

Meloja 3 avovesi -taitokokeen suoritusohjeet

Koe vastaa EPP3 (Euro Paddle Pass) Sea Kayak taitokoetta



EPP (Euro Paddle Pass) on viisiportainen melonnan taitokokeiden vertailukelpoisuuteen tähtäävä järjestelmä. Järjestelmän jäsenmaissa suoritettut EPP –järjestelmään pohjautuvat taitokokeet ovat keskenään vertailukelpoisia. EPP -järjestelmä on käytössä Suomessa, Ranskassa, Irlannissa, Iso-Britanniassa, Sloveniassa, Ruotsissa, Tanskassa, Norjassa, Italiassa ja Saksassa.

Taitokokeen suoritusohjeet

Yleiset tavoitteet

3 -tason melojan on pystyttävä melomaan ryhmän jäsenenä itsenäisesti ja turvallisesti 3 –tason olosuhteissa. Hän pystyy arvioimaan riskejä, avustamaan pelastustoimissa ja osoittaa sitoutunutta asennetta melontaan. 3 -tason melojan on mielletävä itsensä kykeneväksi melojaksi, ei enää aloittelijaksi.

Suorituspaikka ja olosuhteet

3 –tason avovesimelonnan taitotesti tulee suorittaa päivätken aikana avoimella vesialueella tuulen voimakkuuden ollessa 4-8m/s. Aallon korkeus 0.5 - 1 m. Satunnaisia murtuvia aaltoja. Ei vuorovesiolosuhteita. Olosuhteet voivat olla myös vaativammat. Testin vastaanottajan on kuitenkin huomioitava olosuhteet suorituksia arvioidessaan. Täysin tyynessä testissä ei voi järjestää.

Kalusto

Laipiollinen, aukkopeitollinen kajakki tai sit-on-top. Kaksilapainen mela.

Kokeen vastaanottaja

Kokeen vastaanottajalla on oltava Melonta- ja soutuliiton kokeen vastaanotto-oikeus.

Arviointi

Arviointi on kaikissa testattavissa taidoissa hyväksytyt / hylätyt. Kaikki testattavat taidot on suoritettava hyväksytysti. Kaikki suoritukset, paitsi eskimokäännös on näytettävä molemmilta puolilta. Teknisten melontasuoritusten on oltava tehokkaita ja johdonmukaisesti toistuvia. Arvioinnissa kiinnitetään huomiota sekä melontatekniikoihin, että melontatilanteen kokonaishallintaan.

HUOM!

Monet termit on käännetty englannista. Tällaisia ovat esim. ”sculling draw”, ”draw stroke”, ”leading edge”, ”power face” ja ”edging”. Näistä on käytetty vakiintuneita suomenkielisiä termejä tai selittäviä täsmennyksiä.

Kajakin / kanootin kanttaaminen / kallistaminen

Kajakin kallistaminen ”edging” voidaan suorittaa kahdella eri tavalla. Kajakkia voidaan kallistaa siten että melojan painopiste pysyy kajakin päällä. Meloja ei siis kallistu kajakin mukana. Kajakki pysyy tällöin pystyssä ilman melan tukea.

Kajakkia / kanoottia voidaan kallistaa myös siten että meloja siirtää painopisteen kajakin tasapainopisteen ulkopuolelle, eli meloja kallistuu kajakin mukana. Tällöin kajakki kaatuu ilman melan tukea. Tällainen kallistaminen voidaan tehdä esim. voimakkaan alatukikäännöksen yhteydessä tai koskessa kiven takaa virtaan melottaessa.

1. Ennakkovaatimukset

- 1.1. Uimataito
- 1.2. 2 tason taitotodistus tai vastaava
- 1.3. Kokelaan on osoitettava meloneensa kolme noin 10km retkeä vähintään 5m/s. tuulessa.

