

COASTAL KAYAK DAY TRIP LEADING

Este curso tiene como objetivo entregar las habilidades y entrenamiento necesario para un kayakista que posea las competencias necesarias para dirigir un viaje o una travesía con participantes sin experiencia previa, en condiciones tranquilas, con vientos no superiores a 10 nudos (18Km/h) y olas que no excedan 30cm. y/o corriente inferiores a 2 nudos(km/hr). El énfasis del curso es el liderazgo de la travesía, educación de seguridad y rescate, (lo más importante no es la instrucción en técnica de remado). El contenido es aplicable a clubes, campamentos, scouts y otros grupos que realizan viajes.

Requisitos Mínimos (ECC)

Los cursos ACA están abiertos a personas que cumplan los siguientes requisitos mínimos

- 1 Respirar por sí mismo. (sin requerir dispositivos médicos de asistencia para respirar).
- 2 Capacidad de realizar inmersión autónoma.
- 3 Capacidad de mantener la cabeza erguida sin apoyo en el cuello.
- 4 Administrar en forma independiente el cuidado personal o con ayuda de un compañero.
- 5 Administrar en forma independiente su movilidad personal o con una cantidad razonable de asistencia.
- 6 Seguir las instrucciones y comunicar efectiva e independientemente o con asistencia de un compañera.

- Requisitos previos del curso: Debe ser miembro ACA.
- Duración del curso: 2 días (16hr).
- Lugar/condiciones del Curso: Aguas protegidas de fácil acceso, la orilla debe ser la sala de clases, con apropiadas condiciones para acceso, entrenamiento, práctica y evaluación. El curso debe ser realizado dentro de un radio de media milla (926mts) de la orilla.

Evaluator: **Instructor de kayak Nivel 4 Costero Aguas Abiertas (o superior), Instructor de Kayak Costero Nivel 3 con reconocimiento en liderazgo de Expediciones.**

Relación Instructor: alumnos:

- Instructor Solo: 5 estudiantes:1 instructor; o con asistente calificado 10:2
- En conjunto: 6:1 instructor y con instructor adiciones 12:2

Tipo de kayak: single o doble, con líneas de vida y cámara de flotación, faldón se usará en al menos parte del curso.

La secuencia de evaluación debería ser ajustada para que calce con las necesidades de los participantes, ubicación de la clase y tiempo establecido.

Esquema del Curso

Día 1: Las clases y las conversaciones se realizarán en la orilla, dependiendo de la ubicación (a juicio del instructor).

Introducción y Logística

- Bienvenida.
- Presentación de instructores y participantes.
- Objetivos del taller.
- Horario.
- Seguros y permisos médicos.
- Política e idoneidad de Chaleco Salvavidas (PFD).
- **Comienzo Inteligente ACA.**

Cualidades del Guía:

- Características deseadas para certificación de guías de viaje:
 - o Juicio y liderazgo.
 - o Remado competente.
 - o Buena comunicación.
 - o Sentido de orientación en río/mar.
 - o Preparado en seguridad y rescate.
- Guía de viaje:
 - o Aplica la disciplina apropiada y control de grupo.
 - o Toma decisiones de seguridad, llegando incluso a la cancelación de un viaje.
 - o Su evaluación se basa en el bienestar grupal por sobre el individual.
 - o Toma la responsabilidad sobre todo el grupo.

Conocimiento en la organización de Grupos.

- Organización del Grupo
 - o Asignación de los kayaks.
 - o Distribución del grupo (en el agua), diamante u otra, con atención a la mejor ubicación del guía.
 - o Sistemas de comunicación.
 - o Señales auditivas y visuales.
 - o Protocolo de radios.
 - o Reglas náuticas de navegación.
 - o Ética del grupo fuera del agua, considerando hábitos higiénicos, no dejar rastro, ejercicios de estiramiento, detenciones para comer.
- Imagen del grupo.

