

Poradnik kajakarza

W co się ubrać na spływ kajakowy

Większość osób rozpoczyna swoją przygodę z kajakami latem a więc dobór odpowiedniego ubioru nie stanowi problemu. W słoneczne dni na spływy jednodniowe wystarczą:- kąpielówki/strój kąpielowy;

- krótkie spodenki i przewiewna koszula;
- kapelusz na głowę i okulary przeciwsłoneczne (zabezpieczone sznureczkiem przed utonięciem podczas pokonywania przeszkód wodnych);
- buty do sportów wodnych lub sandały zabezpieczające stopę przed skaleczeniem podczas brożenia;
- cienka nieprzemakalna kurtka (lub peleryna przeciwdeszczowa);

W chłodniejsze dni należy zabrać ubiór odpowiedni do panujących warunków atmosferycznych.

Ideałem jest:

- bielizna termoaktywna;
- polar;
- kurtka chroniąca przed wiatrem i wilgocią.

Jeżeli spływ trwa dwa dni lub więcej musimy zabrać ubiór „biwakowy”, pamiętając przy tym o ograniczonej ładowności kajaka.

Co zabrać na spływ kajakowy

Jednodniowy:

- worki na śmieci lub specjalne worki wodoszczelne chroniące nasze ubranie przed zamoczeniem;
- opakowania hermetyczne na sprzęt fotograficzny, kluczyki, telefon, dokumenty, pieniądze;
- jedzenie i picie;
- środki na komary.

Wielodniowy:

- worki na śmieci lub specjalne worki wodoszczelne chroniące nasze ubranie przed zamoczeniem;
- opakowania hermetyczne na sprzęt fotograficzny, kluczyki, telefon, dokumenty, pieniądze;
- jedzenie i picie;
- środki na komary;
- namiot (najlepiej niewielki typu IGLO);
- karimatę;
- butle turystyczną z palnikiem;
- zapałki lub zapalniczkę;
- pojemnik na wodę;
- saperkę;
- niewielką siekierę;
- latarkę;
- menażkę, kubek, sztućce, porządny nóż;
- apteczkę.

Zasady bezpieczeństwa i etykiety kajakowej

1. Musimy się upewnić czy kajaki są w dobrym stanie oraz posiadamy odpowiednią ilość wiosel i sprzętu ratunkowego.
2. Pływamy w kamizelce asekuracyjnej, która zwiększa bezpieczeństwo osób niepewnie czujących się na wodzie (w przypadku dzieci nałożenie kamizelki jest obowiązkowe).
3. Jeżeli płyniemy większą grupą zawsze staramy się zachować z innymi kajakami kontakt wzrokowy i słuchowy. Na szybkim nurcie lub przed przeszkodami nie płyniemy zbyt blisko siebie. Zwracamy uwagę na innych i pomagamy im w razie potrzeby.
4. Nie wolno płoszyć dzikiej zwierzyny (np. łabędzi, kaczek).
5. Zawsze należy zwracać uwagę na wszelkie sygnały ostrzegawcze, inaczej możemy rozbić się na kamieniach lub znaleźć się w niebezpieczeństwie.
6. Nie zakłócamy życia mieszkańcom danej okolicy. Nie krzyczymy więc i nie robimy hałasu.
7. Należy się trzymać z dala od miejsc, w których wędkarze łowią ryby.
8. Wychodząc na brzeg musimy pamiętać o bezpiecznym przycumowaniu kajaka.
9. Wsiadamy i wysiadamy z kajaka ustawionego dziobem w górę rzeki.
10. Przybijamy do brzegu zawsze pod prąd.
11. Po wywrotce na głębokiej wodzie holujemy kajak do brzegu nie odwracając go.
12. Podczas wywrotki w pierwszej kolejności ratujemy człowieka.
13. Rzeczy wożone w kajaku zabezpieczamy przed zamoczeniem (wkładamy w nieprzemakalny worek) i zgubieniem w wodzie (przywiązujemy do kajaka).
14. Płynąc po rzece stale kontrolujemy powierzchnię wody przed dziobem kajaka, zwracając bacznie uwagę na wszelkie zmarszczki, fale i wiry, są to z reguły sygnały o różnych podwodnych przeszkodach, które musisz ominąć.
15. Pilnie obserwujemy tendencje zmian pogody.
16. Nigdy nie wsiadamy do kajaka po spożyciu alkoholu i nie pijemy alkoholu w czasie pływania.
17. Mierzmy zamiary według sił, nigdy odwrotnie, nie szarżujemy.

Kilka praktycznych porad

1. Dostosuj trasę spływu do swoich możliwości (zdobądź informacje – opisy, mapa).
2. Przed wypłynięciem odpowiednio zabezpiecz rzeczy znajdujące się w kajaku.
3. Zabezpiecz KONIECZNIE telefon komórkowy, sprzęt elektroniczny i dokumenty przed ryzykiem zamoczenia. Unikaj rozmów telefonicznych podczas płynięcia.
4. Nie wsiadaj do kajaka po spożyciu alkoholu lub innych rodków odurzających!
5. Siadaj do kajaka ustawionego dziobem w górę rzeki, do brzegu dobijaj pod prąd.
6. Staraj się nie wypuszczać wiosła z rąk.
7. Kontroluj wygląd powierzchni wody (np. fale, wiry – są to sygnały o różnych podwodnych przeszkodach).
8. Staraj się nie przeszkadzać wędkarzom oraz innym turystom na szlaku
9. Nie wykonuj gwałtownych ruchów w kajaku.
10. Zawsze licz się z możliwością wywrotki kajaka (dla własnego bezpieczeństwa konieczna jest umiejętność pływania lub używania kapoka!).
11. Biwakuj w miejscach do tego wyznaczonych.
12. Śmieci nie zakopujemy, lecz pakujemy w torbę foliową i zostawiamy w miejscu do tego wyznaczonym.
13. Pamiętaj o ochronie środowiska.