

Online oktatás - kenu alapok

A legnépszerűbb vizitúrázási forma a kenuzás. A hazai folyókon, tavakon úzhető, klasszikus túrastílus legfontosabb tudnivalóit szedi össze a következő oktatófilm. Figyelmesen hallgasd meg az itt elhangzó tanácsokat, hiszen sokkal élvezetesebb és biztonságosabb lesz a kaland, ha felkészülten állunk neki!

A mai túrakenuk kialakítása az észak-amerikai, kanadai indiánoktól származnak. Jellegzetességük, hogy a hajó orra és fara ugyan olyan kialakítású. Hogy mégis melyik az eleje, azt az ülések elhelyezkedése határozza meg. A kenulapátnak tolla, szára és mankója van. A lapát mérete akkor megfelelő, ha magunk elé állítva csaknem az állunkig ér.

HAJÓBA SZÁLLÁS, INDULÁS:

- Mielőtt elindulunk, érdemes ellenőrizni a hajót. A beülőket, a hajótestet és a légszakokat. A kenu nehéz, ezért vigyük annyian, ahány személyes. Húzzunk cipőt, mert különben könnyen megcsúszhatunk, és figyeljünk az egyenes testtartásra is.

- A hajót folyásiránnyal szemben kell vízre tenni.

- A hajót veszélyes túlterhelni, mert ha nagyon megsüllyed, becsaphatnak a hullámok a kenuba. Erre oda kell figyelni a legénység és a felszerelés kiválasztásánál is. A stabilitás megőrzése érdekében a nehezebb csomagokat alulra, a könnyebbeket felülre tegyük, és rögzítsük őket.

- Beszállás előtt tegyük a lapátot keresztbe a hajóra, majd arra támaszkodva lépünk be a hajó közepébe. Mielőtt elindulnánk és elengednénk a stéget, nézzük meg, hogy a hajó egyensúlyban van-e. Akkor jó, ha a kenu nem dől egyik irányba se.

- A vezérevezős lehetőleg könnyebb testsúlyú jó ütemérzékű, tapasztaltabb túrázó legyen. A legénység mindig a vezérevezőshöz igazodik, és az ő ritmusában evez.

- A kormányos nem csak a hajó kormányzásáért felel, egyfajta kapitányi szerepe is van. Ő látja a teljes csapatot, ő tudja irányítani, hogy ki üljön középre, ki a szélére, hogy meg legyen az egyensúly. Ő látja, mennyire történik egyszerre az evezés, és szükség esetén utasításokat ad. Mint például: „mindenki hátra evez”, vagy „jobb oldal előre evez, bal oldal hátra”.

EVEZÉS:

- A túrakenuban mindenki előre nézve ül és a hajó egyik oldalán evez. Négyes kenuban ketten a jobb, ketten a bal oldalon eveznek, felváltva.

- Ha valaki elfáradt vagy elgémberedett, csak akkor cserélhet oldalt, ha ezt mindenki más is megteszi, mert csak így marad egyensúlyban a hajó, és nem akadályozzuk egymást az evezésben.
- A lapátot úgy kell megfogni, hogy a víz felőli kéz markolja a lapát szárát egyiké araszra a toll felett, a másik kéz pedig felülről ráfog a mankóra. A kenulapátot így, egyféle képen fogjuk, bármelyik irányba is evezünk, vagy kormányzunk vele.
- A helyes kenus evezőtechnika lényege, hogy a lapátot jól előrenyújtva belenyomjuk a vízbe, és a leszúrt lapáthoz húzzuk oda magunkat és a hajót. Fontos, hogy ne csak karból, hanem teljes törzsünkkel húzzuk magunkat a lapáthoz, így jóval hatékonyabban tudunk haladni.
- Akkor halad egyenletesen a hajó, ha mindenki egyszerre evez.

