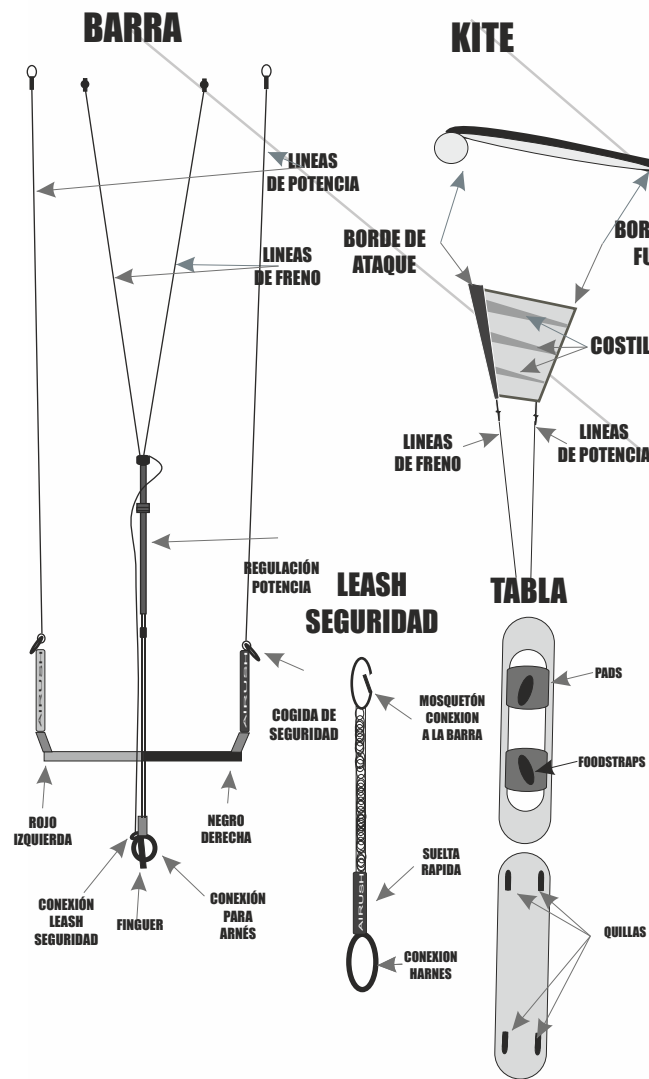
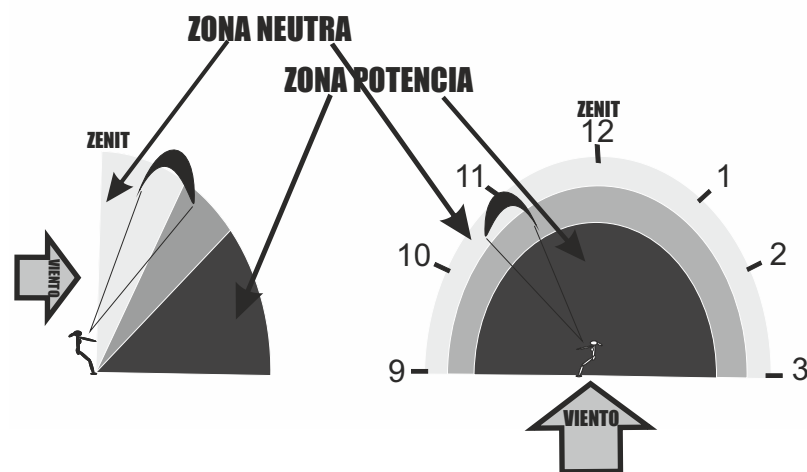


CURSO INICIACIÓN KITE-SURF

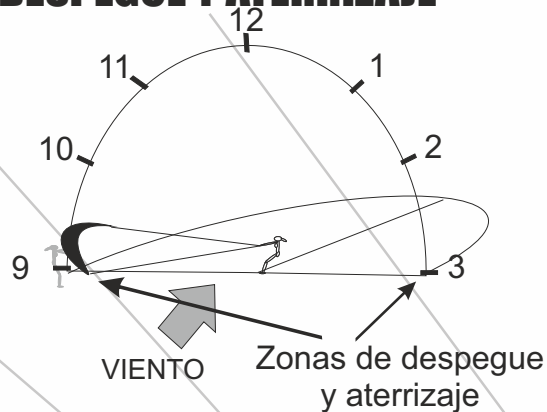
1. PARTES DEL EQUIPO.



