

Dekalog kajakarza

czyli jak zachować się na kajaku i co zabrać ze sobą splyw

1. Wsiadaj i wysiadaj z kajaka ustawionego dziobem w górę rzeki
2. Przybijaj do brzegu zawsze pod prąd
3. Po wywrotce na głębokiej wodzie holuj kajak do brzegu nie odwracając go i wylewaj wodę przy brzegu
4. Nigdy nie wypuszczaj wiosła z ręki (zwłaszcza po wywrotce), ono nie tonie
5. Pływaj w kapoku, rzeka się nie zatrzymuje.
6. Okulary koniecznie mocuj na głowie
7. Nie śmieć
8. Rzeczy wożone w kajaku zabezpiecz przed zmoczeniem (włóż w nieprzemakalny worek, beczkę) i zgubieniem w wodzie (przywiąż do kajaka), nie trzymaj kluczyków od samochodu w kieszeniach spodni czy spodenek. Jeżeli masz jakieś zawieszki (z telefonem, dokumentami) na szyi chowaj to pod kapok
9. Płynąc po rzece stale kontroluj 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.
10. Pilnie obserwuj tendencje zmian pogody
11. Nigdy nie pij alkoholu w trakcie płynięcia!
12. Zwracaj uwagę na innych i pomagaj im w razie potrzeby, nie zostawimy tych, którym zdarzy się wywrotka samych, pomagamy sobie podczas splywu, kajak który nabierze wody jest naprawdę ciężki. Wiosła i kamizelka rzeczy święte, nie zostawiamy na brzegu, nie toną, zbieramy. Do wypożyczalni oddajemy wszystko co wypożyczyliśmy, szanujemy sprzęt i siebie samych wzajemnie

Co zabrać na splyw kajakowy:

1. Buty, w których bez żalu wejdiesz do wody – może tak być że podczas splywu trzeba wysiąść z kajaka: zdarzają się przeszkody, kamienie, krzaki, trudne do przepłynięcia spiętrzenia, przenioski na młynach, powalonych drzewach, stopniach wodnych. Pływa wielu, różnych kajakarzy, nie wiadomo co jest na dnie rzeki, lepiej nie poranić się w wodzie.
2. Ubranie – nastaw się z góry na zmoczenie i zabrudzenia – lepiej zrezygnować z ulubionej koszulki, bierzemy ciuchy, które schną szybko, nie są ciężkie po zamoczeniu, pamiętamy o ręczniku, kocu, to się przydaje
3. Ubranie na zmianę – jak wyżej. Może się zdarzyć, że wylądujesz w wodzie. Bądź na to przygotowany!
4. Wodoodporny worek – możemy do niego schować wszystkie rzeczy i nie martwić się o zalanie czegokolwiek. Warto również posiadać wodoodporne etui na telefon. (w nida24.pl wypożyczamy worki, beczki, można zostawić kluczyki od aut w bezpiecznym miejscu)
5. Prowiant – coś na ząb, coś na ognisko. Przy wysiłku fizycznym z chęcią posilisz się czymś wysokoenergetycznym: batonem, bananem,
6. nóż, zapatki, widelec metalowy
7. Napoje – nie zapomnijmy o uzupełnieniu płynów nawadnianiu organizmu. Splyw kajakowy to aktywność fizyczna, jesteśmy narażeni na słońce, dlatego należy pamiętać o wodzie, napojach izotonicznych i innych oczywiście bezalkoholowych. Kefir, maślanka – jak oczywiście możecie takie coś pić – genialne. Jak jest chłodniej termos z herbatką, kawka – coś fantastycznego na kajaku
8. Apteczka – jest to rzecz, którą zawsze warto mieć przy sobie w przypadku wypraw kajakowych. Bandaż, plaster, środek dezynfekujący, jak pływacie kilka dni wapno lub magnez tabletki musujące fajna sprawa, dla niektórych zbawienna.
9. Kurtka przeciwdeszczowa – kiedy niespodziewanie zacznie padać, wyciągamy kurtkę przeciwdeszczową. Taka ochrona nie zajmuje dużo miejsca a bardzo często się przydaje.
10. Koniecznie worek na śmieci, pamiętamy o zasadzie z czym przychodzę z tym wychodzę, nie zostawiamy nic na brzegu rzeki, na miejscach zakończenia splywu. Do kajaków po zakończeniu splywu możemy wrzucić wszystko, zabieramy to na naszą bazę nida24.pl. Segregujemy śmieci do przygotowanych worów i zostawimy rzekę dla innych do splywania. Pamiętajmy, że jeden człowiek ma też absolutnie wpływ na to jak wygląda świat wokół nas.
11. Środek na owady: komary, meszki, kleszcze itp.
12. Krem z filtrem, czapkę na głowę zwłaszcza dla dzieci, coś do mocowania okularów na głowie,
13. Jak zabierasz psa daj nam o tym znać – u nas jest pies, więc lepiej się przygotować do tego spotkania wcześniej. Zabierz smycz jak trzeba kaganiec, odwiedza nas dużo dzieci, nie wszystkie psy lubią taki dziecięcy szum. My natomiast kochamy zwierzaki i nie ma dla nas żadnego problemu, bo psy to świetni pływacy.