**SPŁYW KAJAKOWY RZEKĄ LISWARTĄ**

 **– istotne informacje -**

 1.OPIS TRASY I RZEKI

Spływ zaczyna się w miejscowości Zawady (przystań kajakowa nieopodal siedziby Urzędu Gminy Popów), a kończy w miejscowości Wąsosz-Kule. Długość rzeki na tym odcinku wynosi około 20 km. Na całym odcinku rzeka jest kręta i w początkowym odcinku meandrująca, z miejscami głębszymi do 2-3 metrów i z wypłyceniami. Koryto rzeki mogą przegradzać powalone drzewa. Dno rzeki piaszczyste, żwirowe i kamieniste. Woda czysta. Na spokojny spływ trzeba zaplanować 4-5 godzin. Zaleca się spływanie w całej grupie. Przewodnik, znający rzekę będzie informował o sposobie przepływu niektórych miejsc.

 2.WYPOSAŻENIE I UBIÓR

Kajaki są dwuosobowe. Osoba silniejsza, cięższa i bardziej doświadczona siada z tyłu, na rufie i to ona pełni rolę sternika-kapitana.

Kajaki są wyposażone w kamizelki asekuracyjne, które powinny założyć WSZYSTKIE osoby. Ubranie lekkie. Kurtka przeciwdeszczowa koniecznie. Spodnie krótkie, ponieważ z kajaka trzeba będzie wysiadać. Obuwie miękkie, zapinane na nogę (specjalne obuwie do kajaków można nabyć w sklepach sportowych), takie, w którym będziemy mogli chodzić po twardym, ostrym kamienistym dnie. Dobrze jest zabrać kanapki i koniecznie coś do picia.

1. MANEWROWANIE I NIEBEZPIECZEŃSTWO WYWROTKI

Wywrotki są naturalnym elementem spływu. Trzeba założyć, że przynajmniej jedna nam się przytrafi. W związku z tym warto zabrać ubranie zapasowe i tak je zabezpieczyć, aby w czasie wywrotki nie zamokło. Telefon komórkowy najlepiej zawinąć w woreczek foliowy i zamknąć dodatkowo w słoiku, będzie pływał po wywrotce. Najczęstsze straty to właśnie wynikające z niewłaściwego zabezpieczenia telefonów i okularów. Dokumentów i pieniędzy najlepiej nie zabierać ze sobą.

1. WZAJEMNA POMOC I ŻYCZLIWOŚĆ UCZESTNIKÓW SPŁYWU

W sytuacjach trudniejszych trzeba wzajemnie się wspierać

i pomagać sobie nawzajem.

ABY ZMIEJSZYĆ RYZYKO WYWROTKI NALEŻY UNIKAĆ WYCHYLANIA SIĘ Z KAJAKA, KOŁYSANIA KAJAKIEM, USTAWIANIA KAJAKA W POPRZEK NURTU RZEKI.

PRZY ZACHOWANIU REGUŁ PRAWDOPODOBIEŃSTWO WYWROTKI SPADA DO MINIMUM.

**W SPŁYWIE NIE BĘDĄ MOGŁY WZIĄĆ UDZIAŁU OSOBY POD WPŁYWEM ALKOHOLU LUB ŚRODKÓW ODURZAJĄCYCH.**

**W CZASIE SPŁYWIE OBOWIĄZUJE CAŁKOWITY ZAKAZ SPOŻYWANIA ALKOHOLU ALBO ŚRODKÓW ODURZAJĄCYCH**

 *Katarzyna Bisowska
 Dziekan Rady OIRP w Opolu*

 *Komisja Sportu OIRP w Opolu*