



Meloja 2 -kajakki Taitonäytön muistilista

Näytön vastaanottaja

Aika ja paikka

Osallistuja


suoritettu Meloja 2 kajakki -taitokurssin ja -taitokortin tekniikat listauksena

1. Kajakin käsittely, kantaminen ja kiinnittäminen
2. Lähteminen, rantautuminen, laituri, luonnon ranta
3. Eteenpäin melonta
4. Pysähtyminen ja taaksepäin melonta
5. Kajakin liikuttaminen sivusuuntaan
6. Kajakin kanttaaminen
7. Kaariveto
8. Alatuki ja kaatumisen estäminen
9. Alatuki liikkeessä
10. Takaperäsin / melaperäsin

Turvallisuustaidot

11. Kajakin kaataminen ja hinaaminen rantaan
12. Kajakin kaataminen / kajakista poistuminen ja kiipeäminen takaisin kajakkiin
13. Avustettu kajakkikäännös / ns. "keulaeskimo"
14. Kaatunen melojan avustaminen takaisin kajakkiin
15. Turvavarusteet
16. Navigointitaidot

Harjoiteltavat taidot – Tavoitteena ymmärtää idea ja osata alkeet

17. Sivuttain melonta, "kahdeksikko" tai "voin levittäminen"
18. "Kahdeksikkotuki" / "Sculling"