2.LA VENTANA



3.DESPEGUE Y ATERRIZAJE



RECUERDA

- * Asegurate de que no haya nadie en el recorrido de la cometa. (Las líneas cortan orejas).
- * Levantala siempre desde la zona neutra, nunca en potencia, y con el borde de ataque en dirección al viento.
- * El asistente siempre se posicionará en la parte exterior de la cometa y agarrandola por el borde de ataque.
- * El asistente siempre esperará la orden de ok del piloto para soltar la cometa.
- * La primera trayectoria siempre debe ser hacia el zenit, por la zona neutra.

4.INTRODUCIR EL KITE EN LA ZONA DE NAVEGACIÓN

*Para llevar la cometa a la zona de navegación lo haremos en tres pasos:

A Punto de partida será las 12 en la zona neutra.

B Si quisiéramos ir hacia nuestra derecha, dirigiríamos la cometa hasta las 11 por la zona neutra. (Para la izquierda la 1)

C Dirigiendo la cometa con decisión la colocáramos a la 1 en la zona de potencia. (para la izquierda sería las 11).

*Si la intentamos introducir directamente desde el cenit, lo normal es que se salga directamente a la zona neutra.

* Cuando estamos en tierra no podremos mantener la cometa quieta en el área de navegación, ya que nosotros estamos quietos y la cometa en movimiento. Cuando vamos navegando, al ir a la misma velocidad que la cometa, podremos mantenerla fija en el área de navegación (C).

5.BODY DRAG

- * No meter la cometa en potencia hasta que no tengamos el agua a la altura del pecho.
- * Empezar progresivamente, bajando la cometa más en cada intento.
- * Llegaremos a poner la cometa en su máxima potencia.
- * Con este ejercicio conseguiremos familiarizarnos con la cometa en el agua.
- * No abrir la boca cuando tengamos la cometa en potencia.

9. SEÑALES



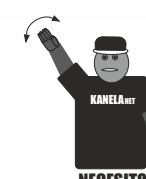
TODO BIEN



IR EN ESTA DIRECCIÓN



CAMBIO DE SENTIDO



NECESITO AYUDA



QUIERO ATERRIZAR



ATERRIZA TU KITE HACIA MI



SUELTA LA BARRA



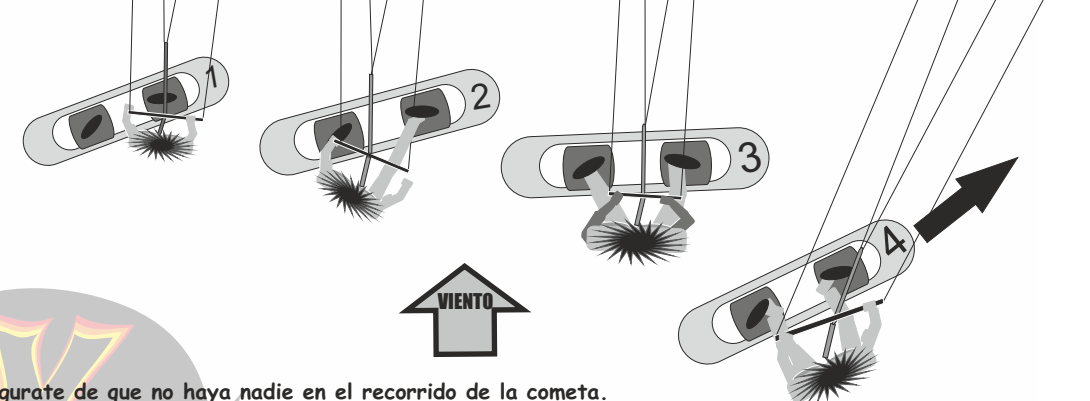
POSICIONA EL KITE EN EL ZENIT



6. CONCEPTOS NAÚTICOS



7. WATERSTART



* Asegurate de que no haya nadie en el recorrido de la cometa.

