

## Meloja 3 avokanootti -taitokoe

### Koe vastaa EPP3 (Euro Paddle Pass) Open Canoe taitokoetta



EPP (Euro Paddle Pass) on viisiportainen melonnan taitokokeiden vertailukelpoisuuteen tähtäävä järjestelmä. Järjestelmän jäsenmaissa suoritettut EPP –järjestelmään pohjautuvat taitokokeet ovat keskenään vertailukelpoisia. EPP -järjestelmä on käytössä Suomessa, Sveitsissä, Ranskassa, Irlannissa, Iso-Britanniassa, Sloveniassa, Ruotsissa, Tanskassa, Norjassa, Italiassa ja Saksassa.

Taitokokeen suoritusohjeet

#### Yleiset tavoitteet

3 -tason melojan on pystyttävä melomaan ryhmän jäsenenä itsenäisesti ja turvallisesti 3 –tason olosuhteissa. Melonta on tehokasta ja hän osaa soveltaa erilaisia tekniikoita vallitsevan melontatilanteen mukaan. Hän pystyy arvioimaan riskejä, avustamaan pelastustoimissa ja osoittaa sitoutunutta asennetta melontaan. 3 -tason melojan on mielletävä itsensä kykeneväksi melojaksi, ei enää aloittelijaksi.

#### Suorituspaikka ja olosuhteet

EPP3 Avokanootti -taitotesti tulee suorittaa avoimella vesialueella tuulen voimakkuuden ollessa 4-6m/s., sekä virtaavassa vedessä jossa on selkeitä virran rajoja, mutta ei murtuvia aaltoja. Täysin tuulessa tai virtaamattomassa vedessä testiä ei voi suorittaa.

#### Kalusto

Avokanoottiyksikkö, yksilapainen mela.

#### Kokeen vastaanottaja

Kokeen vastaanottajalla on oltava Melonta- ja soutuliiton kokeen vastaanotto-oikeus.

#### Arviointi

Kaikki testattavat taidot on suoritettava hyväksytysti. Kaikki suoritukset on näytettävä molemmilta puolilta. Teknisten melontasuoritusten on oltava tehokkaita ja johdonmukaisesti toistuvia. Arvioinnissa kiinnitetään huomiota sekä melontatekniikoihin, että melontatilanteen kokonaishallintaan. Arvioinnissa melontatilanteen yleinen hallinta on yksittäisten tekniikoiden täysin "oikeaoppista" suorittamista tärkeämpää.

#### HUOM!

Monet termit on käännetty englannista. Tällaisia ovat esim. "sculling draw", "draw stroke", "leading edge", "power face" ja "edging". Näistä on käytetty vakiintuneita suomenkielisiä termejä tai selittäviä täsmennyksiä.

Kajakin / kanootin kanttaaminen / kallistaminen

Kajakin kallistaminen "edging" voidaan suorittaa kahdella eri tavalla. Kajakia voidaan kallistaa siten että melojan painopiste pysyy kajakin päällä. Meloja ei siis kallistu kajakin mukana. Kajakki pysyy tällöin pystyssä ilman melan tukea.

Kajakia / kanoottia voidaan kallistaa myös siten että meloja siirtää painopisteen kajakin tasapainopisteen ulkopuolelle, eli meloja kallistuu kajakin mukana. Tällöin kajakki kaatuu ilman melan tukea. Tällainen kallistaminen voidaan tehdä esim. voimakkaan alatukikäännöksen yhteydessä tai koskessa kiven takaa virtaan melottaessa.

## 1. Ennakkovaatimukset

- 1.1. Kokelaan on osoitettava meloneensa kolme noin 10km retkeä vähintään 5m/s. tuulessaa.

## Osattavat taidot

### 2. Kanootin kiinnittäminen

- 2.1. Kanootin kiinnittäminen tai sitominen köydellä tai kuormahihnoilla rantaan, laituriin, kanoottikärryyn, kanoottitelineeseen tai auton kattotelineeseen.

### 3. Kanootin nostaminen, kantaminen ja laskeminen vesille

- 3.1. Kokelas esittää hyvää kanootin nosto- ja kantotekniikkaa siirrettäessä kanoottia auton katolta tai kanoottikärrystä rantaan. Kokelaan on hallittava turvallinen ja tehokas vesillemeno laiturilta, joenpenkalta tai ylipäättään vesillaskuun sopivalta rannalta. Yksikkömeloja saa käyttää ulkopuolista apua kanootin käsittelyyn.

