

Tervetuloa HiiPun MELOJA1- melontakurssille

ARKI-ILTAKURSSI

Kyseessä on melonnan peruskurssi, joka sopii aloittelijoille ja jonkin verran meloneillekin.

Kurssi noudattaa Suomen Melonta- ja soutuiliiton MELOJA1- kurssisuositusta.

Kurssin käyneet voivat lunastaa itselleen MELOJA1-kortin. Lopussa tästä tarkemmin.

Kurssi pidetään ma, ke ja to klo 18-21. Paikalla HiiPun rannassa on hyvä olla jo varttia vaille aloitusta. Tarkka osoite on Yli-Haakkointie 9/ Niittyrintettä alas rantaan. Liitteenä linkki ajo-ohjeeseen <https://www.hiipu.fi/@Bin/255868/Ajo-ohje2.GIF>. (On HiiPun kotisivulla)

Kaksi ensimmäistä päivää harjoitellaan melontatekniikkaa ja opitaan melonnan perustiedot. Pelastautumis- ja kaatumisharjoitus tehdään ensimmäisen kurssipäivän päätteeksi. On erittäin tärkeää hankkia tämäkin elämys valvotusti ja opastetusti, jotta olisi edes hieman kokemusta tilanteesta, jos vahinko joskus sattuu omalle kohdalle osumaan. Pelastusharjoitus kaatumisineen on vapaaehtoinen, joskin sen suorittamatta jättäminen merkitään kurssitodistukseen.

Kolmas päivä melotaan torstaimelontana, jonka voi meloa kurssiviikolla tai kahden seuraavan viikon torstaina. Todistuksen melontakurssin suorittamisesta saat torstaimelonnan jälkeen.

Kurssilla käytetään HiiPun kajakkiyksioitä ja melontavarusteita.

Melonta-asu:

Melonta-asuksi soveltuu sään mukainen, liikkumiseen soveltuva urheilu- tai ulkoiluasu. Paksu puuvillainen vaate imee vettä ja muuttuu kastuessaan painavaksi. Farkut ja hameet eivät sovellu melomiseen. Sateen sattuessa vedenpitävä asu on paikallaan. Kohtalainen sadekaan ei haittaa melontakurssia. Varaa kurssille mukaan myös vaihtovaatteet vesitiiviisti pakattuna (Esimerkiksi kuivapussi tai ehjiin kaksinkertaisiin muovipusseihin pakattuna).

Jalkineet:

Meloessa ei voi käyttää lenkkareita tai muita vastaavia jäykkiä jalkineita. Mahdollinen uimasilleen joutuminen tulee jalkineita valittaessa huomioida. Uimatossut, melontatossut, kevyet ja joustavat jalkineet sopivat melontaan. Monet melovat paljain jaloin tai villasukkasillaan. Kengännauhoja tai vastaavia ei saisi olla, jotta ne eivät jäisi jumiin jalkatukiin tai muihin kanootin rakenteisiin.

Muu varustautuminen:

Päähine suojaksi auringolta tai sateelta, tarvittaessa aurinkovoide ja aurinkolasit. Auringolta suojautuminen on erityisen tärkeää vesillä.

Aurinkolasit ja silmälasit tulee varustaa putoamisen varalta esimerkiksi kuminauhalla tms.

Avaimet, kännykät ja muut arvoesineet voit säilyttää pukutiloissa olevissa lukittavissa kaapeissa. Mikäli viet tavaroitasi vesille, niin huomioi putoamis- ja kastumisvaara. Vetoketjullinen tasku on hyvä paikka pukukaapin avaimen säilyttämiseen. Vedenpitävä kännykkäkotelo ja kannyn turvanaru, jos kännykän haluaa mukaan.

Ota mukaan kelluva juomapullo ja juotavaa. Tarvittaessa pienet eväät, jotta jaksat.

Erityistä:

Uimataito on melojan perustaito. Oletamme sinun olevan uimataitoinen. Jos uimataitosi on ruosteessa tai puutteellinen, ilmoitathan kurssilla asian ohjaajille, jotta sinulle valitaan melontaliivien sijasta pelastusliivit.

Tasapainon ja tajunnan menetystä aiheuttavat sairaudet (diabetes, epilepsia, ym.) tulee saattaa ohjaajien tietoisuuteen oman turvallisuutesi vuoksi.

Kurssin maksaminen:

Ilmoittatuneille lähetetään sähköpostilasku, joka pitää maksaa ennen kurssia. Jokaiselle lähetetään oma lasku. Kuitti on esitettävä ennen kurssia (puhelimella, paperi).

Kurssimaksu: Aikuiset 80 €, nuoret 40 € (alle 19-vuotiaat)

Hintaan sisältyy kurssimateriaali, kaluston käyttö sekä diplomi.

Kurssin käynyt voi liittyä HiiPuun.

Liittymisohjeet ovat HiiPun kotisivulla www.HiiPu.fi sivulla HiiPu/Jäseneksi.

Kurssin käyneen ei tarvitse maksaa liittymismaksua.

Ystävällisin terveisin

Hiidenveden Purjehtijat, www.HiiPu.fi

MELOJA 1 -kortti

HiiPulla on oikeus Euro Paddle Pass (EPP) -järjestelmän 1-tason MELOJA1-kortin myöntämiseen. Kortin saadakseen on hyväksytysti suoritettava kaikki osa-alueet peruskurssillamme.

Kortin voi lunastaa itselleen 10 euron hintaan.

Kortti on helppo tapa todistaa taitonsa niin Suomessa kuin ulkomaillakin. Esimerkiksi monet vuokraamot vaativat tietyn tason osaamista vesille pääsemiseksi. Lisätietoa on Suomen Melonta- ja soutuiliiton kotisivun koulutus-alisivulla.