* En la posición 1 introduce con la tabla y cometa en el cenit en el agua.

* Ten controlada siempre la cometa. Si pierdes el control suelta la tabla, intenta corregir el vuelo de la cometa para volver al zenit.

* Cuando veamos que la cometa se nos va a caer acuerdate de soltar la barra.

* En la posición 2 con la cometa en el zenit introduciremos el pie delantero aguantando la tabla con el brazo contrario a la dirección que vayamos a tomar.

* En la posición 3, con la cometa en el zenit introduciremos los dos pies en los footstraps y cogeremos la cometa con las dos manos.

En la posición 4, direccionaremos la tabla a favor de viento en rumbo largo (ver punto 6) y haremos la maniobra de introducir el kite en la zona de navegación (punto 4).

* Haz la maniobra de introducir la cometa varias veces de forma progresiva, para ir buscando la potencia adecuada de forma escalonada.

* Si bajas la cometa demasiado, y vamos sobrepotenciados saldremos saltando hacia sotavento, esta situación debemos evitarla.

* Aunque el primer tirón saldremos en rumbo al largo, en cuanto cojamos velocidad y nos pongamos al la misma que la cometa podremos variar el rumbo al través o ceñida.

* Mantén la tabla inclinada hacia nosotros para que el canto nos agarre y evite que derivemos.

8. CONSEJOS ÚTILES

* En las entradas y salidas estar atentos a los bañistas.

* Usa siempre el chaleco salvavidas.

* Asegurate de estar hidratado antes de entrar en el agua.

* No bebas alcohol antes de navegar, ni durante la navegación.

* Se prudente, no te arriesgues.

* Sigue siempre las instrucciones de tu monitor, aunque pienses que no tiene la decisión correcta.

* Nunca naveges solo.

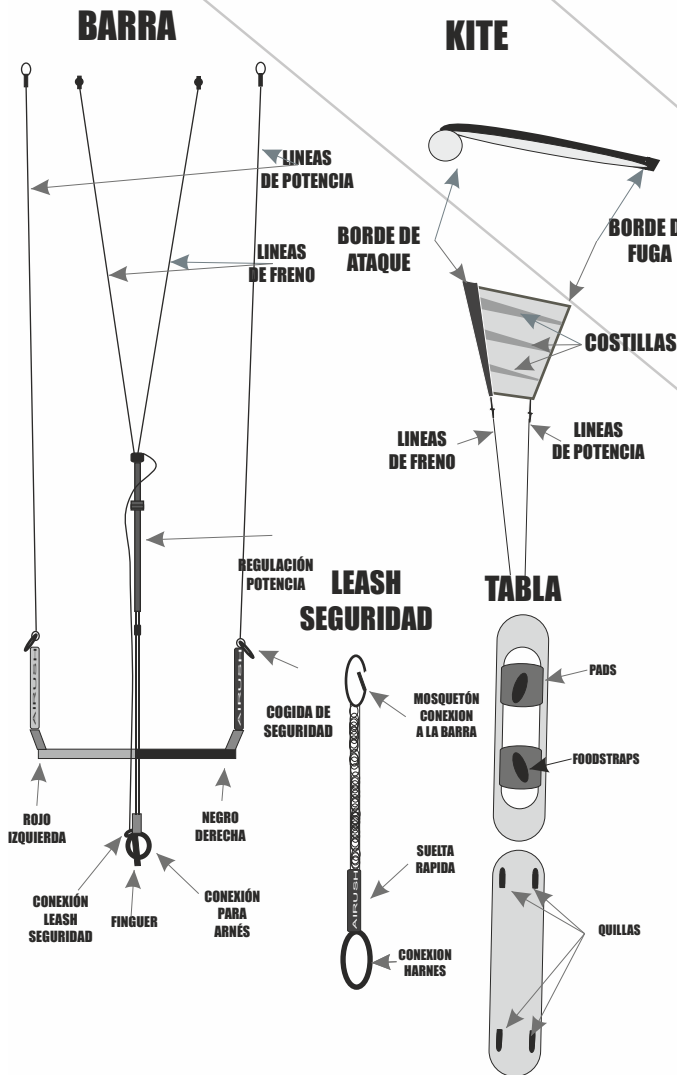
* No levantes la cometa jamás si tienes obstáculos delante.

