

Kajakowe ABC, czyli mini-poradnik dla początkujących

Marek Lityński (Dino)

Znalezienie człowieka, który nie wie, jak wygląda kajak i jego specyficzne wiosło o dwóch piórach, jest chyba obecnie w Europie niemożliwe. Każdy z nas musiał zetknąć się z tą wieloletnią dyscypliną olimpijską choćby w telewizji, gdyż Polacy od dawna osiągnęli duże sukcesy w tej dziedzinie sportu.

Bezpośredni kontakt z kajakiem nie jest już tak powszechny, chociaż każdy ma taką możliwość podczas wakacji lub w trakcie urlopu, jeżeli tylko przebywa w pobliżu wody. Od dawna bowiem wszystkie ośrodki wypoczynkowe, położone nad rzekami i jeziorami, traktują wypożyczanie kajaków jako standardową usługę. Mniej osób zdaje sobie sprawę z faktu, że może mieć kajak na własność, traktując go podobnie, jak np. rower lub narty. Oczywiście, z racji wymiarów kajaka (o ile nie jest to składak), uprzywilejowani są właściciele budynków indywidualnych.

Przebywając nad wodą możemy z powodzeniem zacząć uprawiać kajakarstwo rekreacyjne, polegające na kilkugodzinnych wycieczkach kajakiem w okolicy naszego letniego wypoczynku. Po nabraniu pewnego doświadczenia być może będziemy chcieli przejść do kolejnej formy kajakarstwa turystycznego, jaką są wielodniowe spływy krajoznawcze. Kajakarstwo jest bowiem wyjątkowo przyjemnym, a przy tym stosunkowo bezpiecznym jak na turystykę kwalifikowaną sposobem obcowania z naturą. Kajakowa wycieczka daje możliwość pełnej niezależności od bazy żywnościowej i noclegowej, gdyż do kajaka możemy zabrać stosunkowo dużą ilość bagażu biwakowego, co nie jest proste dla piechura, kolarza lub



Fot. Katarzyna Smietanowska

narciarza. Cichy napęd własnymi mięśniami pozwala obcować z przyrodą w sposób zbliżony do pierwotnego i całkowicie unikalny dla współczesnej cywilizacji. Wprawnym pozwala jednocześnie przebywać dość duże przestrzenie w stosunkowo krótkim czasie (np. z okolic Suwałk do Warszawy w 10 dni). Poza tym pływać kajakiem może nauczyć się każdy, w dowolnym momencie swego życia, bez względu na wiek i pleć – począwszy od kilkuletnich dzieci, a na emerytach kończąc.

Jak zacząć pływać?

Uczyć się pływania kajakiem można grupowo bądź indywidualnie. Jeśli jesteście zainteresowani spływem grupowym, możemy kontaktować się z klubami kajakowymi, organizującymi ogólnodostępne spływy na terenie całego kraju oraz ze specjalistycznymi firmami zajmującymi się turystyką kajakową.

Mamy więc wiele możliwości oddania się w ręce doświadczonych opiekunów. Ale co robić, jeżeli kupiliśmy lub wypożyliśmy kajak tylko dla siebie? Przede wszystkim należy zdać sobie sprawę z faktu, że turyści nie pływający wcześniej kajakiem muszą poświęcić kilka dni na opanowanie podstawowych zasad tej dyscypliny sportu, związanych głównie z właściwym posługiwaniem się wiosłem oraz pokonaniem pierwszego bólu rąk i... siedzenia. Trening zaczynamy na wodach bez przeszkód (najlepiej stojących) i w pobliżu brzegu. Dzienny etap dla początkującego kajakarza nie powinien przekraczać 12-17 km; bardziej wprawni i silniejsi fizycznie mogą stopniowo zwiększać ten dystans do 25-30 km. Doświadczeni kajakarze, poruszający się po dużych rzekach, mogą bez obawy

pokonywać w ciągu dnia 50-60 km (np. etapy dzienne na międzynarodowych spływach kajakowych po Dunaju czy Odrze). Im więcej przeszkód, tym tempo przemieszczania się będzie niższe, a pojedynczy odcinek spływu powinien być krótszy. Wielodniową trasę musimy tak zaplanować, aby po dwóch, trzech dniach pływania zrobić dzień przerwy na zwiedzanie okolic biwaku – miejsc ciekawych przyrodniczo lub historycznie, których nie brakuje w naszym kraju.

