



## NORMAS DE SEGURIDAD

- 1º.-** Es absolutamente indispensable para practicar el deporte del piragüismo dominar la natación.
- 2º.-** En ningún caso un menor debe salir sólo al agua. Deberá ir siempre acompañado, como mínimo por dos piraguas más, garantizándose en cualquier caso que podrá ser auxiliado por persona avezada en nuestro deporte, en caso de emergencia.
- 3º.-** En todos los casos los menores deberán ir provistos de chalecos salvavidas.
- 4º.-** Comprobar siempre que la embarcación cumple las condiciones de flotabilidad.
- 5º.-** En ningún caso deberán montar en la piragua más personas de las que admita la propia embarcación.
- 6º.-** En caso de vuelco, el piragüista deberá agarrarse a la embarcación, ya que ésta sirve de flotador.
- 7º.-** El piragüista deberá siempre mantenerse alejado de los cables, presas, rabiones y especialmente de las hélices de embarcaciones a motor.
- 8º.-** No deberán introducirse en la embarcación materiales innecesarios que en caso de emergencia resultarán siempre peligrosos.
- 9º.-** Se evitará el uso de ropas pesadas y botas de caña alta.
- 10º.-** Antes de comenzar el ejercicio, el piragüista deberá estar informado del lugar donde va a desarrollar su actividad deportiva. Deberá conocer las condiciones locales, corrientes, rápidos, posibles cambios de climatología, etc.
- 11º.-** En ningún caso se deberá practicar el piragüismo entre los menores cuando el agua esté a menos de 14º centígrados.
- 12º.-** El piragüista deberá informar siempre a alguna persona del lugar donde se dirige y del tiempo aproximado que tardará en realizar su ejercicio.
- 13º.-** Es absolutamente fundamental que el piragüista se cerciore de que tiene su licencia federativa en regla para practicar este deporte.
- 14º.-** El piragüista deberá evidenciar su dominio práctico de la natación. Para ello deberá nadar 100 metros sin tiempo, buceando en el centro del recorrido de cada largo de piscina por espacio de 5 metros, obligándole a pasar por debajo de algún objeto flotante que marque esta distancia.
- 15º.-** Para observar la capacidad de permanencia prolongada en el agua, el piragüista deberá permanecer flotando durante 10 minutos sin ningún tipo de ayuda en el mismo lugar donde se realice el entrenamiento. La circunstancia ideal sería realizar este ejercicio a 150 metros de la orilla más próxima, vestido con ropa de deporte.
- 16º.-** El piragüista deberá remolcar la embarcación, previo vuelco, a 50 metros de la orilla más cercana con lo que se evidenciará su control en circunstancias adversas.
- 17º.-** Se hace aconsejable a los clubes, soliciten la correspondiente autorización paterna en aquellos casos en que los piragüistas iniciados sean menores de edad.
- 18º.-** La vigencia de afiliación y por ello la validez de los derechos de mutualista, se fijará a partir de los cinco días de la fecha de entrada de la licencia federativa en la Mutualidad General Deportiva, o en entidad aseguradora correspondiente.