* En caso de peligro suelta la cometa, lo primero es nuestra integridad física y la de los que nos rodean.

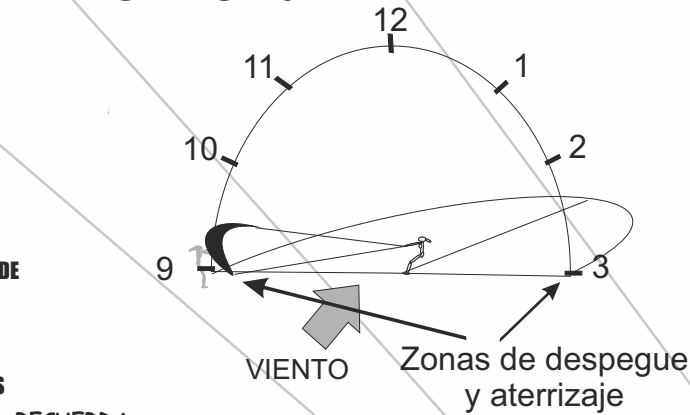
BEGINNER'S KITESURFING COURSE



1. PARTS OF THE KITE.



3. RAISING THE KITE



RECUERDA

- * Asegurate de que no haya nadie en el recorrido de la cometa. (Las líneas cortan orejas).
- * Levantala siempre desde la zona neutra, nunca en potencia, y con el borde de ataque en dirección al viento.
- * El asistente siempre se posicionará en la parte exterior de la cometa y agarrandola por el borde de ataque.
- * El asistente siempre esperará la orden de ok del piloto para soltar la cometa.
- * La primera trayectoria siempre debe ser hacia el zenit, por la zona neutra.

4. MOVING THE KITE TO THE SAILING ZONE

*Para llevar la cometa a la zona de navegación lo haremos en tres pasos:

- Punto de partida será las 12 en la zona neutra.
- Si quisieramos ir hacia nuestra derecha, dirigiríamos la cometa hasta las 11 por la zona neutra. (Para la izquierda la 1)
- Dirigiendo la cometa con decisión la colocaríamos a la 1 en la zona de potencia. (para la izquierda sería las 11).

- *Si la intentamos introducir directamente desde el cenit, lo normal es que se salga directamente a la zona neutra.
- * Cuando estamos en tierra no podremos mantener la cometa quieta en el área de navegación, ya que nosotros estamos quietos y la cometa en movimiento. Cuando vamos navegando, al ir a la misma velocidad que la cometa, podremos mantenerla fija en el área de navegación (C).

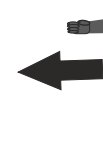
5. BODY DRAG

- * No meter la cometa en potencia hasta que no tengamos el agua a la altura del pecho.
- * Empezar progresivamente, bajando la cometa más en cada intento.
- * Llegaremos a poner la cometa en su máxima potencia.
- * Con este ejercicio conseguiremos familiarizarnos con la cometa en el agua.
- * No abrir la boca cuando tengamos la cometa en potencia.

