

DOEL

De kajakvaarder is in staat om veilig een kajaktocht te varen op stilstaand of licht stromend vaarwater^[1] bij gematigde weersomstandigheden^[2], individueel of als deelnemer van een groep onder leiding van een tochtleider.

VOORVEREISTEN

De kajakvaarder moet kunnen aantonen over voldoende zwemvaardigheid te beschikken.

ERVARINGSEIS

De kajakvaarder heeft deelgenomen aan tenminste één activiteit van tenminste 3 uur, waarbij een sportieve inspanning werd geleverd.

UITRUSTING

De uitrusting^[3] moet voldoen aan de vereisten voor het vaarwater^[1] waarop men vaart.

VAARDIGHEDEN PRAKTIJK - VAARTECHNIEK

Kajakvaarders op dit niveau kunnen varen op stilstaand of licht stromend water.

Om dit vakbekwaam^[4] te kunnen uitvoeren zijn nodig:

- kajak tillen, dragen en te water laten;
- in- en uitstappen;
- voorwaarts varen;
- achterwaarts varen;
- stoppen voor- en achterwaarts;
- boogslag R/L voorwaarts;
- boogslag R/L achterwaarts;
- lage steun;
- dynamische lage steun^[5];
- opkanten (statisch);
- zijwaarts verplaatsen met trek- of wrikslag;
- achterstevengoer;
- opruimen van het materiaal.

VAARDIGHEDEN PRAKTIJK - VEILIGHEID

Reddingen:

- omslaan met spatzeil dicht en uit de kajak komen;
- zelfredding^[6];
- geassisteerde^[7] redding.

Groepsgedrag:

- De kajakvaarder kan zijn eigen vaardigheden inschatten en is zich bewust van de groep.

VAARDIGHEDEN - THEORIE

Onderdelen kunnen beschrijven:

- typen kano's;
- functie van drijfvermogen, roer, scheg, zitje, voetensteun;
- typen peddels;
- functie van spatzeil;
- verschil tussen zwem- en reddingsvest;
- acties t.b.v. schoon/droog maken en opbergen materiaal;
- kano-organisaties en (opleidings)mogelijkheden.

Veiligheidsaspecten kunnen beschrijven:

- uitrusting van een kajak;
- juist gebruik van het zwemvest;
- kleding passend bij de vaaromstandigheden;
- voorkoming van en juiste handelingen bij omslaan;
- voorkoming van en juiste handelingen bij onderkoeling;
- voeding passend bij de vaaromstandigheden;
- correct groepsgedrag bij tochten met een tochtleider;
- basisvaarregels^[8].

TOETSING

Theorie:

- wordt schriftelijk (of in uitzonderingsgevallen mondeling) afgenomen onder de verantwoordelijkheid van een instructeur kajakvaren;
- duur maximaal anderhalf uur.

Praktijk:

- wordt afgenomen door tenminste één, maar bij voorkeur twee instructeurs kajakvaren;
- kan ook worden afgenomen op basis van een vorderingenstaat^[9].

Certificaat:

Nadat de onderdelen theorie en praktijk met succes zijn afgerond en de ervaringseis is behaald, ontvangt de kandidaat het certificaat Kajakvaardigheid A.

Geldigheid vaardigheidseisen

Dit document en de bijbehorende definities zijn geldig voor de duur van twee jaar, waarna evaluatie en eventuele bijstelling volgt. De geldigheid gaat in op 1 januari 2017.