

PISTAS DE ENTRENAMIENTO PARA PIRAGÜISMO SLALOM.

Construcción, montaje y desmontaje fácil

Guto Merkle, abril de 2008

(Última actualización: mayo/2008)

Este trabajo puede ser encontrado en: Portugués, Español, English



Las páginas siguientes son una contribución para solucionar en parte un problema que muchos palistas y clubes lo tienen. Tener una pista para entrenar canotaje slalom.

Una pista que sea barata, fácil de montar y que sea posible cargar dentro de la propia embarcación.

Indicada para entrenamiento o pequeñas carreras informales, en ríos de hasta clase II.

Las balizas pueden ser movidas y ajustadas desde la propia embarcación, con opción de hacerlo también desde la orilla

Lee las fotos y mira las instrucciones.

Todos los textos e ilustraciones de este trabajo llevan la licencia:



<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0>

Usted es libre de:



copiar, distribuir y comunicar públicamente la obra.



crear obras derivadas

Solo debe: citar el autor original, no utilizarlo con fines comerciales y si altera o genera una obra derivada, debe distribuir la obra creada bajo una licencia idéntica.



Herramientas utilizadas.

- Un cuchillo o navaja.
- Una sierra para plástico.
- Un bolígrafo.

MATERIAL

Tubos de plástico para hacer las balizas.

Tamaño final: 1,5 m de largo, 20 mm de diámetro.

Se encuentran en perfiles de 6 metros de largo.

El de color gris de la foto es de PVC, utilizado en irrigación.

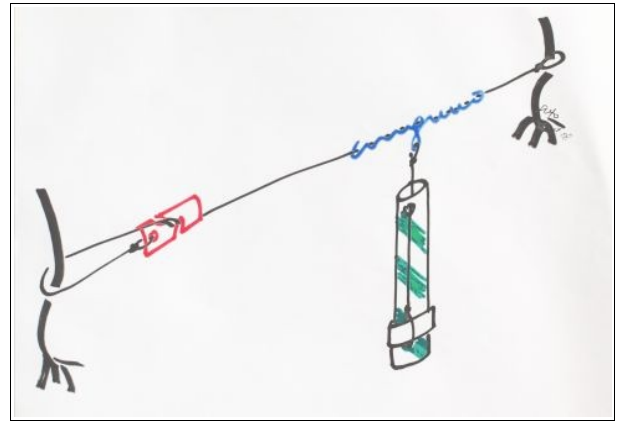
El rojo es de polipropileno, utilizado en instalaciones domésticas de agua. Este flota.

Cualquier tubo parecido sirve.

El color es lo que menos importa si no va a ser utilizado para carreras, pero es muy útil pintarlos de distintos colores: verde, amarillo, azul, blanco, etc. Resulta más fácil de explicar los recorridos durante los entrenamientos. Pegar papel "contact" parece una buena idea pero en la práctica, dificultará el ajuste de altura de las balizas.

Después de cortarlos con 1,5 metros de largo (esta medida permite que quepan dentro del kayak), haga un agujero de 5 mm cerca de una de las puntas.

2



3



4



5



Cuerda de 0,8 mm.

Va a ser utilizada para colgar las balizas sobre el río, pasada de una orilla a otra, aproximadamente a dos o tres metros por encima del agua.

Es vendida en rollos de 100 metros. Encontrada en ferreterías, con el nombre de "cuerda de albañil". Elija las de colores que son más fáciles de ver.

Otros grosores se encuentran en tiendas de materiales de pesca.

Antes de pasarla sobre el río, enrollala en una botella de plástico de gaseosa, va a ser más fácil de trabajar.



6



7

Mosquetones.

Hechos de alambre de acero inoxidable, encontrados en tiendas de material de pesca. Los mostrados aquí tienen cerca de 35 mm de largo. No son indispensables pero su utilización facilita mucho el trabajo y ahorra tiempo en el montaje. (fig.8)



8

Precintos.

Igualmente se encuentran en ferreterías. Utilizados en el sistema que regula la altura de las balizas.



9

Hilo espiral.

Por fricción mantiene la baliza en el sitio. Ni el viento, ni tampoco un toque muy fuerte la mueven. Si una orilla es más alta que la otra y la cuerda está muy inclinada, la baliza se mantiene igualmente en el sitio donde fue puesta.

Misteriosamente la baliza continua fácil de ser movida para cualquier lado, con la mano o desde el kayak.

Hecha a partir de un hilo eléctrico, como muestra la figura. No todos los hilos funcionan del mismo modo. Algunos tienen la superficie muy resbaladiza. En este caso aumente el número de vueltas o doblelo con la mano después de puesto en la cuerda, hasta conseguir la resistencia adecuada.

Recuerde de doblar las puntas hacia atrás, al ponerlo en la cuerda.

Como no utilizamos barras transversales, en el caso de querer colgar un número sobre la puerta, este va sujeto también en esta espiral.



10



11



12

14



15



13

Tensores.

Tensándose la cuerda que cuelga las balizas también se puede ajustar su altura. La idea es utilizar un tensor que funciona del mismo modo que las sogas que sustentan las carpas de campamento. La secuencia de fotos muestra como hacerlos con un trozo de plástico cualquiera.