Sprzęt pływający

Obecnie w kajakarstwie turystycznym powszechnie królują kajaki poliestrowe, czyli z włókna szklanego przesyconego żywicą. Są one produkowane w całej Polsce przez wiele firm oraz osób fizycznych, z różnym skutkiem końcowym co do jakości. Obok niego utrzymał swoją pozycję (ze względu na cenę i łatwość transportu) klasyczny kajak składany – stelaż ze sklejki lub rurek aluminiowych obciążonych elastyczną powłoką – najbliższy odpowiednik pierwotnej konstrukcji eskimoskiej. Składaki reprezentuje na naszym rynku głównie rosyjski „Tajmieni”, który jeszcze niedawno można było kupić na każdym bazarze od wschodnich przyjaźniół za 100-120 dolarów.

Współczesny kajak poliestrowy charakteryzuje się wrzecionowatym kształtem o przekroju mniej lub bardziej spłaszczonej elipsy, z wyciętą od góry różnej wielkości „dziurą” na człowieka, zwaną kokpitem, w której mieści się zawieszona bokami siedzenie. Z przodu (na dziobie) i z tyłu (na rufie) znajdują się uchwyty do przenoszenia, wodowania i wyciągania kajaka z wody. Część kajaków posiada miejsca przygotowane do zamontowania

Informacje na temat klubów kajakowych możemy uzyskać w każdym **Oddziale PTTK** oraz z kalendarzy imprez kajakowych, wydawanych corocznie przez **Komisję Turystyki Kajakowej Zarządu Głównego PTTK**, ul. Senatorska 11, 00-075 Warszawa, tel. (22) 826 71 59 oraz **Komisję Turystyki i Rekreacji Polskiego Związku Kajakowego**, ul. Księcia Józefa 24A, 30-206 Kraków, tel. (12) 427 10 81; 427 16 15. Oferta w zakresie różnorodnych zdarzeń kajakowych przekroczyła w 2003 r. 160 pozycji.

Namiary na specjalistyczne firmy organizujące spływy można znaleźć w ofercie wakacyjnej w bieżącym numerze **WIOSŁA**. Warto też sięgnąć po Internet (np. www.kajak.org.pl).

sterów nożnych (montowane zawsze w składkach). Kajaki mogą być jednoosobowe (tzw. „jedynki”) lub dwuosobowe („dwójki”). W tych ostatnich kokpity bywają pojedyncze lub podwójne (typ bardziej sportowy).

Kajak jednoosobowy jest znacznie łatwiejszy do transportu niż dwuosobowy, gdyż bez większych trudności możemy go przewieźć sami na standardowym bagażniku samochodowym po przywiązaniu specjalną taśmą z mechanizmem ściągającym lub odpowiedniej grubości linką (minimum 5 mm średnicy). Przęciętą długość takiego kajaka wynosi 420 cm, szerokość mierzona w kokpicie 65 cm, dopuszczalna ładowność około 120 kg. Jego zaletą jest również możliwość założenia na wywinięty brzeg kokpitu specjalnego fartucha, który zapobiega dostawaniu się do środka bryzgów wody w czasie opadów, znaczącego falowania lub pokonywania przeszkód. Trudniej wozi się samochodami osobowymi kajaki dwuosobowe, których długość przekracza 5 m, ale i to jest możliwe.