Planificación y preparación del Viaje

- Recomendaciones para relación Guía/participantes:
 - o 1 Guía por cada 6 participantes. En el caso de contar con 2 guías y 1 asistente la relación para los primeros 10 participantes se recomienda 2/10.
- Según las condiciones o nivel de habilidades, puede requerir guías o asistentes adicionales.
- Determinar el nivel de destrezas o habilidades del grupo para seleccionar el lugar apropiado de la expedición.
- Fuentes de información de los lugares: otros remadores, libros guía, internet, informes de radio, reportes de viajes.
- Desarrollar un plan de navegación incluyendo:
 - o Ruta de viaje ; desde-hasta.
 - o Punto de inicio, detención y término, en la carta o mapa si es posible/ puntos de salida de emergencia.
 - o Horarios diarios con tiempos aproximados.
 - o Planes de contingencia para el mal tiempo, las necesidades especiales de salud, problemas o fallos en los equipos. Los planes deben incluir rutas de evacuación.
 - o Identificar líderes de viaje y participantes. Incluir los números de emergencia de contacto.
 - o Información de contacto local de emergencia para rescate.
 - o Persona designada en el grupo para casos de emergencia.
 - o Adjuntar copias de los permisos y documentación de permisos de los propietarios privados cuando corresponda.
 - o Realizar las tareas necesarias para permitir asegurar la obtención de los permisos.
 - o Desarrollar una planificación y orientación del entorno cuando sea pertinente. Incluir clases organizadas tanto en el agua como fuera de ésta.
 - o De no existir una orientación de remado planeada, determinar métodos de verificación de habilidades y experiencia.
 - o Con la entrada del grupo, determinar reglas de viaje para un comportamiento aceptable, siendo éste un requerimiento.
 - o De existir, determinar las comidas y tareas de cocina.
 - o **Discutir acerca de equipo personal y grupal. Realizar tareas para equipamiento de grupo específico.**
 - o Asegurar entregas de fichas médicas y permiso parental.
 - o Discutir las preocupaciones específicas del lugar.
 - o Organizar el transporte y el servicio de traslado. Incluir el uso de posibles proveedores de equipo.
- Prevención y riesgos del viaje
 - o Peligros ambientales.
 - o Aire y temperatura del agua.
 - o Quemaduras en la piel debido al sol.
 - o Hipotermia / hipertermia.

- Tiempo / iluminación.
- Topografía peligros locales.
- Dinámicas
 - Corrientes de marea.
 - Mareas.
 - Vientos.
 - Las corrientes de río.
 - Bocas de río.
- Canal recto.
- Las curvas.
- Esquinas de ángulo recto.
- Resaca.
- Remolinos (eddies).
- Olas y oleaje.
- Riesgos específicos
 - El acceso y las condiciones de egreso.
 - Los criaderos de ostras, choros, etc.
 - Bancos de arena.
 - Restos de naufragio.
 - Algas.
 - Escombros y atascos.
 - Obstrucciones artificiales.
 - Los pilares de los puentes.
 - Redes de pesca.
 - Kayakista incapacitado.
 - Tránsito de barcos
 - Dificultad para clasificación de sistemas.
 - Prevención y reducción de riesgo mediante el reconocimiento, evitar y/o manejar una planificación adecuada y previa al viaje que permita la identificación de peligros.
 - Entrenamiento apropiado de habilidades de remado (conocimiento de primeros auxilios).
 - Reconocimiento. No vaya donde no conoce.
 - Siempre regresar cuando exista cambio de condiciones que pudiesen poner en riesgo la seguridad el viaje.
 - Cómo y cuándo remolcar.
 - Simplemente diga "no" si le resulta muy difícil. Mejor prevenir que curar. "Desafío por elección".

Equipo de seguridad personal y grupal

- La comunicación efectiva es clave.
- Asuntos de manejo de riesgos. Advertir e informar.
 - Chaleco salvavidas (PFD) tipo y tamaño adecuado.

