

## Advanced Sea Kayaker

Merimelonnin syventävä jatkokurssi on vähintään 10 tuntia kestävä turvallisuusasioihin painottuva kurssi, joka kehittää käytännön melontatilanteissa tarvittavia taitoja ja tietoja. Kurssi voidaan järjestää esimerkiksi viikonlopun aikana tai kolmena iltana. Kurssi antaa myös hyvän pohjan Euro Paddle Pass järjestelmän EPP3 tason suorittamiselle (taitokoe suoritetaan erikseen).

### Tavoite:

Kurssin suorittanut meloja osaa huolehtia itsestään alla mainituissa olosuhteissa ja pysyy toimimaan luotettavasti ryhmänjohtajan apuna esimerkiksi pelastustoimissa.

### Olosuhteet:

Osittain avoin meri- tai järviolue, tuuli 6-10+ m/s, noin 0,5 - 1,0 metrin aallokko.

### Ennakkovaatimukset:

Meloja hallitsee hyvin kajakkimelonnin perusteet (*katso osallistujan ohjeet*).

### Kouluttaja:

Pohjoismaisen merimelonnin ohjaajayhdistyksen lisensoima kouluttaja – Sea Kayak Instructor. Enintään 6 oppilasta/kouluttaja.

## KURSSISISÄLTÖ

### Käytännön melontataidot

Tehokas eteenpäinmelonta

Toimiva kajakin kallistaminen ja tuennat käytännössä (alatuki, ylätuki, liikkuva melatuki)

Ohjaustekniikat (etuperäsin, sivuttain siirtyminen vauhdissa, melaperäsin/käänteinen melaperäsin)

Eri ohjaustekniikoiden yhdistäminen

Aallokossa ja tuulussa melominen (painonsiirto, olosuhteiden hyödyntäminen, surffaus)

### Turvallisuustaidot

Itsepelastus (kajakkiin kiipeäminen, re-entry melakellukkeella tai ilman)

Avustettu paripelastus käytännön olosuhteissa ("heel hook", tajuttoman/väsyneen pelastus "skuupaus", molemmat nurin, hinaukset pelastustilanteessa)

Eskimokäännöksen perusteet

Varusteiden käyttö (kännykkä vesitiiviisti pakattuna, varamela, hinausköysi ja katkaisuveitsi, pumppu, merkinantovälineet, varaenergia, ea-pakkaus, pieni korjauspakkaus)

### Toimiminen ryhmässä

Melominen ryhmässä (kanssamelojien huomioiminen ja reagointi, pelastustoimissa avustaminen, )

Reittisuunnittelu ja sääolosuhteiden huomioiminen (sääoppi)

Navigointi (sujuva maisemanavigointi, eranto, suunnan ottaminen, itsensä paikantaminen ja koordinaatit, pimeänavigoinnin perusteet)

Käytännön ensiapu melonnassa (yleisimmät ensiavun tarpeet, hypotermia – oireet ja hoito)