

CURSO DE INICIACIÓN AL PIRAGÜISMO. **MAYO 2025.**

o **TEMPORALIZACIÓN.**

- Días 12, 13, 14, 19, 20, 21 de 19:00 a 21:00 horas. (12 horas).

o **LUGAR DE PRÁCTICA.**

- Club Salamanca Canoe Kayak. Avd. de la Aldehuela S/N.

o **PRECIOS.**

Comunidad Universitaria de la USAL **95 €**.

Socios Alumni y federados con el GUM-USAL **100 €**.

En el precio está incluido el material (piragua, pala, chaleco) y el seguro.

o **IMPREScindible.**

Saber nadar (se realizará prueba sencilla de natación el primer día del curso) y fotocopia del **DNI** (Entregar el primer día).

o **MATERIAL NECESARIO NO INCLUIDO:**

Calzado y ropa que se pueda mojar. Ropa de recambio, gorra y protección solar.

o **INSCRIPCIONES:**

Las inscripciones se harán a través del correo electrónico inscripciones.deportes@usal.es del 6 al 9 de mayo de 2025.

No se atenderán correos anteriores a las 9 h. de la mañana del primer día de inscripción.

El curso habilita para pertenecer al Club Salamanca Canoe Kayak.

o **DEVOLUCIONES:**

El curso se realizará siempre que se cubra el cupo mínimo de inscritos establecido. En caso de anulación por la organización se devolverá el importe abonado.

Las **anulaciones por parte del usuario** se registrarán por lo establecido en la normativa de Devolución de Precios Públicos del Servicio de E. F. y Deportes. Pincha [AQUÍ](#).

o **N.º DE PLAZAS.**

5 plazas con posibilidad de ampliar según la demanda. Sólo se llevará a cabo si se ocupan todas las plazas.

o **CONTENIDOS DE LA ACTIVIDAD.**

- Introducción.
- Ideas generales del piragüismo.
- Modalidades del piragüismo.
- Partes de la embarcación y de la pala.
- Paleo en seco: ejercicios de familiarización con la pala.
- Técnicas de embarque y desembarque.
- Paleo en agua: ejercicios de familiarización con la pala y la embarcación.
- Desplazamiento básico.
- Paleo en agua: ejercicios de equilibrio, apoyos.
- Vuelco, remolque y vaciado.
- Paleo en agua: trayectoria rectilínea, giros y cambios de dirección.
- Desplazamiento avanzado: palada circular, apoyo alto, aproximación lateral.
- Juegos náuticos: equilibrios, habilidades, etc.
- Vuelco, vaciado y embarque desde el agua.
- Iniciación a las piraguas de competición de aguas tranquilas.

o **RECURSOS MATERIALES DE LA ACTIVIDAD.**

- Piraguas kayak de iniciación tipo k-1 "Prijon".
- Piraguas kayak de iniciación tipo k-2 "Prijon".
- Palas de hojas dobles de iniciación "Rotomod".
- Chaleco.

o **RECURSOS HUMANOS DE LA ACTIVIDAD.**

- Entrenador básico (nivel II) de piragüismo de aguas tranquilas
- Monitor (nivel I) de piragüismo.
- Técnico T.A.F.A.D.