Do „napędzania” kajaka potrzebne jest specjalne wiosło o dwóch piórach i przęciętej długości 210-230 cm (zależnej od wzrostu i indywidualnych upodobań). Najlepsze (ale też najdroższe) są wiosła wykonane z różnych kompozycji tworzyw sztucznych; tańsze od nich są z reguły robione z drewna (dobre egzemplarze są trudno osiągalne, gdyż fach szkutniczy niestety zanika). Powszechnie dostępne w sklepach sportowych całego kraju tanie, składane wiosła o aluminiowym drążku i plastikowym piórze (tzw. „kaczuchy”) są z tego asortymentu zdecydowanie najgorsze. Ostatnio robią karierę na polskim rynku wiosła czeskiej firmy „Hiko”, stosunkowo ciężkie, ale bardzo wytrzymałe.

Coraz częściej spotyka się też na wodnych szlakach kanadyjki napędzane wiosłem jednopiórowym. Manewrowanie kanadyjką jest jednak trudniejsze i nie tak intuicyjne jak kajakiem (zainteresowanych odsyłam do cyklu artykułów w WIOSŁE dotyczących tego tematu).

Kamizelka asekuracyjna, często nazywana „kapokiem”, jest wyposażeniem obowiązkowym. Trzeba pamiętać, że kamizelka asekuracyjna nie zabezpiecza do końca przed utonięciem, zapewnia jedynie dodatkową wyporność podczas pływania.

Kilka podstawowych „kanonów” kajakowych, które zawsze powinniśmy mieć na uwadze przy wyruszeniu na kajakową wędrowkę:

- Wsiadaj i wysiadaj z kajaka ustawionego dziobem w górę rzeki.
- Przybijaj do brzegu zawsze pod prąd.
- Po wywrocie na głębokiej wodzie holuj kajak do brzegu nie odwracając go.
- Nigdy nie wypuszczaj wiosła z ręki (zwłaszcza po wywrocie).
- Rzeczy wożone w kajaku zabezpiecz przed zamoczeniem (włóż w nieprzemakalny worek) i zgubieniem w wodzie (przywiąż do kajaka).
- Płynąc po rzece stale kontroluj powierzchnię wody przed dziobem kajaka, zwracając bacznie uwagę na wszelkie zmarszczki, fale i wiry – są to z reguły sygnały o różnych podwodnych przeszkodach, które musisz ominąć.
- Pilnie obserwuj tendencje zmian pogody.
- Mierz zamiary według sił, nigdy odwrotnie. Nie szarżuj!



Fot. Katarzyna Smietanowska

Kamizelka ratunkowa zaś zapewnia utrzymanie głowy nad wodą nawet po utracie przytomności (z uwagi na ograniczenie ruchów kajakarza raczej nie stosowana w kajaku). Należy wiedzieć, że każda kamizelka musi posiadać od strony wewnętrznej atest oraz oznaczenie rozmiaru i dopuszczalnej wagi w kilogramach, której nie należy przekraczać – innymi słowy zawsze dobieramy kamizelkę stosownie do swojego rozmiaru i wagi.

W Polsce mamy obecnie dość duży wybór kamizelek różnych producentów, ale sprzedawcy w popularnych sklepach sportowych nie zawsze potrafią odróżnić kamizelkę dla kajakarza od surfingowej lub żeglarskiej. Taki wyrób lepiej więc kupować w sklepie specjalizującym się w sprzedaży sprzętu wodnego.

Gdzie pływać?

Pływać możemy wszędzie, gdyż Polska należy do krajów posiadających niezwykle rozwiniętą i bogato zróżnicowaną sieć wodną. Mało kto zdaje sobie sprawę, że dysponujemy ponad 30 tys. km rzecznych szlaków kajakowych, a powierzchnię 1 km² przekracza blisko 500 naturalnych i sztucznych jezior. Tysiące małych jezior jest połączonych przez lokalne ciekły wodne, pływanie po których możliwe jest tylko dzięki specyficznej konstrukcji kajaka, umożliwiającej dotarcie wszędzie tam, gdzie łódź wiosłowa (a tym bardziej żaglowa) nigdy się nie zmieszczą. Dla początkujących takie spokojne, „małe” wody mają istotny walor indywidualnego bezpieczeństwa, łatwo nabywa się na nich pewności siebie. A poza tym kajak ma niezwykłą dla innych środków transportu wodnego właściwość transportową – przez każdą przeszkodę da się łatwo przenieść!

