



KARTA PLNENIA ODBORKY

VODÁK

Meno: _____

Inštruktori: _____

Zelený stupeň

Podmienka	Dátum splnenia	Podpis inštruktora
1. Viem, ako sa postupuje pri záchrane topiaceho sa.		
2. Zúčastnil som sa aspoň jedného splavu.		
3. Preplával som 100 m bez prestávky.		
4. Na stojatej vode dokážem jazdiť rovno aj na dlhšom úseku.		
5. Zjazdil som okuliare v mierne tečúcej vode (po prúde, späť proti prúdu, priečne k druhému brehu, proti prúdu a znovu po prúde).		
6. Poznám vodácku terminológiu: prúdnicia, vraták, valec, hať, utopené kamene...; a ukázal som ich na vode.		
7. Niekomu z družiny som vysvetlil a ukázal ako správne: pádlovať, nasadnúť do lode pri brehu (v kanojke aj: vymeniť si miesta v kanojke na vode, vymeniť sa s človekom z inej kanojky).		
8. Pre družinu alebo oddiel som pripravil zoznam vecí potrebných na splav a pravidiel bezpečnosti, ktoré na splave treba dodržiavať.		
Zelený stupeň som získal:		

Červený stupeň

Podmienka	Dátum splnenia	Podpis inštruktora
1. Zúčastnil som sa aspoň 3 splavov.		
2. Na zátokke som si prakticky vyskúšal zvládnutie prevrátenia lode, vylezenie z kajaku, kanoe, dopravenie plavidla na breh, vylatie vody, prenášanie lode aspoň 20 m a pokračovanie v jazde.		
3. Na kanoe viem pádlovať aspoň 20 m v stojí, aby som dokázal zistiť prúdnicu.		
4. Dokážem sa počas jazdy vymeniť v kanoe, predný za zadného a opačne.		
5. Pod dohľadom skúseného vodáka som úspešne absolvoval preteky na tečúcej vode s 10 prekážkami (všetky som ich čisto prešiel a počas preteku som neopustil plavidlo).		
Červený stupeň som získal:		

Poznámka k preteku (červený stupeň, bod 5):

- Prekážky môžu byť prírodné (kameň, konár, strom, plytčina) i umelé (bója, ukotvená loď, stojaci človek, zapichnutá palica, slalomová brána a pod.). Ako prekážky sa zakazujú hate, valce, vertikálne prúdenia, stavidlá, mostné piliere, móla, naplaveniny na rýchlo tečúcej vode a iné životu nebezpečné prekážky.
- Trať a prekážky treba jasne označiť a ak sa dá, vyznačiť aj spôsob prejazdu. Minimálne štyri prekážky vyžadujú otočenie proti prúdu a aspoň trikrát traverz. Prejazd prekážky je stanovený podobne: obísť zľava, obísť sprava, obísť po prúde, obísť proti prúdu, preplávať popod konár atď. Ak je prúd slabý, môžu sa pridať komplikácie: prejsť prekážku postojacky, prejsť časť trate cúvaním...
- Čistotu prejazdu kontrolujú traťoví rozhodcovia, čas stanovuje štartový a cieľový rozhodca. Na trati musí byť zabezpečená primeraná záchrana.
- Ak sa súťaž v jazde na kanojkách, súťažiaci vodák musí byť kormidelník.
- Je vhodné súťaž rozdeliť zvlášť na kategórie muži, ženy alebo podľa veku.



KARTA PLNENIA ODBORKY

VODÁK

Meno: _____

Inštruktori: _____

Zelený stupeň

Podmienka	Dátum splnenia	Podpis inštruktora
1. Viem, ako sa postupuje pri záchrane topiaceho sa.		
2. Zúčastnil som sa aspoň jedného splavu.		
3. Preplával som 100 m bez prestávky.		
4. Na stojatej vode dokážem jazdiť rovno aj na dlhšom úseku.		
5. Zjazdil som okuliare v mierne tečúcej vode (po prúde, späť proti prúdu, priečne k druhému brehu, proti prúdu a znovu po prúde).		
6. Poznám vodácku terminológiu: prúdnic, vraták, valec, hať, utopené kamene...; a ukázal som ich na vode.		
7. Niekomu z družiny som vysvetlil a ukázal ako správne: pádlovať, nasadnúť do lode pri brehu (v kanojke aj: vymeniť si miesta v kanojke na vode, vymeniť sa s človekom z inej kanojky).		
8. Pre družinu alebo oddiel som pripravil zoznam vecí potrebných na splav a pravidiel bezpečnosti, ktoré na splave treba dodržiavať.		
Zelený stupeň som získal:		

Červený stupeň

Podmienka	Dátum splnenia	Podpis inštruktora
1. Zúčastnil som sa aspoň 3 splavov.		
2. Na zátok som si prakticky vyskúšal zvládnutie prevrátenia lode, vylezenie z kajaku, kanoe, dopravenie plavidla na breh, vylatie vody, prenášanie lode aspoň 20 m a pokračovanie v jazde.		
3. Na kanoe viem pádlovať aspoň 20 m v stoj, aby som dokázal zistiť prúdnicu.		
4. Dokážem sa počas jazdy vymeniť v kanoe, predný za zadného a opačne.		
5. Pod dohľadom skúseného vodáka som úspešne absolvoval preteky na tečúcej vode s 10 prekážkami (všetky som ich čisto prešiel a počas preteku som neopustil plavidlo).		
Červený stupeň som získal:		

Poznámka k preteku (červený stupeň, bod 5):

- Prekážky môžu byť prírodné (kameň, konár, strom, plytčina) i umelé (bója, ukotvená loď, stojaci človek, zapichnutá palica, slalomová brána a pod.). Ako prekážky sa zakazujú hate, valce, vertikálne prúdenia, stavidlá, mostné piliere, móla, naplaveniny na rýchlo tečúcej vode a iné životu nebezpečné prekážky.
- Trať a prekážky treba jasne označiť a ak sa dá, vyznačiť aj spôsob prejazdu. Minimálne štyri prekážky vyžadujú otočenie proti prúdu a aspoň trikrát traverz. Prejazd prekážky je stanovený podobne: obísť zľava, obísť sprava, obísť po prúde, obísť proti prúdu, preplávať popod konár atď. Ak je prúd slabý, môžu sa pridať komplikácie: prejsť prekážku postojacky, prejsť časť trate cúvaním...
- Čistotu prejazdu kontrolujú traťoví rozhodcovia, čas stanovuje štartový a cieľový rozhodca. Na trati musí byť zabezpečená primeraná záchrana.
- Ak sa súťaž v jazde na kanojkách, súťažiaci vodák musí byť kormidelník.
- Je vhodné súťaž rozdeliť zvlášť na kategórie muži, ženy alebo podľa veku.