Osattavat taidot

2. Kajakin nosto, kantaminen & vesillelasku

- 2.1. Kokelas käyttää ergonomista ja kalustoa säästävää kajakin nosto- ja kantotekniikkaa siirryttäessä kajakkia auton katolta tai kanoottikärrystä rantaan. Kokelaan on hallittava turvallinen vesille meno laiturilta ja rantapenkältä ja vesille laskuun sopivalta rannalta. Kokelas saa käyttää ulkopuolista apua kanootin käsittelyyn.

3. Rantautuminen etu- ja takaperin, sivuttain

- 3.1. Kokelas osaa rantautua hallitusti tuulen ja aallot huomioiden. Suoraan rantaan surffaaminen ei ole hallittua rantautumista.

4. Surffilähtö ja rantautuminen

- 4.1. Kokelaan on pystyttävä lähtemään ja rantautumaan max. 1m murtuvissa aalloissa.

5. Eteenpäin melonta

- 5.1. Ryhdikäs, dynaaminen istuma-asento.
- 5.2. Lavan veteen ja vedestä pois vieminen, riittävän edestä, koko lapa veteen.
- 5.3. Kajakin on kuljettava suoraan.
- 5.4. Voimankäytön on sovelluttava olosuhteisiin, tuuleen ja virtauksiin.
- 5.5. Vartalon on kierryttävä.
- 5.6. Otelevyden on oltava oikea (vähän hartialeveyttä suurempi).
- 5.7. Kokelaan on pystyttävä melomaan n. 7km/h matkavauhtia useiden kilometrien ajan.
- 5.7. Kokelaan on pystyttävä melomaan tehokkaasti myös vastatuulessa.

6. Pysähtyminen ja taaksepäin melonta

- 6.1. Kokelaan on pysäytettävä kajakki 4 melanvedolla.
- 6.2. Ryhdikäs, dynaaminen istuma-asento.
- 6.3. Lavan oikeanlainen veteen ja vedestä pois vieminen.
- 6.4. Kajakin on kuljettava suoraan.
- 6.5. Voimankäytön on sovelluttava olosuhteisiin, tuuleen ja virtauksiin.
- 6.6. Vartalon on kierryttävä.
- 6.7. Otelevyden on oltava oikea (vähän hartialeveyttä suurempi).

7. 360° käännös paikalla

- 7.1. Käännös molempiin suuntiin. Käytettävä kaarivetoja eteen- ja taaksepäin.
- 7.2. Veto mahdollisimman laajalla kaarella, käsi lähes suorana, koko lapa vedessä.
- 7.3. Veto aivan keulasta aivan perään.

8. Melaperäsin

- 8.1. Mela on sijoitettava pystyasennossa aivan kajakin takaosaan.
- 8.2. Kokelaan tulisi pystyä pitämään kajakki suunnassa myötätuulessa ja pienissä aalloissa surffissa yhdeltä puolelta ohjaten.

9. Etuperäsin

- 9.1 Kokelaan on näytettävä tehokas etuperäsin.

- 9.2. Käännös saatetaan alkuun vastapuolen kaarivedolla.
- 9.3. Kajakkia on kallistettava käännöksen tehostamiseksi.

10. Sivuttaissiirtyminen vauhdissa, "hanging draw"

- 10.1. Kajakin pitää siirtyä vauhdissa sivuttain kiinteällä melalla ohjaten ja mahdollisimman vähän kanootin nopeutta menettäen.

11. Sivuttain melominen

- 11.1. Kajakin pitää siirtyä suoraan sivulle vähintään 5 m
- 11.2. Joko "koukkimista" tai "sculling" –tyyliä voi käyttää.
- 11.3. Vartalon pitää kiertyä kulkusuuntaan.
- 11.4. Melan pitää olla lähes pystysuunnassa.

12. Alatuki ja ylätuki paikalla

- 12.1. Kajakin on kallistuttava kunnolla tasapainopisteen ohi.
- 12.2. Ylätuessa veden pitää yltää kokelaan vyötärölle.
- 12.4. Kädet eivät saa nousta ylös.

13. Alatuki ja ylätuki ja liikkeessä

- 13.1. Kajakin on kallistuttava kunnolla tasapainopisteen ohi.
- 13.2. Ylätuessa veden pitää yltää kokelaan vyötärölle.
- 13.4. Kädet eivät saa nousta ylös.
- 13.5. Voidaan suorittaa surffissa.

