

CAIAQUE OCEÂNICO - CURSO DE NAVEGAÇÃO E RESGATES AVANÇADOS

DURAÇÃO

1 dias / 0 noites

DIFICULDADE

Leve (1/5)

A PARTIR DE

R\$ 514,00

Para remadores que desejam aprimorar as técnicas e o controle em mar aberto.

DIA A DIA

1º Dia - CURSO DE NAVEGAÇÃO E RESGATES AVANÇADOS: Local: Bertioga, SP, próximo ao Forte, na saída do canal. Geralmente utilizamos o estacionamento, com ducha e banheiros, que fica na esquina da Av. Tomé de Souza (Av. da Praia) com R. Jorge Ferreira. Duração: 1 dia, das 9h00 às 17h00 Programa: - Manobras como varredura, curva com apoio baixo e curvas utilizando adernação para maior eficiência, em águas abertas e arrebentação - Teoria sobre cartas náuticas, declinação magnética, escala e como fazer um plano de navegação, que vai ser executado posteriormente - Resgates avançados: resgate de incapacitado, resgate de proa e de remo, hand of god, variações do resgate em T, reentrada e rolamento (com e sem flutuador de remo), resgate cowboy com apoio em 8. - Reboque simples, em linha, de nadador, de contato Sem pernoite. Sem refeição inclusa.

O QUE ESTÁ INCLUSO

Inclui: Equipamento (caiaque, remo, saia, colete, capacete) Certificado ACA módulo Open Water Skills (nível 4) Não Inclui: Transporte até o local Almoço e bebidas

PONTOS DE INTERESSE

- Aumentar a eficiência de manobras em águas abertas usando o adernamento. - Saber plotar cursos e visadas com mapa e bússola e utilizar ferramentas práticas de verificação da sua rota. - Praticar diversas técnicas avançadas de resgate e reboque.

SOBRE A TRILHA

Público alvo: Para remadores já com experiência, que desejam aprimorar o controle do caiaque em condições de mar aberto (adernação), conhecer variadas práticas de resgate e planejar uma remada (ou viagem) usando mapa e bússola. Pré-requisito: Curso Técnicas Avançadas (nível 3) ou nível equivalente

O QUE LEVAR

-Blusa de lycra ou dry, de preferência de manga longa -Neoprene (opcional) -Anorak ou Jaqueta Corta vento (para caso de tempo ruim) -Chapéu ou boné -Luva (opcional) -Bermuda dry ou lycra -Sapatilha de borracha ou papete (para proteger o calcanhar do contato da fibra) -Óculos escuros (opcional) - Garrafinhas para água -Saco estanque ou sacos plásticos para carregar objetos pessoais (só para viagens) -Filtro solar que não saia com a água e com bom fator de proteção -Proteção solar para os lábios - Repelente -Máscara e nadadeiras para snorkeling (opcional, só para viagens)