9. SIGNAL



TODO BIEN



IR EN ESTA DIRECCIÓN



CAMBIO DE SENTIDO



NECESITO AYUDA



QUIERO ATERRIZAR



ATERRIZA TU KITE HACIA MI

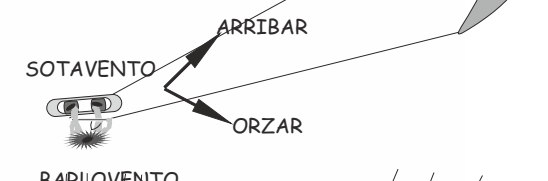


SUELTA LA BARRA

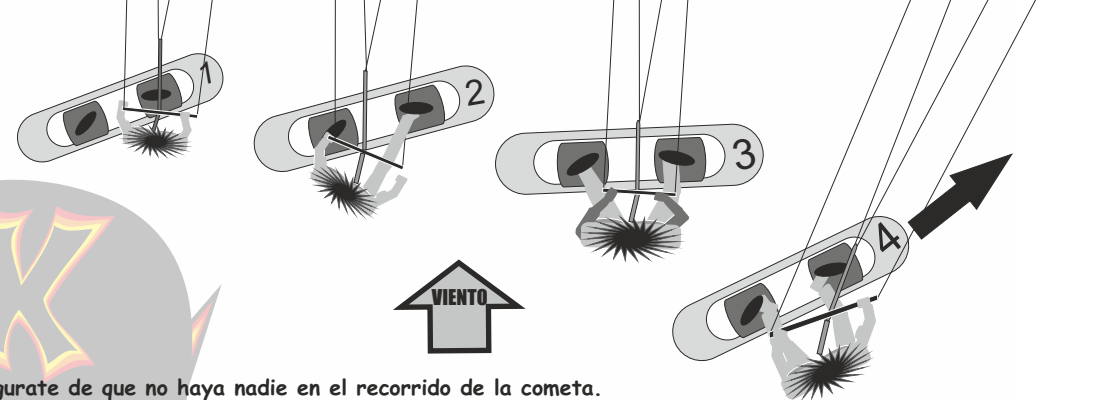


POSICIONA EL KITE EN EL ZENIT

6. NAUTICAL CONCEPTS



7. WATERSTART



- * Asegurate de que no haya nadie en el recorrido de la cometa.

- * En la posición 1 introduce con la tabla y cometa en el cenit en el agua.
- * Ten controlada siempre la cometa. Si pierdes el control suelta la tabla, intenta corregir el vuelo de la cometa para volver al zenit.
- * Cuando veamos que la cometa se nos va a caer acuerdate de soltar la barra.

- * En la posición 2 con la cometa en el zenit introduciremos el pie delantero aguantando la tabla con el brazo contrario a la dirección que vayamos a tomar.

- * En la posición 3, con la cometa en el zenit introduciremos los dos pies en los footstraps y cogeremos la cometa con las dos manos.

En la posición 4, direccionaremos la tabla a favor de viento en rumbo largo (ver punto 6) y haremos la maniobra de introducir el kite en la zona de navegación (punto 4).

- * Haz la maniobra de introducir la cometa varias veces de forma progresiva, para ir buscando la potencia adecuada de forma escalonada.

- * Si bajas la cometa demasiado, y vamos sobrepotenciados saldremos saltando hacia sotavento, esta situación debemos evitarla.

- * Aunque el primer tirón saldremos en rumbo al largo, en cuanto cojamos velocidad y nos pongamos al la misma que la cometa podremos variar el rumbo al través o ceñida.

- * Mantén la tabla inclinada hacia nosotros para que el canto nos agarre y evite que derivemos.

8. USEFUL ADVICE

- * En las entradas y salidas estar atentos a los bañistas.
- * Usa siempre el chaleco salvavidas.
- * Asegurate de estar hidratado antes de entrar en el agua.
- * No bebas alcohol antes de navegar, ni durante la navegación.
- * Se prudente, no te arriesgues.
- * Sigue siempre las instrucciones de tu monitor, aunque pienses que no tiene la decisión correcta.
- * Nunca naveges solo.
- * No levantes la cometa jamás si tienes obstáculos delante.
- * En caso de peligro suelta la cometa, lo primero es nuestra integridad física y la de los que nos rodean.