14. Aallokkemelonta sivu- vasta- ja myötääaltoon

- 14.1. Kokelaan on pystyttävä melomaan sujuvasti sivu- vasta – ja myötääallokossa.

Turvallisuus, turvallisuustaidot on osattava hyvin

15. Hinaaminen ja hinausköyden käyttö

- 15.1. Kokelas hinaa toista kanoottia hinausköyden avulla. Hinausköysi pitää pystyä irrottamaan vaaran uhatessa. Kokelaan on ymmärrettävä hinaamisen riskit.
- 15.2. Kokelaan pitää pystyä hinaamaan kanoottia tehokkaasti kohtuullista matkavauhtia.

16. Eskimokäännös

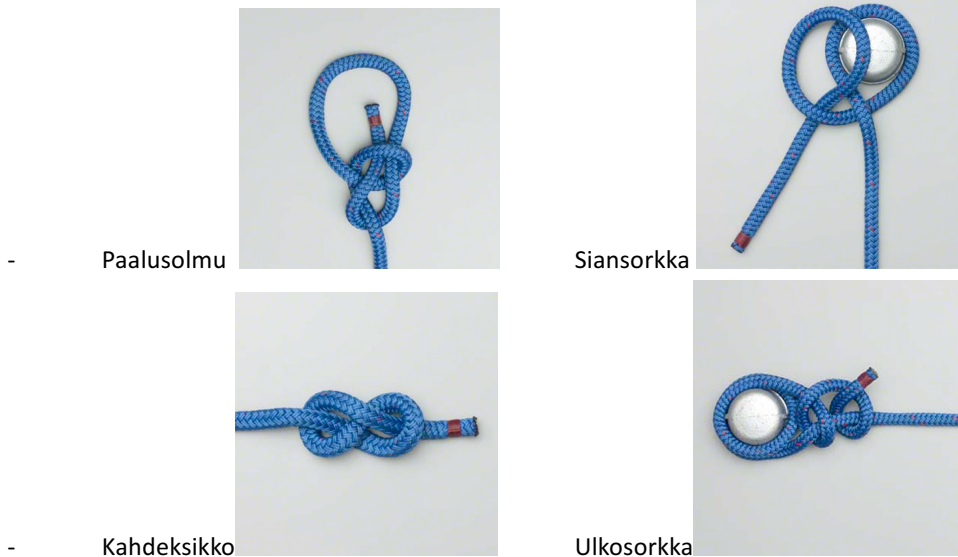
- 16.1. Kokelaan pitää pystyä suorittamaan eskimokäännös niissä olosuhteissa joissa testi suoritetaan (retkiolosuhteet, avoin vesialue, aallonkorkeus 0.5 – 1m, 3-8m/s)
- 16.2. Suoritus yhdeltä puolelta riittää.
- 16.3. Kokelas saa valmistautua suoritukseen.
- 16.4. HUOM! Jos testivälineenä on sit-on-top, kokelas kaataa kajakin ja pelastautuu takaisin omatoimisesti.

17. Paripelastus pelastajana ja pelastettavana

- 17.1. Toisen melojan ja kanootin hallittu pelastaminen syvässä vedessä niin, että pelastettava voi jatkaa melontaa. Kaatunut meloja saa auttaa pelastajan ohjeiden mukaan.
- 17.2. Hallittu kajakista poistuminen ja avustettuna kajakkiin pelastautuminen.
- 17.3. Kaatuminen on suoritettava aukkoisesti kiinni molempien käsien on oltava kiinni melassa ennen kaatumista.

