



EXPERIMENTA Y AVANZA CLASE III: FIN DE SEMANA EN KAYAK

Rema más tranquilo y serás eficiente. La fuerza reside en la calma, el río se vuelve con más pendiente y más volumen. Con unas solas paladas puedes llegar a la contra, lee la corriente, usa la ola y el rulo, conduce por la diagonal o deflector hacia abajo. Seguro que ajustarás el número de paladas y lanzarás el kayak a través del rulo o la ola, y qué sonrisa más bonita te saldrá en la próxima contracorriente. El kayak es así.

Te proponemos dos días de kayak en clase III con el objetivo de pasar un agradable fin de semana, compartiendo las experiencias que el río nos ofrece. Iparralde o norte de Navarra, son los lugares que hemos elegido, los ríos Errobi (La Nive), Irati, Salazar o Esca nos dan la oportunidad de realizar recorridos de diferentes niveles adecuados a nuestras exigencias. Y todo en un ambiente relajado y con diversión asegurada. En el río desafiaremos los rápidos con seguridad y dificultad a medida. Variedad para todos.

LOCALIZACIÓN	Iparralde- Norte de Navarra
DIRIGIDO A...	Piragüistas de nivel II-III que buscan mejorar la técnica para afrontar nuevos retos y disfrutar de una bonita experiencia
OBJETIVOS	Interpretar y comprender la dinámica de los rápidos, progresar con la mejor trayectoria en grado III, adquirir los elementos de seguridad básica para una buena navegación y, sobre todo, pasar un buen fin de semana
GUIAS	Txus Ruiz de Erentxun y Maite Arbonies
Nº PARTICIPANTES	3 / 7 - Ratio 1- 4

NOTAS:

- Después del curso, te aconsejamos que continúes con los deberes que te ponga el instructor, y que de vez en cuando asistas a una clase tutelada.
- Si sois una cuadrilla de kayakistas, lo podemos organizar en fechas a vuestra medida.
- Dos días antes del curso, el instructor se pone en contacto con el grupo vía email y es posible que wasap, para concretar lugar de encuentro, horarios, tema material, condiciones de la meteo, ... De esta manera se hará más fácil la comunicación.
- El alojamiento, dependiendo del lugar, os propondremos alguna casa rural o apartamento con encanto cercano al río, ya concretaríamos en detalle dependiendo del lugar.
- En el fin de semana los caudales de los ríos pueden sufrir alteraciones, así que tenemos planes paralelos y nos adecuamos a las necesidades del grupo.

PROGRAMA

Día 1.- Recepción del grupo en lugar a concretar en función del río. El objetivo es realizar un descenso integral de dos días de navegación, dividiendo el río en dos tramos. Realizaremos un tramo adecuado al nivel del grupo, según caudales. Duración de 3 a 5 h.

Entraríamos al río sobre las 11 de la mañana para finalizar sobre las 4 de la tarde. Tras acabar la sesión en el río, nos dirigimos al albergue para la recapitulación de lo aprendido durante el día (comentarios, aclaraciones, etc.). Proyección de video, repasando los aspectos técnicos del día.

Día 2.- Después de desayunar, comenzamos con la segunda sesión, realizando el descenso del segundo tramo de río. Como el curso contempla un trato personalizado, a cada participante se le darán las pautas específicas a seguir. La idea es de finalizar sobre la 17:00 h. y regresar.

¿QUE INCLUYE?

El precio incluye:

- Equipamiento técnico y de seguridad colectivo.
- Equipamiento personal: Kayak, neopreno, anorak, chaleco, caso, pala, cubre,
- Guías Profesionales asignados para todo el programa.
- Seguro de asistencia.
- Dossier Técnico:
- I.V.A. incluido.

El precio no incluye:

- Traslados desde el lugar de origen hasta el punto de encuentro.
- Alojamientos, desayunos, comidas y cenas durante el programa.
- Cualquier otro servicio no indicado expresamente en el apartado INCLUYE.

FORMA DE PAGO: Pago del importe total con al menos 1 semana de antelación a la fecha de comienzo del curso.

PARA INSCRIBIRSE

Podéis hacer la inscripción vía mail, enviando un mensaje txuserentxun@urnomade.com o llamando al teléfono 616 03 91 78:

- Enviar los datos personales: Nombre, apellidos, nº de DNI y teléfono y mail de contacto.
- Formalizar la inscripción realizando el pago total con al menos 1 semana de antelación al inicio del curso. Los pagos se realizarán mediante transferencia bancaria al nº de cuenta que os facilitaremos una vez realizada la inscripción.

CONDICIONES PARTICULARES

- Número de participantes: El número mínimo total para la salida del programa es de 3 personas, y el máximo de 7 personas.
- Nivel: Piragüistas de Nivel II-III consolidado.
- Es necesario saber nadar, estar en buena forma física y contar con un buen estado de salud. En caso de algún tipo de enfermedad, dolencia, lesión o problemas con la alimentación, consultar.
- La edad mínima para participar en el programa es de 18 años. Consultar opción de menores acompañados. (mínimo 16 años).
- En caso de no alcanzar el grupo mínimo señalado para la confirmación final del curso, se devolverá a cada persona inscrita el total del dinero pagado hasta ese momento.

QUE HAY QUE LLEVAR

KAYAKISTAS con equipo propio: Cubre, casco, chubasquero, neopreno, lifas, chaleco, cuerda seguridad, cordinos, mosquetón, remo, calzado, escaarpines, bolsa estanca, petate.

ALBERGUE: Saco de dormir. En caso de duda consultar.