



Jornada de Caiac Surf

Adreçada principalment als caiaquistes que vulguin iniciar-se en el caiac surf, encara que seran benvinguts els que tinguin experiència en aquesta modalitat i vulguin compartir amb el grup el seu coneixement.

L'objectiu principal és aprendre nocions per gaudir del caiac surf, però les mateixes tècniques són també útils per a quan s'ha de sortir o entrar al mar en una platja amb ones.

No és pròpiament un curs de surf. El format de la jornada consistirà majoritàriament en la visualització de fotografies i petits vídeos i la discussió i comentaris per part dels ponents dels vídeos. Després podria haver-hi una part pràctica si les condicions fossin bones, s'avisarà 24 hores abans.

L'activitat del caiac no és una activitat absenta de risc, recomanem buscar un instructor amb experiència ensenyant caiac surf a qui realment vulgui un curs de caiac surf.

Dia: diumenge 23 de març de 2025

Hora: de 9:30 a 12:30

Lloc: Sala Polivalent del Port Nàutic de Badalona <https://maps.app.goo.gl/mYhZ78y5aQDh3WNJ9>

Idioma: Català. La majoria de vídeos estan en anglès, però es traduiran o es comentaran.

Organitzador: BCN Caiac

Ponents:

Juan Carlos: El més experimentat del grup amb més de 10 anys d'experiència en caiac surf

Raul: El crack del grup que gaudeix d'ones grans mentre els altres patim

Joan Gorina: Instructor de caiac de mar TD2 amb molta experiència en conducció de grups i cursos d'iniciació al caiac i al roll. Coordinador de la Jornada.

Pep Lluís: Especialista en estar al moment i lloc equivocats, menjar-se les ones més grans, bolcar, fallar el roll, nadar i donar oportunitats al grup en agafar experiència en resoldre situacions diverses. Coordinador de la Jornada.

Contingut:

- L'entorn
 - Tipus de platja i de trencament d'ona
 - Les prediccions d'ona i de vent
 - On fer caiac surf a Catalunya
 - Com estimar si les condicions són bones
- Seguretat en el caiac surf
 - Material
 - El grup
 - Condicions
 - Corrents de retorn
 - Obstacles
 - El fons i la platja
- Moviments bàsics
 - Anar cap a la platja (surfeiant o evitant surfejar)
 - Entrar al mar, la remuntada
 - Evitar bolcar. Recolzament baix a l'ona, broaching.
 - Sortir de l'ona.
- Més sobre agafar l'ona
 - A on situar-se
 - Timons i moviments
 - Surfejar diagonals
- Més casuístiques:
 - Sortir del broaching
 - Surfejar d'esquena, voluntària o involuntàriament
 - Roll en el surf
 - Rotllar amb l'ona
 - Rescats i nedar a la zona de surf

Preu:

Gratuït, encara que si finalment la sala té un cost farem collecta per cobrir el cost entre tots, màxim 5€ per persona.

Inscripció:

Preguem la inscripció prèvia fent servir aquest formulari:

<https://forms.gle/eApLb6MY8kR8BJTn8>

Contacte:

juan@gorina.es , ropits@yahoo.com