- Ropa de remado adecuado más ropa de recambio.
- Bolsas y cajas secas.
- Calzado adecuado.
- Iluminación y dispositivos para señalización nocturna según corresponda y requiera la ley.
- Saco de dormir, paño de tierra, etc.
- Kit de Supervivencia (cuchillo, fósforos, etc.).
- Artículos personales, incluidos protector solar, medicamentos, productos de higiene, comida y agua.
- Objetos a NO traer: envases de vidrio.
- Kayaks - debidamente equipado.
 - Cubiertas / tapas.
 - Achicadores y esponjas.
 - Los mamparos.
- Materiales de flotación y bolsas de flotación.
- Apoya pies, asientos, líneas de vida.
- Grupo
 - Botiquín de primeros auxilios adecuado (s).
- Kit de reparación de kayak para uso dentro y fuera del agua.
- VHF, teléfonos móviles (varios),
- Bengalas, tinte, humos, etc.
- Kit para acampar.
- Cuerdas de rescate y remolque.
- Carta topográfica, mapa y brújula.
- Refugio de Grupo de Emergencia.
- Remos de repuesto, comida y agua o purificador de agua.
- Descanso, desinfección y arreglo de equipo.
- Discutir acerca de los preparativos, kayak y qué traer para el día dos.
- Fin día uno según a criterio de TI, tareas, etc.

Programa - Día Dos

Palabras de inicio.

- Discutir acerca de temperatura del agua y del tiempo atmosférico previsto para el día.
- Revisión de plan de viaje para el día incluyendo los peligros conocidos y los planes para hacerles frente.
- **Reconocer compañero de remado y tareas encomendadas.**
 - **Discuta responsabilidad de compañero y guía de viaje.**
 - Comprobar el tamaño y ajuste de PFD.
 - Comprobar que cada kayak cuenta para la seguridad con:
 - Equipo.
 - Remo extra.
 - Y que todo el equipo se encuentra seguro y en el lugar adecuado dentro del kayak.

- Revisar que señales auditivas y visuales funcionen correctamente.
- Discutir el protocolo a seguir en caso de volcamiento de algún kayak; referido a la responsabilidad individual y del grupo.
- Discutir en torno a los procedimientos a seguir en caso de extravío de kayakista.
- Asegurarse de que el procedimiento de salida húmeda está claro y demostrar la forma correcta de llevarlo a cabo.
- Revisión de la ética del aire libre.

Revisión de habilidades de remado básicas(en el agua).

- Remados:(Strokes)
 - Hacia delante (Forward stroke).
 - Hacia atrás (Backward stroke).
 - Sorteos (Draw stroke).
 - Sculling.
 - Sweep strokes
 - Apoyos (Braces).
 - Timón (Rudder).
- Maniobras
 - Hacia delante: El kayak se mueve en una línea recta.
 - Hacia atrás: El kayak se mueve en una línea recta
 - Canteos (Edging): El kayak gira debido al canteo ejecutado por el kayakista, el cual mantiene el control de la embarcación durante toda la maniobra.
 - Detención del kayak en 3 a 4 remados en la dirección contraria a la que venía.
 - Mirar hacia atrás.
 - Giros mediante el uso de apoyos.
 - **Deslizamiento lateral o derrapes en el movimiento**
- Lectura de agua y determinación de ruta.
 - Escala de Beaufort.
 - Desembocaduras de rios y cabezas de playa.
 - Uso de remolinos (Eddies).
 - Conocimiento de tiempo atmosférico.

Rescate

- Principios y discusión de rescate en el agua: demostración y práctica.
- Prioridades - Las personas o embarcaciones dependiendo de las condiciones. No abandone el kayak.
- Responsabilidades de víctimas.
- Responsabilidades de los equipos de rescate.
- Responsabilidades del Grupo.
- El auto-resguardo; apoyos (bracing), giro esquimal (roll), salida húmeda (Wet exit), natación con el remo y el kayak.

Rescates en el agua

- Abrazado a cubierta de popa y proa.

- Remolque con kayak equipado.
- Remolque a kayakista herido.
- Remolque de contacto.
- Rescates en T.
- Flotador de remo.
- Reingreso y giro con flotador.
- Estribo de rescate.
- Rescate Scoop.
- Mano de Dios.
- Rescate de proa.

Reparación y recuperación del Kayak.

- Nivelación de habilidades (debilidades).
- Formar balsas para reparaciones en el agua.

Resumen y conclusiones

- Importancia de la responsabilidad del líder en seguridad y viaje.
- Evitar y tratar los riesgos tanto como sea posible.
- Notificar incidentes.
- Entrenamiento adicional en primeros auxilios y mantenimiento de certificación en RCP.
- Tomar cursos ACA/BCU.
- Hacer las actividades divertidas con juegos, etc.
- Realizar examen escrito.
- Evaluación del curso por los participantes.