

## PROGRAMA

### CURSO INTENSIVO DE KAYAK DE MAR

El curso de kayak de mar esta dirigido a todos aquellos que deseen aprender los temas básicos y avanzados en relación con un kayak de mar y que deseen mejorar su seguridad al palear en el kayak. Se permite sólo un número reducido de alumnos para asegurarnos que cada uno aprenda y maneje los factores claves para navegar en kayak con seguridad. Durante el curso, nos moveremos por los alrededores de Cabo de Palos, entre el Mar Menor y el Mar Mediterráneo para que conozcas los distintos peligros que puedes encontrar si alguna vez te aventuras a salir solo a palear.



Veremos las diferentes técnicas de paleo, conducción, embarque y desembarque, los diferentes peligros, ayuda a los compañeros, rescate y autorescate, diferencias entre los modelos de kayaks y materiales, , y mucho más, combinando con unas pequeñas excursiones.

Resumen: Te preparamos para que puedas participar en alguna de nuestras excursiones/travesías por la Costa Mediterránea y para que - realmente - puedas disfrutar de las excursiones con tu propio kayak de mar.

### OBJECTIVOS

El objetivo del curso es formar kayakeros capaces de navegar de forma segura y de forma autónoma en un kayak de mar. Confianza. Transmisión de conocimientos básicos y avanzados relacionados con la seguridad en el kayak de mar. Preparación para travesías con el kayak en mar abierto. Teoría y práctica.

### CONTENIDOS

- Generalidades de piragüismo
- El kayak y el material
- La técnica de paleo, giros y apoyos
- Embarcar y desembarcar
- Solidarización con la embarcación
- Vuelco – Abandono – Recuperación del



material – Vaciado

- El equilibrio
- La propulsación
- La conducción, como por ejemplo desplazamiento lateral
- Diferentes formas de autorescate
- Rescate asistido
- Uso de cabo de remolque, cinta de contacto y saco de rescate
- Navegación con timón y orza
- 1 Excursión Mar Menor / Mar Mayor (según meteorología)

### INCLUYE

1. Formación por una monitora titulada por la Federación Española de Piragüismo (alemana)
2. Uso gratis del material necesario: Kayak, chaleco, pala, cubrebañera, antipérdida de pala, bomba de achique, cinta de contacto, cabo de remolque, flotador de pala, antipérdida de pala, pala de reserva, saco estanco, funda estanca para el móvil, cápsula estanca para la llave del coche, prenda técnica, etc.
3. Prueba de diferentes tipos de kayaks de mar, con timón u orza: Kayaks groenlandeses, kayaks británicos, kayaks de travesía, kayaks modulares, kayaks origami, etc.
4. 20 % Teoría (técnica, material, seguridad, etc.) 80% Práctica (paleo, rescate, autorescate, etc.) – En total 8 horas (2 días a 4 horas). Son REALMENTE 4 HORAS ya que te traigo ya todo el equipo preparado al sito del embarque/desembarque. No perdemos ni un minuto.
5. Seguro
6. 5 % de descuento para cualquier material de DKayak.com (no aplicable a ofertas vigentes u otros descuentos)
7. Calidad del curso: Permitimos un **máximo de 3 personas** / curso para garantizar la **CALIDAD DEL CURSO**. También se puede pedir un curso individual.
8. Oportunidad: Si te decides a comprar un kayak en DKayak.com, la semana del curso, aceptan la cuota del curso como prepago para la compra de un kayak nuevo (no aplicable a ofertas vigentes)
9. 1 llavero y pegatina de regalo-gratis
10. Fotos o video del curso
11. Posibilidad de probar ropa técnica de unas de las mejores marcas del mercado
12. Posibilidad de conocer a otros aficionados de este maravilloso deporte
13. Te preparamos para que puedas participar en algunas de nuestras excursiones/travesía.



14. El curso está personalizado, según tu altura, peso, experiencia, deseos de enfoque de algunos temas/prácticas y el avance de cada uno. ¡No hay ni un curso que se parece a otro ya que lo adapto a ti!

### EXTRAS

- Si te decides a comprar un kayak nuevo en DKayak.com durante la semana del curso, se acepta la cuota del curso como prepagado para el kayak en cuestión (no aplicable a ofertas vigentes)
- Recibes un 5 % de descuento para cualquier compra de material de DKayak.com durante el curso (No aplicable a ofertas vigentes)
- Puedes probar la diferencia entre navegar con orza o navegar con timón. Así sabrás cuál kayak puede interesarte para tu futura navegación por el mar.
- ¡Indícame tu peso, tu altura, talla de pies y experiencia con el kayak para que pueda llevarte el kayak idóneo para ti!
- Solemos estar más de 4 horas porque os suele gustar mucho, y repetimos todas las maniobras que os apetezcan a repetir con toda la tranquilidad. Tú decides cuando salimos del agua 😊
- Puedes participar también en el curso de esquimotaje (+ 90 €).
- Ayudamos en el caso que haga falta alojamiento por la zona.
- Hay el "riesgo" de llevarse nuevas amistades :-)



### DETALLES

**Lugar:** Cabo de Palos y alrededores

**Teoría:** Os entrego documentación con información importante que se debe leer entre la parte I y parte II del curso por si hubiera preguntas.

**Práctica:** En el mar, se elige el lugar según la meteorología que haya.

**Duración/Precio:** Curso de seguridad con el kayak de mar incluida excursión (8 horas / 2 días - 150 €). Solemos estar incluso hasta 10 horas porque os suele gustar mucho.

**Fechas:** Publicadas en la página web, o solicitar disponibilidad a mi: Melanie 646 944 929, también Whatsapp.



**Observación:** El curso de kayak de mar es de 2 días, preferentemente días consecutivos, pero no necesariamente. Es decir se puede realizar, por ejemplo, la parte I en Octubre y la parte II en Noviembre.)

**Nivel:** Iniciación y seguridad; Dificultad: Baja/Media

**Que llevar:** Toalla, gafas de natación/buceo, pinza de nariz, calzado que se pueda mojar, ropa seca, y, muy importante ropa técnica para el agua como puede ser un pantalón de neopreno o Aquatherm y una licra. Si te falta algo de equipo, por favor, indícamelo cuanto antes y te lo llevaré de forma gratuita. Está incluido en el precio del curso.



**Nº de plazas:** Por motivos de seguridad y calidad limitamos las plazas: 3; Mínimo 2 personas

**Plazo para el pago de la cuota:**

Son grupos pequeños con fechas y plazas limitadas. Recomendamos que te apuntes cuanto antes para asegurarte una plaza. No se considera participante del curso, hasta no haber realizado el ingreso/recibido la confirmación del recibo del ingreso.

**Condiciones:** Mayor de 18 años, saber nadar, tener ganas de aprender. NO hace falta una forma física elevada, una forma física normal es absolutamente suficiente. Lo suficiente para poder palear 15 minutos seguidos. NO hacen falta conocimientos previos. En caso de alguna discapacidad o alguna anomalía que puede influir en la actividad kayakera, es importante, avisar antes de venir al curso. Gracias.

**Inscripción:** Por mail a la dirección [info@dkayak.com](mailto:info@dkayak.com) o Whatsapp 646 944 929 a la atención Melanie

**¡ A palear !**

