

# 初心者のための安全安心カヤック事前講習会

## 受けてりゃ良かった！2時間30分

カヤックに初めて乗るかた向けの事前講習会です。(カヤック経験者も大歓迎)

今年も那珂川大会カヤックセクションは担ぎ上げが禁止になります。

カヤックセクションで順位を上げたい方、リスクを理解し安全にケガをしたくない方は是非とも受けていただきたい講習会です。

日時 4月15日 8:00~10:30

場所 栃木カヤックセンター那珂川出張所(観光ヤナひのきや内)

栃木県那須烏山市宮原265 観光ヤナひのきや内

料金 5000円(レンタルカヤック、パドル、ライフジャケット、ヘルメット、保険料、税込み)

ウェットスーツ、シューズレンタルは別途各500円をご用意できます。(事前予約制)

申込方法 事前予約制 栃木カヤックセンターまでe-mailにてお申込みください。

メールアドレス(担当高橋): [tkc@tkcnet.jp](mailto:tkc@tkcnet.jp)

必要記入項目

①参加人数 ②参加者全員の名前 ③代表者住所 ④代表者の携帯電話番号

⑤参加者全員のカヤック経験日数 ⑥ウェットスーツやシューズのレンタルの有無(必要な場合は必要な方全員の身長と体重もしくは足のサイズ)

申込締切 4月12日まで

持ち物 カヤックのできる服装(レースに出場する服装でも結構ですがかなり濡れます)、シューズ(かかとの固定できる物、但し濡れます。ビーチサンダル、クロックスタイプ、裸足等は不可)

有料レンタルウェア有り 各500円(ウェットスーツ、スポーツサンダル)

※有料レンタルウェアが必要な場合は予約時にお申し付けください

### タイムスケジュール

着替えと準備体操を済ませてご集合ください(更衣室は7時30分頃開放いたします。)

8:00 受付、インフォメーション

陸上講習(漕ぎ方、乗降方法、川の流れについて、セルフレスキュー法)

8:30 水上講習(カヤック操作法、流れの使い方、希望者にはセルフレスキュー法)

10:00 フリータイム

10:20 ふりかえり

10:30 終了・解散

※カヤック経験者も参加歓迎です。例年初心者と経験者に分かれて講習をしています。

※事前予約制です。レース当日の申込はお受けできません。

※集合時間に遅れた場合途中からの参加はできません。その場合キャンセル扱いとなり当社規定のキャンセル料金が発生しますので予めご注意ください。

不明な点や質問がありましたらメールにてお問い合わせ下さい。

メールアドレス(担当高橋): [tkc@tkcnet.jp](mailto:tkc@tkcnet.jp)