

ESQUIMOTAXE I

Dirixido a persoas que non saben esquimotar. O obxectivo è ensinar as pautas para poder aprender e adestrar o esquimotaxe estandar (standart roll) con pa europea ou groenlandesa.

- Programacion:*
- Esquimotaxe na area
 - Envorcado e saída controlada do kaiak
 - Esquiotaxe na orilla con flotador de pa
 - Esquimotaxe na auga con flotador de pa
 - Esquimotaxe na orilla
 - Esquiotaxe na auga

- Equipamento:*
- Traxe de neopreno, Tuilik ou traxe seco
 - Gorro-gamuza de neopreno
 - Gafas natación ou buceo
 - Pinza de nariz (se é precisa)
 - Escarpíns
 - Casco
 - Muda de reposto

Horarios: de 10:00 a 14:00h // 15:30 a 18:30h

Lugar e data: A determinar. Indicarase en contacto persoal.

Recomendacións: traer comida e auga

Coste: Socios: 40€ Non socios: 60€

Inscripcións: agkmformacionnorte@gmail.com (Provincias de Coruña e Lugo)

agkmformacionsur@gmail.com (Provincias de Pontevedra e Ourense)

Normas xornadas de formación: <http://agkm.org/archivos/Normas-Xornadas-de-formación..pdf>

Foros AGKM: <http://agkm.org/>

<http://agkm.foroactivo.com/>

<https://www.facebook.com/AGKM156798371029724/>