Oczywiście wszyscy chcemy przebywać przede wszystkim w środowisku nie zanieczyszczonym. Dlatego mieszkańcy południa kraju, zwłaszcza Śląska, są pod tym względem w gorszej sytuacji niż mieszkańcy dużych miast Polski centralnej i północnej. Również pływanie po rzekach górskich różni się znacznie od łatwego, „szuwarowego” kajakarstwa nizinnego i wymaga znacznej wprawy i właściwego sprzętu. Niemniej jednak i na terenach górskich możemy w wielu miejscach uczyć się podstaw kajakarstwa, wykorzystując do tego

sztuczne zbiorniki wodne. Na pięknie usytuowanych, często leżących wśród wysokich wzgórz zalewach: Solińskim, Klimkowskim, Czorsztynskim, Rożnowskim, Żywieckim, Otmuchowskim, Leśniańskim, Rybnickim i szeregu innych. Trzeba tylko uważać na możliwość zbyt dużego falowania wody przy większym wietrze.

W ostatnich latach stan środowiska wodnego na nizinach uległ znacznej poprawie. Buduje się coraz więcej oczyszczalni i nie wolno już zrzucać ścieków byle jak i byle gdzie. Powstało kilka parków narodowych, chroniących specyficzne dla całego kraju środowiska wód płynących (Drawieński, Biebrzański, Narwiański). Niektóre szlaki wodne są zagospodarowane i przygotowane do przyjęcia latem większej liczby uczestników w ramach tzw. „wczasów kajakowych”, doskonale nadających się do zapoznania z kajakarstwem w ramach „pierwszego kroku”. Prócz wynajęcia sprzętu pływającego można tam wykupić cały pakiet usług towarzyszących związanych z trasą spływu (patrz oferta wakacyjna na stronie 21). Czasem mamy możliwość pływania po zamkniętych pętach, co podnosi

www.diuna.pl

Rower Kajaki

Przedsiębiorstwo Turystyczne diuna
12-200 Pisz, ul. Wojska Polskiego 80/70
tel./fax: (087) 423-02-09, 423-19-04
0603 375-832, e-mail: diuna@post.pl

indywidualną atrakcyjność splywu (ileż można kęcić się w kółko po jeziorze lub pływać tam i z powrotem wokół miejsca pobytu), powiększa pole dostępu i znacznie obniża koszty poniesione na transport kajaka. Wymieńmy dla przykładu:

- najbardziej znaną i powszechnie reklamowaną pętlę na Pojezierzu Suwalsko-Augustowskim (Czarną Hańczę i Kanałem Augustowskim z różnymi wariantami),
- kółko jezior Ostrzycko-Raduńskich na Pojezierzu Kaszubskim (wspaniałe krajobrazy jesienne),
- trasę Wielkich Jezior Mazurskich (jeziorami: Niegocin, Tałty, Śniardwy, Roś, Tyrkło i Buwełno),
- „Szlak Konwaliowy” na Pojezierzu Leszczyńskim, najpiękniejszy na wiosnę w okresie kwitnienia tej chronionej rośliny,
- „pętlę szczecinecką” (Gwda, Dołga) na Pojezierzu Drawskim,
- kombinację szlaków wodnych jeziora Jeziorak, Kanału Elbląskiego i rzek Drwęcy oraz Iławki na Pojezierzu Iławskim.

