









2. AKWENY NA KTÓRYCH MOŻEMY HOLOWAĆ NARCIARZA:

Zgodnie z odpowiednimi przepisami na nartach wodnych możemy jeździć wyłącznie na odcinkach drogi wodnej wyznaczonej do tego przez właściwy terytorialnie Inspektorat Żeglugi Śródlądowej.

1	2	3	4
E. 15	Zezwolenie na ruch żeglutowy statków o napędzie mechanicznym		
E. 16	Zezwolenie na ruch żeglutowy statków używanych wyłącznie do uprawiania sportu lub rekreacji		
E. 17	Zezwolenie na uprawianie narciarstwa wodnego oraz holowanie statków powietrznych za statkiem		
E. 18	Zezwolenie na ruch statków żaglowych		
E. 19	Zezwolenie na ruch statków o napędzie wiosłowym		
E. 20	Zezwolenie na pływanie na desce z żaglem		

Ponadto nie wolno uprawiać narciarstwa wodnego:

- na akwenach, których szerokość jest mniejsza niż 50 m, a głębokość mniejsza niż 1,4 m.
- w kanałach żeglownych,
- wszędzie tam, gdzie kąpiel jest zabroniona ze względów sanitarnych.

Jazda na nartach wodnych nie może zagrażać ani utrudniać ruchu statkom żeglugi śródlądowej, statkom sportowym i turystycznym oraz osobom kąpiącym się.

3. ŁODZIE HOLOWNICZE

Przepisy dotyczące łodzi holowniczych obejmują zakaz holowania narciarza za łodzią motorową sterowaną za pomocą rumpla oraz gdy doczepny silnik nie jest zakryty osłoną na wirujące koło zamachowe uzbrojone w koronkę rozrusznika.

Nie wolno holować za łodzią niesprawną - dotyczy to przede wszystkim układu sterowania, regulacji obrotów, czy wyłącznika zapłonu.

Zaleca się, aby łódź była wyposażona w:

- specjalny wspornik do zaczepiania linki holowniczej,
- w lusterko panoramiczne,
- prędkościomierz.

W łodzi holującej narciarz zawsze musi być druga osoba - tzw. obserwator.



4. LINKA HOLOWNICZA:

Powinabyć wykonana z tworzywa nietonącego, w kolorze kontrastującym z wodą.

Nie wolno używać linki z metalu, linki o średnicy mniejszej niż 6 mm oraz linki, na której powstała pętla.

Linka holownicza powinna być zamocowana w taki sposób, aby nie ograniczała zdolności manewrowej statku holującego.

Długość linki do jazdy turystycznej wynosi 18-23 m.

Wybierając linkę powinniśmy zwrócić uwagę, aby nie była ona rozciągliwa (dynamiczna). Gumowata linka znacznie utrudni jazdę.

5. BEZPIECZEŃSTWO:

W łodzi holującej narciarza musi się znajdować obserwator, z którym sternik jest w stałym kontakcie

Nie wolno holować narciarza po zmroku, w złych warunkach pogodowych (wysoka fala, deszcz itp.)

Sternik i narciarz muszą znać sygnały umowne i szybko na nie reagować

Przed startem sternik powinien sprawdzić czy:

- a) osoba holująca ma skuteczne zabezpieczenia (kapok itp.)
- b) na obranym kierunku jazdy jest wolny pas wodny,
- c) linka holownicza jest prawidłowo zaczepiona,
- d) narciarz trzyma uchwyt oburącz i jest przygotowany do startu.

Podczas jazdy zarówno łódź jak i narciarz nie mogą zbliżać się do stałych przeszkód i innych obiektów pływających bliżej niż 20 m.

Osobie holowanej nie wolno przejeżdżać tak, aby między nią a łodzią holującą znalazła się inna osoba pływająca np. z kajaka, materaca dmuchanego itp.

Linki nie wolno zawijać dookoła kołczyń lub wiązać się w nią w pasie.

Szybkość jazdy, długość trasy oraz promienie skrętów łodzi muszą być zawsze dostosowane do umiejętności i kondycji osoby holowanej.

Gdy osoba holująca puści linkę, należy natychmiast do niego pod płynąć, chroniąc go własną burtą od strony ewentualnego zagrożenia.

Po upadku osoba przez podniesienie ręki daje sternikowi znać, że „wszystko jest w porządku„.

Nie wolno holować linki bez osoby holowanej ani pozostawiać jej w wodzie po zakończeniu jazdy.

Nie wolno holować narciarza będącego pod wpływem alkoholu i innych środków odurzających.

