

Melontakurssi la 23. tai su 24.5. sääolojen mukaan

<http://www.rannikonseikkailut.fi/>

Ohessa kurssin vetäjän Piia Sirénin antama aikataulu ja ohjeet:

Kokoonnutaan Kurjenpesän luontotuvan parkkipaikalla, osoitteessa: Kuhankuonontie 68, 21930 PÖYTYÄ kello 10.00. (retki kestää 3-4 tuntia)

Parkkipaikalta on noin 200 metriä rantaan.

Retken alussa käydään läpi melonnan perusasioita, jonka jälkeen lähdemme ryhmässä melomaan kohti Rantapihaa.

Melontatekniikkaa ja turvallisuutta:

- eteenpäin melonta
- kääntyminen
- pysähtyminen
- tasapaino kajakissa
- pelastautuminen
- tehokas melontaveto

Rantaudumme Rantapihan hiekkarannalle, jossa mahdollisuus eväiden syöntiin ja grillaukseen.

Rantapihalta melomme Savojärven pohjoista rantaa Kurjenpesälle asti, jonne retki päättyy, Kurjenpesällä jokainen voi oma-aloitteisesti tutustua Kurjenpesän luontotupaan ja grillata tulipaikalla.

Jokainen ottaa mukaan OMAT EVÄÄT!

Varustelista:

- Säänmukaiset vaatteet, melonnassa roiskuu vettä päälle lähes aina
- Päähine ja aurinkolasit
- Melontaan sopivat jalkineet, esim. sandaalit tai crocksit (kengät helposti kastuvat)
- Täytetty juomapullo (vähintään 1 litra)
- Puhelin (vesitiiviissä pussissa, esim. minigrip)
- Kevyet varavaatteet (kastumisen varalta)
- Omat eväät
- Omat tarvittavat lääkkeet (vesitiiviisti pakattuna)

Ilmoitathan mikäli sinulla on melontaan mahdollisesti vaikuttavia vammoja, sairauksia tai allergioita ennen melontaretkeä.

Jos Sinulla on jotain kysyttävää, ota rohkeasti yhteyttä!

Sitovat ilmoittautumiset sähköpostilla harkatienvaeltajat@gmail.com **10.5. mennessä**

Ennakkoon ilmoittautuneet ovat etusijalla kurssin täytyessä.

Ilmoittauduttuasi saat vastausviestin ja maksuohjeet.

Kurssin hinta on Härkätien Vaeltajat ry:n jäsenille 30 € ja muille 40 €

Lisätiedot: Jaana Selenius 040 722 4637