

Meloja 2 avokanootti



Olympiastadion, Eteläkaarre, 00250 Helsinki, Finland
toimisto@melontajasoutuliitto.fi, +358 10 322 9360



Equivalent to EPP2 open canoe competence standard

Nimi				
yksikkö / kaksikko				
Osattavat taidot (nämä taidot on osattava sujuvasti)				
Kanootin nostaminen, kantaminen ja laskeminen vesille	1			
Eteenpäin melonta	2			
Pysähtyminen ja taaksepäin melonta	3			
Sivuttain melonta (draw stroke / sculling draw)	4			
Melatuki ja kaatumisen estäminen	5			
Takaperäsin / melaperäsin	6			
Käännös liikkeessä n. 10m ympyrä, kaarivedoilla	7			
Käännös liikkeessä n. 10m ympyrä, j-vedoilla	8			
Rantautuminen	9			
Kanootin kiinnittäminen (esim. auton katolle)	10			
Turvallisuustaidot (osattava hyvin)				
Kanootin kaataminen ja hinaaminen uimalla rantaan	11			
Syvän veden pelastus, paripelastus	12			
Turvavarusteet	13			
Navigointitaidot	14			
Harjoiteltavat taidot (osattava alkeet)				
Kahdeksikkotuki / Sculling	15			
Krossi / Cross stroke	16			
"Kampeaminen" / Pry stroke	17			
Keulaperäsin	18			
EPP2 taitokoe, kokonaisarvio				
aika ja paikka / date and location				
vastaanottaja, assessor				