FORDULÁS, KANYARODÁS:

- Ha a kormányos a hajót az evező oldala irányába szeretné kormányozni, a legkönnyebb kormányzási mód az úgynevezett "betartás". Az evező mozdulat végén a lapátot élére fordítva benntartjuk a vízben, és úgy használjuk, mint a hajók a kormánylapátjukat. Ennél technikásabb forma a kanalizás. A húzás közepétől a támaszkézzel a mankót kifordítjuk, és a hajó oldalának támasztva a lapátot erőteljesen oldalra lenyomjuk. Az ellenkező irányba a leggyorsabban az "eltolással" fordulhatunk. Ilyenkor a lapátot a hajó mellett szúrjuk a vízbe, és a hajó oldalától eltolva a farához húzzuk félkörívben. Drasztikusabb formája a ráhúzás, ahol a kormányos nem elől fog vizet, hanem maga mellett oldalra kinyúlva és gyakorlatilag a hajó farát közelíti a lapáthoz, ezáltal a kenu orra az ellenkező irányba fordul.
- A kormányzó mozdulatokat érdemes az evezés ritmusában elvégezni, emiatt csak akkor hagyjunk ki húzást, ha nagyon muszáj. Vegyük figyelembe a hajó tehetetlenségét, sebességét és a lendületét is, hogy ne alakuljon ki túlkormányzás. Persze a legfontosabb szabály, hogy ne menjünk neki semminek, tehát ha a kormányos nem tudja a hajót a megfelelő irányban tartani, akkor utasításokkal, be kell vonnia a kormányzásba a legénység többi tagját is.

FIGYELEM! FONTOS INFORMÁCIÓ:

- A folyó, a víz ugyanolyan közlekedési hely, mint az országút. Indulás előtt tájékozódjunk a helyi viszonyokról: a vízi forgalomról, a természetvédelmi szabályokról, a kikötési és a strandolási lehetőségekről.

- Viharban, villámlásban ne legyünk vízben. Kössünk ki, és a hajót húzzuk ki a partra, hogy a víz nehogy elsodorja. Nagy szélben a fakidőlés is veszélyt jelenthet: a vihar előtt ne az alámosott gyökerű vízparti fák alá húzódjunk be.
- A természet csak addig szép, amíg vigyázunk rá, ne szemeteljünk.
- Az induló komp útját tilos kereszteznünk, és figyelniünk kell a kompkötelekre is.

MIT TEGYÜNK, HA BEBORULUNK?

- Ha beborulunk a vízbe a hajóval, ne essünk pánikba.
- Az első dolgunk az legyen, hogy megszámoljuk, megvagyunk-e mindannyian. A legfontosabb az életmentés. Ha a veszély elhárult, egy határozott mozdulattal fordítsuk vissza a hajót a hossz tengelyénél fogva, és a hajó szélébe kapaszkodva ússzuk ki a partra. Ha a körülmények lehetővé teszik, szedjük össze a csomagjainkat.
- A hajóból a vizet kimerhetjük, vagy a hajótestet óvatosan megemelve kiönthetjük. Ügyeljünk rá, hogy a művelet közben nehogy megroppanjon a hajótest, vagy mi magunk megsérüljünk.

KIKÖTÉS:

- Sodrásban vagy erős szélben lassan és óvatosan kell a kikötési pontot megközelíteni, folyásiránnyal szemben. Először a vezérezős száll ki, és megfogja a hajót. Ezután sorban kilépnek a többiek is, utolsóként a kormányos.
- A kenuúra tökéletes nyaralás családdal vagy barátokkal. Közelről élvezhetjük a természetet és a kényelemről sem kell feltétlenül lemondanunk. Ha egyszer megtapasztaljuk felejthetetlen élményeit, mindannyian újra és újra át akarjuk élni. A vízitúrák olyan felejthetetlen közösségi élményt és sajátos hangulatot kínálnak, amely egyedülálló az aktív kikapcsolódások között. Ráadásul, közben megismerhetjük hazánk legszebb, legérzékenyebb természeti tájait is. És, hogy merre túrázzunk? A viziturervezo.hu honlap segítségével könnyen megtervezhetjük túránk részleteit és útvonalát.

Jó evezést és kellemes túrázást kíván a **VI-KING KENU!**