

Tervetuloa HiiPun Meloja1-peruskurssille

Arki-ilta ja sunnuntaikurssi

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

Kurssi noudattaa Suomen Melonta- ja soutuliiton MELOJA1- kurssisuositusta.
Kurssin käyneet voivat lunastaa itselleen MELOJA1-kortin. Lopussa tästä tarkemmin.

Kurssi pidetään ke 24.8. klo 18-21 ja su 28.8. klo 9-15. Paikalla HiiPun rannassa on hyvä olla jo varttia vaille aloitusta. Tarkka osoite on Yli-Haakkointie 9/ Niittyrinnettä alas rantaan. Liitteenä linkki ajo-ohjeeseen <https://www.hiiпу.fi/@Bin/255868/Ajo-ohje2.GIF>. (On HiiPun kotisivulla)

Ensimmäisenä päivänä vietämme ensin noin tunnin maissa. Sen jälkeen lähdemme vesille. 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.

Toisena päivänä (sunnuntai) tutustumme tarkemmin seuran kalustoon ja teemme retken Hiidenvedellä. Pidämme lounastauon laavulla, jossa on mahdollista tehdä tulet mikäli metsäpalovaroitus ei ole voimassa. Vaihtovaatteet ja varusteet kulkevat päivän ajan mukana kajakissa.

Kurssilla käytetään HiiPun kajakkiyksiköitä 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). Ensimmäisenä päivänä vaatteet jätetään pukukaappeihin (lukolliset) ja mukaan kurssille tai jo valmiiksi vaatteiden alle voi halutessaan ottaa uima-asun, sillä pelastautumisen jälkeen on mahdollisuus lämmitellä saunassa (sekasauna).

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 kanoottin rakenteisiin. Rannalla liikkumiseen kannattaa varata crocsit tai muut lipokkaat, jotka on helppo riisua kajakiin mennessä.

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 kännyn turvanaru, jos kännykän haluaa mukaan. Ota mukaan juomapullo ja juotavaa. Pulloa kuljetetaan kajakin kannella, joten sen olisi hyvä olla muovinen, jotta se kelluu pudotessaan tai varustettu klipsillä, jolla sen saa kiinni kansinaruihin. Tarvittaessa evästä, 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:

Ilmoittautuneille 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.