Przy wymienionych szlakach kajakowych położone są stacje wodne, gdzie możemy również wynająć kajaki indywidualnie na dowolny okres. Usługi wynajęcia kajaka wraz z niezbędnym sprzętem dodatkowym (wiosło i kamizelka) świadczy również coraz więcej firm turystycznych i osób prywatnych oraz kluby kajakowe, które znajdują się we wszystkich większych miastach Polski. Koszt takiej operacji rzadko schodzi poniżej 20 zł za dobę (dla dwóch osób). Może więc lepiej stać się właścicielem kajaka i użytkować go tylko na potrzeby własne, ale za to przez wiele lat i w każdym dogodnym dla nas momencie...

Co trzeba umieć?

Przed wszystkim należy umieć pływać, co jeszcze do niedawna potwierdzało obowiązkowe posiadanie karty pływackiej, ale od pewnego czasu wymóg ten został zniesiony. Powinniśmy jednak zdawać sobie sprawę, że dla własnego bezpieczeństwa umiejętność pływania jest konieczna. Każda nie umiejąca pływać osoba wsiadając do kajaka podejmuje ryzyko, które może zmniejszyć przez nalożenie kamizelki asekuracyjnej. Ciepłe ubranie, szybki prąd w rzece, falowanie i niska temperatura wody ograniczą sprawność najlepszego pływaka, dlatego w trudnych warunkach pogodowych nikt nie powinien lekceważyć tej formy autoasekuracji. Do noszenia kamizelki podczas

przebywania na wodzie zobowiązani są natomiast przez prawo wszyscy niepełnoletni, nawet podczas płynięcia z rodzicami. Wkładanie, zapinanie i zawiązywanie kamizelki należy wcześniej przećwiczyć na stałym lądzie, jeszcze przed splywem.

Otwarte zbiorniki wodne i duże rzeki łatwo pokonuje się w pogodne dni, natomiast przy zmianie pogody i zerwaniu się mocnego wiatru (nie wspominając o burzy) spokojny dotychczas akwen zamienia się w groźny żywioł, opanowanie którego może nie być łatwe, a w skrajnym przypadku może stanowić zagrożenie dla ludzkiego życia. Dlatego lepiej nie wypływać na duże jeziora bez upewnienia się co do warunków pogodowych – zwłaszcza, gdy musimy przepłynąć takie jezioro w poprzek (klasycznym przykładem jest jezioro Miedwie na szlaku Płoni). Starajmy się wedle możliwości nie odplwać za daleko od brzegu, aby zawsze móc możliwie szybko do niego przybić. Dziób kajaka ustawiamy w miarę możliwości pod fale, co w praktyce często kłóci się z założonym kierunkiem płynięcia, ale jest absolutnie konieczne w przypadku fal naprawdę dużych. Lepiej, żeby wiatr zepchnął nasz kajak do tyłu niż go przewrócił na środku wzburzonego akwenu! Zawsze też pokonujemy otwartą przestrzeń wodną w szyku zwartym, płynąc obok siebie, co pozwala na udzielenie szybkiej pomocy w nagłych przypadkach.

Na zwężonych odcinkach rzek oraz w miejscach o charakterze przelomowym prąd wody przyspiesza na zakrętach, co w przypadku występowania przeszkód w nurcie (konary drzew, filary mostowe) utrudnia manewrowanie słabszym kajakarzem. W takich miejscach wszyscy powinni wówczas płynąć gęsiego za doświadczonym przewodnikiem. Podwyższony po opadach poziom wody w rzece podnosi wprawdzie tempo splywu i ułatwia pokonywanie przeszkód, ale stanowi również realne zagrożenie wywrotką. Pływanie po wezbranej przy stanach powodziowych wodzie będzie zawsze i wszędzie niebezpieczne!

