

RECOMENDACIONES PARA LAS RUTAS EN KAYAK

VESTIMENTA PARA LA TRAVESÍA EN KAYAK			
	ÓPTIMA	RECOMENDABLE	CONTRAINDICADO
TRONCO Y BRAZOS	Camiseta térmica de manga larga, con camiseta de licra o fibra y chubasquero. (en caso de lluvia)	Camiseta de manga larga, sudadera o polar fino y chubasquero fino.	Más de 3 capas de ropa. Chaquetas con acolchado voluminoso.
PIERNAS	Malla larga de licra o malla corta en días calurosos.	Pantalón de tejido sintético.	Pantalón de algodón, vaquero o pana.
PIES	Escarpines de Neopreno o zapatillas acuáticas.	Zapatillas deportivas ligeras, sandalias con sujeción al tobillo y/o calcetines.	Botas de goma, de montaña o cualquier tipo de calzado pesado.

El material que Cucana incluye en las rutas en kayak es el siguiente:

- Kayak biplaza autovaciable e insumergible.
- Chaleco salvavidas para cada participante.
- Pala de doble hoja para cada participante.

¡IMPORTANTE!

ES OBLIGATORIO SABER NADAR PARA PODER REALIZAR ESTE TIPO DE RUTAS.