

Paddla med Kajakvagnen.com

Texten nedan är inte en komplett utbildning i paddling, men den ger förhoppningsvis de grundläggande instruktionerna för er som vill paddla kajak.

Steg 1 Introduktion: Efter att ha tagit ut kajaken, kolla så att alla luckorna sitter på och att det finns paddel, flytväst samt kapell (kjolen) samt att allt ser helt och rent ut.

Steg 2 Sittställning: Det första man behöver göra är att ställa in fotpedalerna. Du styr kajaken med tårna och har fotvalvet mot den fasta delen av pedalen. Trycker du höger svänger du höger, osv. För att flytta fram eller bak pedalerna drar du ut den röda sprinten på pedalens sida och sedan för du pedalen fram eller tillbaka.

När man paddlar ska man sitta på sittbenen och ha lätt böjda knän, gärna lite utåtvecklade. Försök sitta rak i ryggen så att du inte halvligger.

Steg 3 Utrustningen: Sätt först på dig kapellet. Ta det högt upp mot armhålorna och sätt sedan på flytvästen. Genom att ha kapellet högt minskar risken för att det blir en grop som sedan fylls med vatten.

Packa kajaken. Har du mycket packning ska du packa det tunga så nära dig som möjligt och så långt ned som möjligt. Den lilla luckan som är framför dig är inte vattentålig, så använd vattensäker påse för ex mobilen om du har den där.

Paddelns längd är individuell men du ska helst ha den ungefär så lång att du kan greppa om den när du står raklång.

Steg 4 Isättning: Bär kajaken till Sjömacken och sätt i. Håll en hand framför sittbrunnen och en på bryggan. Sätt ned båda fötterna och sedan rumpan. Spänn fast kapellet. Glöm inte att stroppen fram på kapellet ska vara synlig.

Steg 5 Paddling: Paddla med fördel med relativt raka armar genom att vrida bålen. Kanotister använder mage, rygg och ben minst lika mycket som armar, om inte mer.

Övrigt: Du har väjningsplikt gentemot alla andra farkoster på vattnet. Håll dig nära land.

Kajaken är tålig men klarar inte vad som helst och rodret tål inte att böjas hur som helst (om du lägger kajaken upp och ned)

När du paddlat klart: Kolla så du inte glömt något och torka sedan ur kajaken. Ta ett foto på sittbrunnen, lägg tillbaka kajaken, med utrustning i facket och lås sedan med appen. Lägg inte flytväst och kapell i sittbrunnen utan på kajaken.

Kajakvagnen.com

För kontakt info@kajakvagnen.com eller 070 466 80 90