

## EN NAVEGACIÓN

- Evite navegar solo. Procure hacerlo en grupo de al menos 3 kayaks. Conserven siempre contacto visual y establezcan un sistema de señales ópticas para comunicarse. No abuse del teléfono móvil (si tiene cobertura) porque puede gastar una batería necesaria para una emergencia (teléfono de emergencias marítimas 900 202 202).
- Evite los abordajes y maniobre el primero porque sus pequeñas dimensiones y bajo perfil sobre el agua dificultan ser visto por los demás o localizado mediante radar.
- Procure no hacerse a la mar al atardecer y evite navegar de noche.
- Es recomendable no alejarse más de 6 millas de la costa.

## EN UNA EMERGENCIA

- La hipotermia es el mayor peligro para un kayakista.
- No abandone su kayak, ya que será más fácil localizarle y le servirá para mantenerse fuera del agua, aunque sea parcialmente.
- En caso de niebla, ponga rumbo a la costa orientándose por los sonidos procedentes de la rompiente, la dirección del mar de fondo, el sol si es perceptible, el viento y la brújula. No espere a que la niebla se haga más densa antes de cambiar su rumbo.
- No dude en hacer una llamada de socorro usando el Canal 16 de VHF.
- Siga fielmente las instrucciones de los profesionales que acudan en su busca.

## Centros de Coordinación

### CENTRO NACIONAL MADRID

Fruela, 3 Planta 1ª - 28011 Madrid  
Tel.: 917 559 133 - Fax: 915 261 440

### VIGO

Estación Marítima, s/n - Muelle de Trasatlánticos planta alta - 36201 Vigo (Pontevedra)  
Tel.: 986 222 230 / 986 228 874  
Fax: 986 228 957

### FISTERRA

Monte Enxa - Apdo. 22  
15971 Porto do Son (A Coruña)  
Tel.: 981 767 500 / 981 767 320  
Fax: 981 767 740

### A CORUÑA

Edificio Capitanía. Torre de Control, Dique Barrié de la Maza, s/n  
15001 A Coruña  
Tel.: 981 209 541 / 981 209 548  
Fax: 981 209 518

### GIJÓN

Torre de El Musel - 33290 El Musel (Gijón)  
Tel.: 985 300 475 (Administración)  
985 326 050 / 985 326 373  
Fax: 985 322 081 (Administración)  
985 320 908

### SANTANDER

Edificio Sede de la Autoridad Portuaria, 3ª planta  
Muelle de Maliaño, s/n - Puerto de Santander  
Apdo. 799 - 39080 Santander  
Tel.: 942 213 060 / 942 213 030  
Fax: 942 213 638

### BILBAO

Morro del rompeolas de Santurce, Zona Portuaria, s/n Apdo. 149  
48980 Santurce (Vizcaya)  
Tel.: 944 837 058 / 944 839 411  
Tel.: 944 839 286 Fax: 944 839 161

### PALAMÓS

Edificio Capitanía Marítima Planta 2ª - Puerto, s/n  
17230 Palamós (Girona)  
Tel.: 972 600 711 Fax: 972 600 517

### BARCELONA

Carretera de Circunvalación tramo VI, s/n  
Recinto del Puerto - Edificio Torre, plta. 9ª  
08040 Barcelona  
Tel.: 932 234 759 / 932 234 748/ 932 234 733  
Fax: 932 234 613

### TARRAGONA

Edificio Port Control - Muelle Cataluña, s/n  
Apdo. 816 - 43080 Tarragona  
Tel.: 977 216 203 / 977 216 215  
Fax: 977 216 209

### CASTELLÓN

Edificio Port Control - Muelle transversal exterior sur - Apdo. 154  
12100 Grao (Castellón)  
Tel.: 964 737 202 / 964 737 187  
Fax: 964 737 105

### VALENCIA

Edificio de Capitanía y Torre de Control  
Ampliación Sur, s/n - Puerto de Valencia  
46024 Valencia  
Tel.: 963 679 302 / 963 679 204  
Fax: 963 679 403

### PALMA

Avda. Gabriel Roca, 38.A 1º  
07012 Palma de Mallorca  
Tel.: 971 724 562 - Fax: 971 728 352

### CARTAGENA

Edificio de Talleres de la Autoridad Portuaria de Cartagena - Santa Lucía 30202  
Cartagena (Murcia)  
Tel.: 968 505 366 / 968 529 594  
968 529 817- Fax: 968 529 748

### ALMERÍA

Muelle Levante, s/n - planta 12ª  
04071 Almería  
Tel.: 950 275 477 - Fax: 950 270 402

### ALGECIRAS

Torre del Espolón - Avda. Hispanidad, s/n  
11207 Algeciras (Cádiz)  
Tel.: 956 580 035 - Fax: 956 585 402

### TARIFA

Carretera Cádiz-Málaga, km85  
Monte Camorro, s/n Apdo. 42  
11380 Tarifa (Cádiz)  
Tel.: 956 684 740 / 956 684 757  
Fax.: 956 680 606