### 4. Eteenpäinmelonta

- 4.1. Kokelaan pitää meloa eteenpäin sujuvasti ja hallitusti koko kokeen ajan.
- 4.2. Kiihdytys – Kokelaan pitää kiihdyttää kanootti sekä paikaltaan ja liikkelläollessa hallitusti 3-4 vedolla. Melan varren on oltava pytysuorassa ja vedon lopussa lyhyt, voimakas suunnan korjaus.
- 4.3. Matkamelonta – Melojan tulee meloa sujuvasti ja rytmikkäästi J-vetoa tai sen tyyppistä ohjaavaa melontatekniikkaa käyttäen. Ohjaavan liikkeen on oltava suhteessa vallitseviin olosuhteisiin.
- 4.4. Kokelaan pitää pystyä melomaan tehokkaasti hyvää matkavauhtia useide ja kilometrien ajan.
- 4.5. Kokelaan pitää pystyä hinaamaan kanoottia tehokkaasti kohtuullista matkavauhtia.
- 4.6. Kokelaan pitää pystyä melomaan vastatuulella tehokkaasti.

### 5. Kanootin asento, trimmi

- 5.1. Testin ajan kanootin asennon on oltava suhteessa vallitseviin olosuhteisiin. Kokelaan on melottava eri tuulensuuntiin jotta taito meloa eri tuulensuunnilla näkyy. Kolmiorata sopii hyvin tähän tehtävään, ellei eri suuntiin melonta ole jo toteutunut tehtävän muun suorituksen aikana. Meloja voi käyttää trimmiin omaa painoaan tai muuta painolastia (vesikanisteria).

### 6. Pysähtyminen ja taaksepäinmelonta, 8-rata

- 6.1. Kokelaan on osoitettava hallitsevansa taaksepäinmelonta kokeen kaikissa vaiheissa.
- 6.2. Pysähtyminen ja kiihdytys – Kokelas pysäyttää kanootin tehokkaasti ja meloo sen jälkeen suoraan taaksepäin kiihdyttäen 1-2 kanootin mitan verran.
- 6.3. Kahdeksikko – Kokelas hallitsee taaksepäinmelonnan suoraan ja sekä oikealle että vasemmalle kaartaan. Kokelas meloo taaksepäin kahden poijun ympäri kahdeksikon muotoista rataa käyttäen takaa eteenpäin suuntautuvaa j-vetoa ja vastapuolen taaksepäinvetoja (crossi taaksepäin). Kanootin pitää liikkua koko ajan reippaasti ja hallitusti.

### 7. Kääntyminen liikkeestä

- 7.1. Seuraavat tekniikat pitää hallita sekä melontapuolelta että vastapuolelta vaihtamatta melaotetta(crossi).
- 7.2. Tiukka käänös – Kokelas kääntää kanootin kuvitellun pisteen ympäri. Kääntymistä saa auttaa kanoottia kallistamalla.
- 7.3. Loiva käänös – Kaarros, jossa kanootti kääntyy vakionopeudella menettäen mahdollisimman vähän nopeutta. Kääntymistä pitää auttaa kanoottia kallistamalla.

### 8. Sivuttain melonta

- 8.1. Paikalta lähtien kanootti pitää melomalla siirtää sivuttain. 10 metriä kumpaankin suuntaan.
- 8.2. Mela pidetään samalla puolella kanoottia molempiin suuntiin melottaessa.
- 8.3. Kanootti ei saa vaappua eikä keinua.

## **9. Esteen väistäminen ohjaamalla staattisella melalla**

- 9.1. Esteen väistäminen siirtymällä vauhdissa sivuttain. Kanootin pitää siirtyä sivuttain oman leveytensä verran kiinteällä melalla ohjaten ja mahdollisimman vähän kanootin nopeutta menettäen. Mela pidetään samalla puolella kanoottia molempiin suuntiin.

## **10. Alatuki ja kaatumisen estäminen**

- 10.1. Kokelaan on pystyttävä estämään kaatuminen kanootin kallistuessa kaatumispisteen ohi.

## **Turvallisuus**

### **11. Kanootin kaataminen ja kiipeäminen takaisin kanoottiin**

- 11.1. Kokelas kaataa kanootin ja kiipeää siihen takaisin. Hän voi saada apua toiselta veden varassa olevalta.

### **12. Syvän veden pelastus, paripelastus**

- 12.1. Toisen melojan ja kanootin hallittu pelastaminen syvässä vedessä niin, että pelastettava voi jatkaa melontaa. Kaatunut meloja saa auttaa pelastajan ohjeiden mukaan.

### **13. Hinaaminen ja hinausköyden käyttö**

- 13.1. Kokelas hinaa toista kanoottia hinausköyden avulla. Hinausköysi pitää pystyä irrottamaan vaaran uhatessa. Kokelaan on tiedettävä hinaamisen riskit.
- 13.2. Kokelaan on osoitettava kokeen aikana olosuhteiden, hänen pitää pysyä rauhallisena kaikissa tilanteissa, myös veden varaan jouduttuaan.

