

PISTAS DE TREINAMENTO PARA CANOAGEM SLALOM.

Construção, montagem e desmontagem fácil.

Guto Merkle, abril de 2008

(Última atualização: maio/2008)

Esta apostila está disponível em: Português, Español, English



As páginas seguintes são uma contribuição para solucionar um problema de muitos canoístas e clubes de canoagem: ter uma pista para treinar canoagem slalom. Uma pista que seja barata, fácil de armar e possível de ser carregada dentro do próprio caiaque.

Indicada para treinamento ou pequenas competições informais em rios de até classe II.

As balizas podem ser movidas e ajustadas da própria embarcação, com opção de poder fazê-lo também da margem.

Leia as fotos e veja as instruções.

Todos os textos e gravuras desta apostila levam a licença:



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



Você pode:

copiar, distribuir e comunicar publicamente esta obra.



criar obras derivadas

Desde que: cite o autor original, não utilize com fins comerciais e caso altere ou crie outra obra com base nesta, deve distribuir a obra resultante sob licença idêntica.



Ferramentas utilizadas:

- Uma faca ou canivete.
- Uma serra para plástico.
- Uma caneta.

Material utilizado:

Tubos plásticos para confeccionar as balizas.

Tamanho final: 1,5 m de comprimento por 20 mm de diâmetro.

Normalmente vendidos em barras de 6 metros.

O de cor cinza da foto, é de PVC, utilizado em irrigação.

O vermelho é de polipropileno, utilizado em instalações hidráulicas. Flutua se cair na água.

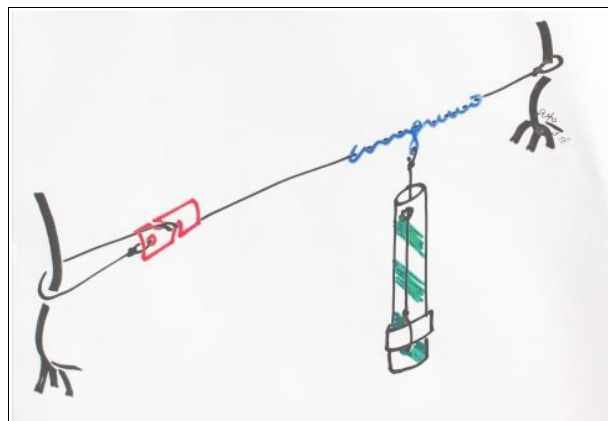
No Brasil o mais encontrado é o de PVC marrom para água ou conduítes pretos de instalação elétrica.

Qualquer cano similar serve.

A cor não importa se você não vai utilizar para competições, porém uma dica é pintá-los de diversas cores: verde, amarelo, azul, branco, etc. Fica mais fácil de explicar os percursos durante os treinamentos. Cobri-los em faixas, com papel adesivo “contact” parece uma boa idéia... porém na prática dificulta a regulagem de altura das balizas.

Após cortá-los com 1,5 metros de comprimento (esta medida permite que caibam dentro do caiaque), faça um furo de 5 mm em uma das extremidades.

2



3



4



5



Linhas de nylon, diâmetro 0,8 mm.

Será utilizada para suportar as balizas sobre o rio, atravessada de uma margem a outra, a cerca de dois ou três metros sobre a água.

Vendida em rolos de 100m. Encontrada em casas de material de construção com o nome de “fio de pedreiro”. Se puder escolher, prefira as coloridas por serem mais fáceis de visualizar.

Outras espessuras se encontram em casas de material de pesca.

Antes de atravessá-la sobre o rio, enrole a linha em uma garrafa PET, a qual será mais fácil de manejar.

Reserve uma parte (~2 m / baliza) para o sistema de regulação de altura.

6



7



Mosquetões de arame (snaps, fig.8).

Feitos de arame inoxidável, encontrados a venda em casas de material de pesca. Os mostrados aqui tem cerca de 35 mm de comprimento. Em última instância são dispensáveis, porém sua utilização facilita bastante o trabalho e economiza tempo de montagem.

8



Braçadeiras plásticas.

Igualmente encontradas em casas de material de construção ou elétrico. Utilizadas no sistema que regula a altura das balizas.

9



Espiral de arame.

Por atrito, mantém a baliza no lugar. Nem o vento, nem um toque muito forte a movem. Se uma margem é mais alta que a outra e a linha de nylon está muito desnivelada, igualmente a baliza permanece onde foi posicionada.

Misteriosamente a baliza continua fácil de ser movida para qualquer lado, manualmente ou de dentro do caiaque.

Feita a partir de um fio de cobre encapado, como mostra a figura. Nem todos os fios funcionam da mesma maneira. Alguns tem a superfície muito escorregadia. Neste caso aumente o número de voltas ou entorte-o um pouco com a mão depois de colocado na linha, até conseguir a resistência adequada.

Lembre-se de dobrar as pontas para trás ao colocá-lo na linha.

Como não usamos barras transversais, no caso de se querer pendurar um número sobre a porta, este vai amarrado também nesta espiral e se move junto com a baliza.

14



15

10



11



12



13



Esticadores.

Esticando-se a linha de nylon que sustenta as balizas também pode-se ajustar a altura das mesmas. A idéia é se utilizar um regulador cujo funcionamento é similar ao encontrado em barracas de acampamento. A seqüência de fotos mostra como confeccioná-los a partir de um pedaço de plástico qualquer.

(figs. 16 a 24. Na fig. 25, feito com o próprio carretel original da linha)

16



Como funciona o ajuste de altura a partir do caiaque.