18. Solmut

18.1. Kokelaan on näytettävä seuraavat solmut sekä selitettävä niiden käyttötarkoitukset



19. Navigointitaidot

- 19.1. Kartan lukeminen. Testattava tuntee karttamerkit sekä vesiliikenteen merkit. osaa lukea maastokarttaa sekä merikarttaa.
- 19.2. Suunnan ottaminen kartalta kahden pisteen välillä. Eranto on osattava huomioida.
- 19.3. Suunnan ottaminen kohteeseen maisemassa. Eranto on osattava huomioida.
- 19.4. Paikannus ja kartanluku vesillä, ristisuuntima. Kokelas pystyy paikantamaan itsensä vesillä, osaa käyttää ristisuuntimaa, osaa suunnitella reitin kartan avulla.

20. Toimiminen ryhmässä

- 20.1. Kokelas ei omalla toiminnallaan aseta ryhmää vaaratilanteeseen.
- 20.2. Kokelas tarkkailee muita ryhmän jäseniä ja auttaa heitä tarvittaessa.
- 20.3. Kokelas noudattaa ryhmän sääntöjä.

Varusteet

Kokelaan on oltava varustautunut kokeessa tarvittavin, toimivin varustein. Jos joitain varusteita on lainattu, suhtaudutaan niihin kuin kokelaan omiin välineisiin. Jos jokin väline ei vastaa tarkoitustaan, on sen huomaaminen jätettävä kokelaalle.

21. Kajakki, mela, varusteet ja pakkaaminen

- 21.1. Kajakin riittävä kelluvuus pitää olla varmistettu. Kajakin on kelluttava vedellä täytettynäkin vaakatasossa. Kelluvuus vähintään 100N / meloja.
- 21.2. Kajakissa on oltava tartuntakahvat / narut molemmissa päissä. Jos käytetään keula- ja peränaruja, on niiden oltava pakattuna niin, ettei niistä aiheudu sotkeutumisen vaaraa.
- 22.3. Kajakki on pakattava olosuhteiden vaativalla tavalla (trimmi).
- 22.4. Mahdollinen kansilasti ei saa heikentää kajakin melottavuutta tai vaikeuttaa pelastustoimia.
- 22.5. Varusteet on pakattava siten että ne eivät kastu (kuivasäkit tarvittaessa).

- 22.6. Kajakin ja melan on oltava melojalle ja vallitseviin olosuhteisiin sopivat.
- 22.7. Aukkopeitteen on oltava riittävän vedenpitävä.

22. Henkilökohtaiset varusteet

- 22.1. Vaatetuksen tulee vastata melontaolosuhteita. Tuulen- ja vedenpitävät vaatteet tulisi kuulua varustukseen.
- 22.2. Kelinmukaiset varavaatteet on oltava mukana.
- 22.3. Ruoka ja juoma. Eväät ja mahdollisuus kuumaan juotavaan pitää olla mukana. Termospullo, jossa on kuumaa juotavaa, käy.

23. Henkilökohtaiset turvallisuusvarusteet

- 20.1. Vähintään 50 N melontaliivit ovat pakolliset. Paukkuliivit tai vastaavat sallitaan, mutta kokelaan tulee tietää, koska ne pitää laukaista ja näyttää laukaisu ja tyhjennys.
- 20.2. Aukkopeitossa on oltava vapautuskahva / -remmi.
- 20.3. Puhelin, pilli, soveltuvat merkinantovälineet (hätäsoihdu tms.), hätämuona, sääsuojapussi (bivvy) tai hypotermialakana, tasku-/otsalamppu, tulitikut tai sytytin, toimiva hinaussysteemi (pitkä+lyhyt+kontaktihinaus), hihnalenkki (slingi tai vastaava), karabiinihaka, katkaisupuukko / työkalu, puukko / monitoimityökalu.

21. Ensiapulaukku ja kanootin / varusteiden korjaussarja

- 1. Ensiapulaukun sisällön on vastattava kokelaan ensiaputaitoja ja melontaolosuhteita.
- 2. Korjaussarjan on sovittava käytettävän kaluston ja varusteiden korjaamiseen.

Koska kalusto ja olosuhteet voivat testien välillä ja testin aikana vaihdella. Testin vastaanottaja voi valita tavan jolla koesuoritukset tehdään.

Helsingissä 23.10.2013, Suomen melonta- ja soutuliitto