



Tu Checklist para una travesía en kayak – Una iniciativa de Mel para Kayakismo.com

Ropa

- Camiseta térmica - una camiseta, que sea ligera, cómoda, permeable, con protección solar alta - particularmente me gustan las de licra que hay en distintas marcas y precios.
- Chubasquero impermeable (para la lluvia y el frío), ocupa poco y si lo llevas te lo puedes poner en cualquier momento. Hay un gran surtido, variando mucho en precio según marca y accesorios.
- Pantalón - los hay de neopreno y de licra (particularmente me gustan de neopreno cortos con cintura alta, para que proteja la zona lumbar). Pantalones de sintéticas que sequen rápidamente.
- Calzado - aquí encontramos una gran variedad con lo que tu gusto y tu comodidad, con seguridad, estarán cubiertas: Chanclas de goma, esarpines de neopreno con suela dura, esarpines de neopreno con suela blanda, etc.
- Gorra, sombrero, etc. (los hay de muy distintas formas y colores, que te guste y vayas cómodo que es lo importante).
- Ropa seca suficiente para los días que tengas de travesía, (piensa que cuando llegue la noche, lo que mas vas a agradecer es ropa seca y algo caliente que te puedas hacer).

Equipo

- Cubrebañera
- Chaleco salvavidas (no suele hacer falta, pero si hace falta y no lo llevas, ya nunca te hará falta mas).
- Sacos estancos para llevar dentro todo lo que no se puede mojar, los hay de distintos tamaños, se pueden enganchar por fuera en la piragua incluso.
Manoplas o guantes térmicos, (solo se usan en casos extremos de mucho frío, hay zonas que ni te lo pondrás).

Extras

- Gafas de sol con correa
- Comida, aquí es importante que escribamos una lista en la que pongamos por día lo que vamos a comer y lo separemos en bolsitas con cierre, que encontraremos en cualquier hipermercado. Son muy baratas, así tendremos la comida y la bebida racionada. Ahorraremos espacio y peso.
- Compacto de utensilios de comida, (plato, cuchara, cuchillo, tenedor y vaso).
- Agua potable y aperitivos como las barras de potencia de energía
- Protección solar con factor elevado (son muchas las horas que puedes pasar al sol).
- Dispositivos de señalización

Técnica

- Esponja / bomba
- Brújula / Gráfico
- Mapa de la zona en la que se desarrolla la travesía (se pueden copiar por Internet mapas fotografiados vía satélite), y parte meteorológicos, fiables, de los días de la travesía
- Remo de emergencia o repuesto.

En la playa

- Saco de dormir, (los hay muy pequeños y ligeros).
- Tienda de campaña, a tu gusto, pero lo mas pequeña y ligera posible.
- Hornillo para calentar comida, pequeño y ligero.
- Utensilios para el aseo personal.
- Botiquín.
- Un cordel y pinzas de la ropa, son muy útiles, pues podremos tender la ropa para secarla aprovechando las horas de descanso, ponerse al día siguiente la ropa de batalla seca se agradece.
- Linterna

Tus apuntes

-
-
-
-



Aprende más en

www.kayakismo.com
Blog.kayakismo.com
[@kayakismo](https://www.facebook.com/kayakismo)
[Facebook.com/kayakismo](https://www.facebook.com/kayakismo)

Kayakismo.com es un sitio web para gente que quiera iniciarse al kayakismo y aficionados.

<http://www.kayakismo.com>

© 2009-2012 Melanie Kruse (@Kayakismo)