(figs. 16 a la 24. En la fig. 25, hecho con el propio rodillo original de la cuerda).

Como funciona el ajuste de altura desde la embarcación.

Una cuerda sale del mosquetón (que está fijo en la espiral alrededor de la cuerda principal, fig. 13) pasa por un agujero cerca de la punta de la baliza y termina en el precinto puesto alrededor de la misma (fig. 10).

Corriéndolo por la baliza se puede regular la altura sin necesidad de salir de la embarcación. El sistema queda estable por simple fricción.

Ajustando la posición desde la orilla (fig. 1 e 26).

Dependiendo de las condiciones locales (y con el doble de cuerda), es posible hacerlo pasando una cuerda doble sobre el río (la cuerda sale, pasa alrededor de un árbol, vuelve y pasa por otro árbol).

Se corta en la longitud deseada y se atan las dos puntas, una en la otra, de manera que se tenga algo "circular".

Entonces se une una baliza con una espiral en un lado de la cuerda. Al tirar de la otra punta de la cuerda la baliza se mueve hasta el punto deseado.

Al final se tensa la cuerda con ayuda de la misma pieza plástica del sistema normal, pero sujeta como muestra la figura 26.

Fíjate que la opción de mover la baliza desde



16



17



18



19

la embarcación sigue sirviendo igual.

¿Cuánto cuesta?

Hemos calculado el coste aproximado para una pista de 12 balizas, en un río con 20 a 30 metros de ancho. Valores de febrero de 2008, en Argentina.

3 cañas de PVC de 6m	30 pesos
3 rollos de cuerda 0,8 de 100m	30 pesos
24 mosquetones	8 pesos
20 precintos	4 pesos
5 m de hilo de cobre plastificado.	3 pesos

total **75 pesos ~ U\$ 24**

DURANTE EL MONTAJE Y DESMONTAJE

Toma todas las precauciones antes de pasar la cuerda sobre el río. Estamos hablando de como máximo clase II, pero...

Que no haya movimiento de gente bajando el rápido durante el trabajo.

En general se hace esto, por lo menos dos personas: una pasa el río llevando una punta de la cuerda mientras otra va soltando la cuerda de la orilla. Atar la punta en la popa del kayak es mejor que llevarla en la mano. Cuanta menos cuerda este en contacto con el agua mejor: menos riesgo de prenderse en algún obstáculo.

Asegúrate que la cuerda se suelte con facilidad de la botella antes que tu compañero empiece a remar.

Si la corriente es fuerte, y no hay un buen sitio para bajar en la otra orilla, puede ser útil una tercera persona allá, esperando para recibir la punta de la cuerda.

Otra opción (incluso más segura) es lanzar un

20



21



22



23



24



cabo de rescate, donde va a estar sujeta la cuerda para entonces ser recuperada. Evita tener de pasar el río remando con una cuerda sujeta a ti.

Ten siempre un cuchillo a mano.

Una misma cuerda puede ser utilizada para ir y volver, pero no se recomienda una tercera pasada.

Ata la cuerda en un punto que sea alto pero accesible. Como 2 a 3 metros del agua. En un primer momento la cuerda quedará un poco floja y cuando cuelgues las balizas, las mismas van a entrar en contacto con el agua. Al final se tensa.

¿Dónde sujetar la cuerda si no hay árboles en la orilla?

Haz una "X" con dos ramas como muestra la figura. La cuerda va a pasar por la X y va a ser fijada a alguna cosa en el suelo: un palo enterrado, una raíz, una roca grande...

La foto 29 muestra un cable junto al suelo, paralelo al río, colocado con esta función.

25



26



27



29

28



Nudo

Saber un único nudo ya es suficiente. El que cualquier pescador usa para atar el anzuelo al sedal. Úsalo para atar los mosquetones, los tensores y los precintos en la cuerda. Vea las fotos 30 a 33.

Al final del entrenamiento:

Al sacar la cuerda, SIEMPRE ponla alrededor en una botella de plástico (encontrada con facilidad en cualquier orilla de río que sea un mínimo civilizado). Ignorar este consejo te hará perder horas sacando nudos raros de la cuerda, mientras tus compañeros se cambian y toman mate.

Si la pista va a quedar montada por varios días, asegúrate de que todo el sistema esté bien fijo. Una cuerda baja, cerca del agua es peligrosa para cualquiera que venga remando.

No dejes la pista montada si va a pasar muchos días sin verla.

Agradecimientos

A los ríos Aluminé, Atuel, Limay y Quequén. A todos los amigos que ayudaron a montar pistas en el verano de 2008. A Lluís Grau y Nuria Vilarrubla por las correcciones de la versión traducida al español.

Comunicación

¿No funcionó? ¿Mejores materiales? ¿Fotos? Comparte tus soluciones.

gutomerle@cbca.org.br -
zgk2008@gmail.com

55 41 3272 2598 / 9677 6541, Brasil



30



31



32



33

Y MÁS!!

Totalmente de regalo, como hacer de tu chancleta un calzado de caminata!!!



34



35



36



37



38