

CAIAQUE OCEÂNICO - CURSO FUNDAMENTOS DA CANOAGEM OCEÂNICA

Curso sobre Técnicas Fundamentais para Caiaque Oceânico - Módulo ACA Nível 2

DURAÇÃO

1 dias / 0 noites

DIFICULDADE

Leve (1/5)

A PARTIR DE

R\$ 514,00

Aprenda sobre caiaques, cartas náuticas, equipamentos e técnicas de manobras.

DIA A DIA

1º Dia - DIA DE CURSO NA REPRESA: Programa: - Introdução ao caiaque oceânico: infos sobre tipos de caiaque (sit on top, oceânicos, de águas brancas, turismo), estabilidade x velocidade, caiaque pronto para navegar (que não afunde, rebocável e confortável), nomenclaturas. Equipamentos de segurança: coletes salva-vidas com apito, sinalização, saia, cabo de reboque, bomba, caneca e esponja, primeiros socorros, sacos estanque, remo reserva - Test drive em vários modelos de caiaques e equipamentos - Vestimentas adequadas: proteção contra sol, desidratação e hipotermia - Ventos e ondas: como afetam o caiaque e o canoísta - Meteorologia: ventos e entrada de tempestade e seus sinais e riscos - Cartas náuticas - Resgate: saída molhada, reentrada e esgotar água, resgate cowboy, resgate com flutuador de remo (paddle float) - Pegada, ângulo de pás, tamanho do remo. - Remada frente e ré (propulsão), varredura frente e ré (direcional) Ponto de Encontro: Marina Píer 44 www.pier44.com.br - Represa de Atibainha, Nazaré Paulista, a 70 km de SP. Horários: Das 9:00 as 17:00, com pausa de almoço das 12:00 às 13:00.

O QUE ESTÁ INCLUSO

Inclui: Infraestrutura Seguro viagem Equipamentos (colete, remo e caiaque) Certificado de conclusão do curso Não inclui: Almoço e bebidas Transporte até o local

PONTOS DE INTERESSE

Este é o principal curso, com técnicas que você vai usar em 90% do seu tempo remando, com muito mais segurança e eficiência. Dar ao aluno condições de remar segura e confortavelmente em condições de águas calmas. Saber escolher corretamente o seu caiaque e equipamento, com test drive de caiaques e equipamentos nacionais e importados, de diversos tipos e marcas. Executar remadas e manobras básicas, saída e reentrada em caso de capotagem. Saber prever uma situação de risco.

SOBRE A TRILHA

Público alvo: Para quem quer iniciar na prática da canoagem oceânica, com noções gerais sobre tipos de embarcações e equipamentos, técnicas de remada, resgate e situações de risco. Pré-requisito: Saber nadar ou estar confortável na água, com colete de flutuação

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)