



Paddel Surf en el Segura.

Es paddel surf o stand up paddel surf... tiene varios nombres, consiste en una tabla (rígida o hinchable) la cual se desliza por un medio acuático (río, mar, estanque...) en la cual el navegante a través de una pala se impulsa y sirve para desplazarse y conducir a través de este medio acuático. La forma de progresar encima de la tabla, es de pie (en la mayoría de los casos).

Objetivos.

- Iniciar al participante en esta práctica deportiva.
- Conocer las diferentes materiales que se utilizan en la actividad.
- Realizar una actividad física que ejercita unos músculos principalmente del tronco

Salida: Miércoles 17 de julio de 2019. 8:00 h. en el Local de Tramuntana Aventura (Alicante), Alicante C/ Segura 13 local bajo derecha 03004 (cerca de la plaza de los Luceros).

Regreso: Sobre las 14.00 horas en la plaza de los Luceros.

Información e inscripciones:

Concejalía de Juventud - Ayuntamiento de Alicante

Centro 14 Centro de Información Juvenil

C/ Virgen de Belén 11 03002 Alicante

centro14@alicante.es Tlf. 965 14 96 66 www.centro14.com

Información técnica: info@tramuntanaaventura.es

Móvil: 686216102 - 616351506

Precio: Gratuita. **Transporte:** Incluido. Guardamar del Segura / Rojales (Alicante)

Exigencia física: No recomendable para personas con vértigo, mareos y/o embarazadas.

Edad: 18-30 años. **Número de plazas:** 8.

Material que tienen que llevar los participantes:

- Bañador y camiseta que se puedan mojar.
- Crema solar.
- 1'5 litros de líquido, almuerzo y comida. Mochila.

Que proporciona Tramuntana:

- Todo el material técnico para la realización de la actividad: Tablas, remos, chalecos y botas anfibias
- Seguro de responsabilidad civil y accidentes.
- Fotos de la actividad.
- Guías/monitores.



Descripción básica de la actividad:

La actividad la iniciamos entre la población de Rojales y Guardamar del Segura, donde tras hinchar las tablas de paddel se explicara la técnica básica de progresión y normas de seguridad. A partir de aquí realizaremos un recorrido aguas abajo por las tranquilas aguas del Segura. Durante el trayecto realizaremos algunas paradas para descansar y tomar el almuerzo.