### CÁDIZ

Edificio Capitanía Marítima, 3ª planta  
Muelle Alfonso XIII, s/n - 11006 Cádiz  
Tel.: 956 214 253 - Fax: 956 226 091

### HUELVA

Sanlúcar de Barrameda, 9, Planta 2ª -  
Edificio Capitanía Marítima, 21001 Huelva  
Tel.: 959 243 000 / 959 243 061  
Fax: 959 242 103

### LAS PALMAS

Edificio Autoridad Portuaria,  
4ª planta, Explanada Tomás  
Quevedo, s/n - 35008 Las  
Palmas de Gran Canaria  
Tel.: 928 467 757  
Tel.: 928 467 955  
Fax: 928 467 760

### TENERIFE

Torre de Salvamento  
Marítimo Vía Auxiliar Paso  
Alto, 4 - 9ª planta  
38001 Santa Cruz de Tenerife  
Tel.: 922 597 551  
Tel.: 922 597 552  
Fax: 922 597 331



# Salvamento Marítimo RECOMENDACIONES KAYAKS



Canal 16 de VHF banda marina y  
2.182 KHz en onda media  
Teléfono de emergencias marítimas:  
900 202 202 / 112

www.salvamentomaritimo.es  
Mail: info@sasemar.es  
Twitter: @salvamentogob



# RECOMENDACIONES

## Kayaks

### SEGURIDAD DE LA EMBARCACIÓN

#### Flotabilidad

- Compruebe la estanqueidad de los compartimentos de proa y popa, asegurando que las tapas son herméticas.
- Revise el cubrebañera para que ajuste correctamente a la cintura (en neopreno). Lleve consigo una bomba de achique manual, fija o portátil, además de esponjas y achicador. Aumente la flotabilidad, si es necesario, con elementos añadidos. Aprenda y practique el “esquimotaje”.
- El esquimotaje o “roll”, consiste en recuperar por nuestros propios medios la posición adrizada después de un vuelco.

#### Propulsión

- Lleve una pala desmontable de repuesto.

#### Equipo

- Disponga un cabo de seguridad a todo lo largo de los costados del kayak, con asas a proa y a popa.
- Instale un trenzado de elásticos sobre cubierta para sujetar equipos y material. -Lleve a bordo un cabo de remolque de 10 metros de longitud como mínimo, una brújula sumergible y fosforescente, cinta adhesiva de alta resistencia para tapar vías de agua.
- Coloque bandas reflectantes en la cubierta del kayak y en las palas para ser mejor visto de noche.

### SEGURIDAD DEL TRIPULANTE

#### Flotabilidad

Lleve un chaleco salvavidas especial para kayak de mar, preferiblemente con arnés de seguridad a la embarcación, silbato, espejo de señales y cuchillo.

#### Hipotermia

Vista traje de neopreno con bandas reflectantes sobre camiseta térmica e hidrófuga. Calce escarpines con suela rígida. Cúbrase con un impermeable con puños y cuello en neopreno, que sea transpirable y disponga de bandas reflectantes. Lleve a bordo una bolsa hermética con ropa seca y un termo con bebida caliente.

#### Equipo imprescindible

- Linterna estanca, con pulsador para hacer señales. Preferible si está combinada con lámpara estroboscópica o de destellos.
- Botiquín de primeros auxilios y protección solar.
- Bengalas de señales de color rojo.
- Carta náutica de la zona de navegación y tabla de mareas.
- Fotocopia del Derrotero de la sección de costa a recorrer.
- Agua potable (mínimo 2 litros por día).
- Alimentos de alto poder nutritivo.
- Gafas para proteger los ojos contra los rociones y evitar irritaciones.
- Bomba de achique portátil.



#### Equipo opcional recomendado para travesías

- Radio VHF portátil y estanco con pilas de recambio. No solamente es importante en caso de accidente, sino para escuchar los Boletines Meteorológicos emitidos por Salvamento Marítimo y Estaciones Radiocosteras.

### ANTES DE HACERSE A LA MAR

- Utilice un kayak adaptado para cada tipo de navegación.
- ¿Es capaz de nadar 50 metros calzado y vestido? Pruebe su capacidad física y no se sobreestime a la hora de planificar una singlatura.
- Estudie el Boletín Meteorológico y las previsiones para los días siguientes.
- No corra riesgos innecesarios y evite navegar con mal tiempo o escasa visibilidad.



- Estudie con detenimiento su recorrido y recuerde que contemplará la costa desde la superficie del agua, por lo que necesitará consultar un buen Derrotero.
- Preste especial atención a la previsión de que sople viento de tierra, ya que puede alejarle mucho de la costa.
- Comunique su Plan de Navegación a su Club o a una persona responsable en tierra, informando del punto de salida y de llegada, itinerario previsto y horarios aproximados, alternativa de refugio para caso de mal tiempo, descripción de su kayak, descripción y datos del vehículo en el que ha transportado el kayak hasta la orilla del mar y dónde se encuentra estacionado.
- No altere su Plan de Navegación. Si lo hace, comuníquelo