Na mniejszych rzekach spotkamy różnorodną zabudowę hydrotechniczną, o zmiennej wysokości spiętrzenia, w postaci różnych sztucznych progów, jazów i zastawek, poniżej których woda tworzy zdradliwe zawirowania o charakterze pułapki, z której trudno się uwolnić. Wywrotka w takim miejscu może skończyć się tragicznie dla osoby, która wypadnie z kajaka. Pokonanie sztucznego progu przez doświadczonych kajakarzy jest możliwe dopiero po wnikliwym rozpoznaniu

przeszkody oraz założeniu asekuracji z brzegu. Wszyscy nowicjusze, młodociani oraz niepewni własnych umiejętności uczestnicy splywu muszą kajaki bezwzględnie przenieść!

O czym trzeba jeszcze wiedzieć?

Przy poruszaniu się kajakiem po akwenach transportowych (np. okolice Szczecina) lub o wzmocnionym ruchu turystycznym innych jednostek pływających (np. Wielkie Jeziora Mazurskie), a zwłaszcza po kanałach żeglugowych – ustępujemy z drogi wszystkim innym użytkownikom jako obiekt najmniej i najbardziej zwrotny (zachowanie takie nakazują zresztą przepisy prawne drogi wodnej). Od barek, statków czy promów powinniśmy starać się zachowywać duży odstęp, gdyż wytwarzają one sporą i z reguły nieprzyjemnie kołyszącą falę. Również stalowe liny, prowadzące od promów drogowych, pogłębiarek czy refulerów mogą stwarzać zagrożenie dla pływającego kajakarza.

Brzegi dużych rzek (Wisła, Odra, Narew) są bardzo często uregulowane przy pomocy różnej wielkości „ostróg” betonowych, przy główkach których wytwarzają się niebezpieczne poziome zawirowania wody. Zawsze należy je omijać dużym łukiem!

Biwakowanie na terenach leśnych dozwolone jest tylko na wyznaczonych polach biwakowych, a rozpalanie ognisk jedynie w miejscach do tego przeznaczonych. Poruszanie się po parkach narodowych odbywa się na podstawie wewnętrznych przepisów dyrekcji parku, a w strefie nadgranicznej po uzgodnieniu ze Strażą Graniczną. Śmieci obecnie nie zakopujemy, jak to dawniej bywało, lecz pakujemy je w dużą, foliową torbę i po zakończeniu splywu zostawiamy w miejscu do tego wyznaczonym. Nigdy też nie zaszkoździ wozic ze sobą szczelnie zapakowanej apteczki z podstawowymi środkami opatrunkowymi i przeciwbólowymi.

W zakresie literatury kajakowej potrzebować będziemy przede wszystkim dokładnej mapy. Nie ma już żadnych przeszkód w zakupie mapy turystycznej dla dowolnego zakątka kraju, a w większych miastach znajdują się księgarnie wyspecjalizowane w sprzedaży literatury turystycznej (np. sieć księgarni „Sklep Podróżnika”). Z map ogólnych godna polecenia jest jednolita seria map turystycznych w skali 1:100 000, wydana przez Wojskowe Zakłady Kartograficzne pod mylącą nazwą „Mapa Topograficzna Polski”, pokrywająca obszar całego kraju. Ta sama firma wydaje również mapy turystyczne w skali 1:50 000, umożliwiające stosowanie odbiorników GPS. Pod kątem specyficznych wymagań turystyki kajakowej wydawana jest przez Wydawnictwo PTTK „Kraj” specjalna edycja map dla kajakarzy. Przedstawiają one w sposób wyczerpujący najciekawsze szlaki wodne Polski, łącząc podstawowy opis krajoznawczy z mapkami szlaku wodnego. W serii o nazwie „Szlaki wodne” wydano dotychczas: Brdę, Wdę, Gwdę, Piławę z Rurzycą, Radunię, Drawę, Krutynię, Dunajec z Popradem i Białką Tatrzańską, Czarną Hańczę z Rospudą i Kanałem Augustowskim, Biebrzę i Narew. W sezonie 2003 wydawnictwo Pascal rozpoczęło również wydawanie przewodników kajakowych na papierze wodoodpornym.

WIOSŁO