Łodzi motorowej nie wolno udostępniać do holowania innym osobom, nieposiadającym odpowiednich kwalifikacji.

6. ZNAKI POROZUMIEWAWCZE:

STERNIK DO NARCIARZA:

„TRZYMAJ SIĘ PRAWEJ STRONY” - ręka w prawy bok

„TRZYMAJ SIĘ LEWEJ STRONY” - ręka w lewy bok

„JEDŹ PO KILWATERZE” - ręka pionowo w górę

„PUŚĆ LINKĘ” - szybkie ruchy ręką z góry na dół

NARCIARZ DO STERNIKA:

„SZYBCIEJ” - kciuk w górę

„WOLNIEJ” - kciuk w dół

„SZYBKOŚĆ ODPOWIEDNIA” - poziome ruchy ręki dłonią poziomo.

„PO UPADKU” - ręka podniesiona nad wodę oznacza, że wszystko jest w porządku.



7. NAUKA JAZDY NA NARTACH:

Chcąc, aby udał nam się pierwszy start na nartach należy przećwiczyć jego elementy na lądzie, w formie suchej zaprawy. Należy przypiąć narty, ująć nachwytem drążek liny holowniczej i przykucnąć. Osoba współwiczająca trzyma drugi koniec linki, mocno ją napinając, aby stworzyć pozory jazdy za łodzią.

Narciarz przyjmując opisaną wyżej postawę, ramiona wyprostowane, górna część tułowia pochylona do przodu, ciężar ciała spoczywa na całych stopach, współpartner napina mocno linkę. W tym momencie narciarz powoli podnosi się z przysiadu, pamiętając o tym, by pięty przylegały do nart, ramiona były w dalszym ciągu wyprostowane, a nogi lekko ugięte w kolanach. Wzrok skierowany przed siebie. Dłonie trzymające uchwyt znajdują się na wysokości pępka. Zbyt gwałtowne wychylenie się do przodu, poddanie się szarpnięciu, jakie występuje przy napięciu linki lub przesadne odchylenie się do tyłu spowoduje zachwianie równowagi. Na wodzie oznacza to pewny upadek.

Start z wody:

Jest najbardziej popularny i nie zbyt trudny do opanowania. Każdy narciarz musi się nauczyć startować z wody. Po zapięciu nart w wodzie, narciarz:

- zgina mocno nogi w kolanach, przyciągając je do piersi i odchyła się lekko do tyłu, tak aby dzioby nart wystawały z wody,
- linkę trzyma oburącz, uważając by znajdowały się między nartami,
- ramiona wyprostowane, dzioby nart zwrócone w kierunku łodzi.

Przed startem narciarz podniesieniem ręki daje sternikowi znać, że jest gotów do jazdy.

Najczęstsze błędy, uniemożliwiające start z wody to:

- nierównoległe ustawienie nart
- gwałtowne pochylenie się do przodu w chwili wynurzania z wody
- przyciągnięcie linki do siebie-upadek na plecy

Start z pomostu:

Narciarz siada na pomoście z przypiętymi już nartami. Ramiona wyprostowane, dłonie trzymają uchwyt linki, która zwisa luźno między dziobami nart. Górna część tułowia wyprostowana. Z chwilą, gdy po odjeździe motorówki linka całkowicie się wyprostuje i napręży – narciarz zostanie ściągnięty z pomostu. W tym momencie musi on przeciwstawić się raptownemu pociągnięciu. W pierwszym okresie nauki nie należy natychmiast po starcie wstawać, czyli zmieniać pozycji ciała z kucznej na stojącą.

8. WAKEBOARD

Nawakeboardzie, tak jak i na nartach wodnych, możemy jeździć zarówno za motorówką jak i za wyciągiem narciarskim. Ale najpierw musimy wystartować.

Start na desce jest bardzo podobny do wstawiania, w pozycji siedzącej na ziemi, gdy ktoś Ci pomaga, ciągnąc za ręce.

Leżymy na plecach, kolana trzymamy szeroko, a ręce wyprostowane między nogami. Uchwyt trzymamy nachwytem. Staramy się by nasza deska była ustawiona prostopadle do kierunku jazdy. Gdy motorówka ruszy nie staramy się od razu wstawać. Pozwalamy desce wpłynąć pod nas, tak jak byśmy mieli stać na niej w kucki. Trzymamy pięty blisko pośladków. Gdy poczujemy, że jedziemy i stoimy równo na dwóch nogach, możemy powoli wstawać.