sacarlo del agua desde y hacia la costa.
 - b. De manera segura, ayudar a una persona hacia y desde un bote de remos, al lado de un muelle.
 - c. Atar un bote de remos a un muelle utilizando cada uno de los siguientes:
- 4 Por sí solo o con la ayuda de una persona que es un nadador, voltear (hundir) un bote de remos, voltearlo que quede derecho hacia arriba, entrar en él y, con las manos o un remo, remar 30 pies (9 metros). Decir por qué debe agarrarse o meterse en un bote de remos inundado.
- 5 Alejarse de la costa o del muelle por sí solo en un bote de remos, acercarse a un nadador, y maniobrar de modo que el nadador pueda ser remolcado a tierra con seguridad.
- 6 Identificar y describir un bote pequeño, bote fondo plano, bote inflable, bote plano y bote de una persona.
- 7 Identificar y describir los siguientes pasadores sujeta remos tipo tholepin, cuadrado, anillo y con abertura superior. Decir por qué la clase de sujetador tipo pin de remos no es recomendado.
- 8 ¿Cuál es la ventaja de movimientos completos mientras se rema?
- 9 ¿Cómo manejar un bote de remos en una tormenta repentina o intensidad de viento alto?
- 10 ¿Cómo calcular el peso que puede llevar con seguridad en condiciones normales en cualquier barco de remos?
- 11 ¿Qué luces son necesarias en un bote de remos en la noche, con o sin motor fuera de borda?
- 12 Conocer cómo equipar adecuadamente un bote de remos, mantener y cuidar de él durante la temporada de navegación. Conocer cómo preparar y guardar el bote de remos cuando no está en uso.