### **14. Navigointitaidot**

- 14.1. Kartan lukeminen. Testattava tuntee karttamerkit sekä vesiliikenteen merkit. osaa lukea maastokarttaa sekä merikarttaa.
- 14.2. Suunnan ottaminen kartalta kahdeeen pisteen välillä. Eranto on osattava huomioida.
- 14.3. Suunnan ottaminen kohteeseen maisemassa. Eranto on osattava huomioida.
- 14.4. Paikannus ja kartanluku vesillä, ristisuuntima. Kokelas pystyy paikantamaan itsensä vesillä, osaa käyttää ristisuuntimaa, osaa suunnitella reitin kartan avulla.

## **Varusteet**

Kokelaan on oltava varustautunut kokeessa tarvittavin, toimivin varustein. Jos joitain varusteita on lainattu, suntaudutaan niihin kuin kokelaan omiin välineisiin. Jos jokin väline ei vastaa tarkoitustaan, on sen huomaaminen jätettävä kokelaalle. Jos sileän ja virtaavan veden testit suoritetaan eri päivinä, on molempien kokeiden varusteiden oltava mukana molempina päivinä.

### **15. Kanootti ja melat**

- 15.1. Kanootissa pitää olla turvallisesti kiinnitettynä vähintään 10 kilon (100 N) kellutus / meloja. Jos käytetään keula- ja peränaruja, on niiden oltava pakattuna niin, ettei niistä aiheudu sotkeutumisen vaaraa. Aallokossa ja koskessa on oltava tarkoituksenmukaiset kellukkeet ja aukkopeitteet.

### **16. Pakkaaminen**

- 16.1. Varusteet pitää olla pakattu vedenpitävästi ja varmistettu katoamiselta vaikka kanootti kaatuisi.

### **17. Henkilökohtaiset varusteet**

- 17.1. Vaatetuksen tulee vastata melontaolosuhteita. Tuulen- ja vedenpitävät vaatteet tulisi kuulua varustukseen.
- 17.2. Kelinmukaiset varavatteet on oltava mukana.
- 17.3. Ruoka ja juoma. Eväät ja mahdollisuus kuumaan juotavaan pitää olla mukana. Termospullo, jossa on kuumaa juotavaa, käy.

### **18. Henkilökohtaiset turvallisuusvarusteet**

- 18.1. Vähintään 50 N melontalivit ovat pakolliset. Paukkulivit tai vastaavat sallitaan, mutta kokelaan tulee tietää, koska ne pitää laukaista ja näyttää laukaisu ja tyhjennys. Kypärä ei ole pakollinen, mutta sitä on pidettävä vaadittaessa.
- 18.2. Puhelin, pilli, soveltuvat merkinantovälineet (hätäsoihdu tms.), hätämuona, sääsuojapussi (bivvy) tai hypotermialakana, tasku-/otsalamppu, tulitikut tai sytytin, hinausvyö, hihnalenkki (slingi tai vastaava), karbiinihaka ja puukko tai monitoimityökalu.

### **19. Ensiapulaukku ja kanootin / varusteiden korjaussarja**

- 19.1. Ensiapulaukun sisällön on vastattava kokelaan ensiaputaitoja ja kokeen olosuhteita.
- 19.2. Korjaussarjan on sovittava käytettävän kaluston ja varusteiden korjaamiseen.

### **22. – 25. Virtaavan veden melontataidot**

22. Lossaus. Kokelaan tulee pystyä lossaamaan hallitusti virran poikki. Virran tulee olla kohtuullisen voimakas. Pientä aallokkoa voi olla, mutta ei murtuvia aaltoja.
23. Takaperin lossaus. Kokelaan tulee pystyä lossaamaan hallitusti virran poikki. Virran tulee olla kohtuullisen voimakas mutta sileä.
24. Virtaan meno ja akanvirtaan melominen. Kokelaan tulee pystyä melomaan hallitusti akanvirrasta päävirtaan ja päävirrasta akanvirtaan. Virran tulee olla kohtuullisen voimakas. Pientä aallokkoa voi olla, mutta ei murtuvia aaltoja. Suoritus on näytettävä molemmilta puolilta.

Koska kalusto ja olosuhteet voivat testien välillä ja testin aikana vaihdella. Testin vastaanottaja voi valita tavan jolla testisuoritukset tehdään.

Hyväksytty Suomen Melonta- ja Soutuliiton koulutusvaliokunnassa 21.2.2019