Uma linha sairá do mosquetão (que está engatado na espiral de arame em volta da linha principal, fig 13) passará por um furo próximo a extremidade da baliza e terminará na braçadeira plástica colocada em volta da mesma (fig.10).

17



Deslizando-se a braçadeira pela baliza se regula a altura sem necessidade de sair-se do caiaque. O sistema permanece estável por simples atrito.

Ajustando a posição a partir da margem. (fig. 1 e 26)

Conforme as condições locais (e utilizando o dobro de linha de nylon), é possível fazê-lo passando a linha dupla sobre o rio (vai, passa ao redor de uma árvore, volta e passa por outra árvore).

18



Se corta no comprimento desejado e se amarram ambas a pontas, uma na outra, de modo que se tenha algo “circular”.

Então se prende a baliza com uma espiral em um lado da linha. Ao puxar-se o outro lado a baliza move-se até a posição desejada.

Ao final estica-se a linha com auxílio da mesma peça plástica do sistema normal, mas

19



passada diferentemente, como mostra a figura 26.

Note que a baliza continua sendo “movível” também a partir do caiaque.

Quanto custa?

Calculamos o custo aproximado para uma pista de 12 balizas, em um rio de 20 a 30 metros de largura. Valores de abril/2008 no Brasil

3 canos PVC 6m	R\$ 24
3 rolos de nylon 0,8 ou 1mm, de 100m	R\$ 24
24 mosquetões (snaps)	R\$ 10
20 braçadeiras plásticas	R\$ 4
5 metros de fio de cobre encapado	R\$ 2

Total **R\$ 64 ~ U\$ 32**

DURANTE A MONTAGEM E DESMONTAGEM.

Tome todas as precauções antes de atravessar a linha sobre o rio. Estamos falando de no máximo classe II, mas mesmo assim...

Que não haja movimento de embarcações descendo o rio durante o processo.

Normalmente isto se faz em pelo menos duas pessoas: uma atravessa o rio com uma ponta da linha enquanto outra vai desenrolando o carretel na margem. Amarrar a ponta da linha na popa do caiaque é melhor que segurá-la na mão. Quanto menos a linha encostar na água melhor: menos risco de engatar em algum obstáculo.

Certifique-se que a linha está desenrolando facilmente do carretel ou da garrafa PET antes de que seu companheiro comece a remar.

20



21



22



23



24



Se a correnteza é forte e não há um bom local para descer na outra margem, pode ser útil uma terceira pessoa aí, esperando para receber a ponta da linha.

Outra opção (mais segura inclusive) é lançar um cabo de resgate onde será amarrada a linha de nylon para então ser puxada. Evita-se ter de atravessar o rio remando com uma linha amarrada em ti.

Sempre tenha uma faca a mão.

Uma mesma linha pode ser utilizada para ir e voltar, mas não se recomenda uma terceira passada.

Amarre a linha num ponto alto mas que ainda seja prático. Algo em torno de 2 a 3 metros da superfície d'água. A princípio a linha ficará um pouco frouxa. Quando se pendurar as balizas, estas encostarão na água. Ao final se tensa.

Onde amarrar a linha se não há árvores na margem?

Faça um "X" com dois galhos como mostra a figura. A linha passará pelo X e será fixada no solo: num pau previamente fincado, numa raiz, numa pedra grande...

A foto 29 mostra um cabo rente ao solo, paralelo ao rio, colocado com esta função.



29



25



26



27



28

Nó.

Saber um único nó já é suficiente. Aquele que qualquer pescador utiliza para amarrar o anzol na linha. Utilize-o para prender os mosquetões, os esticadores e os precintos na linha. Veja as fotos 30 a 33.

Terminado o treino:

Ao recolher a linha, SEMPRE enrole-a numa garrafa PET (facilmente encontrada em qualquer margem de rio minimamente civilizado). A não observância deste item te fará perder horas desembaraçando linhas enquanto teus companheiros se trocam e tomam mate.

Se a pista vai ficar montada por vários dias, certifique-se de que todo o sistema esteja seguro. Uma linha baixa, rente a água é perigosa para qualquer um que venha remando.

Não deixe a pista armada se for passar vários dias sem acompanhamento.

Agradecimentos.

Aos rios Aluminé, Atuel, Limay e Quequén. A todos os amigos que ajudaram a montar pistas no verão de 2008.

Comunicação.

Não funcionou? Melhores materiais? Fotos? Comparta suas soluções.

gutomerkle@cbca.org.br
zgk2008@gmail.com

55 41 3272 2598 / 9677 6541, Brasil

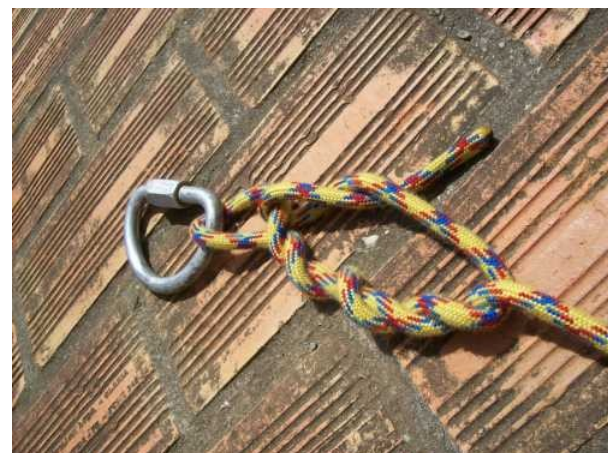
30



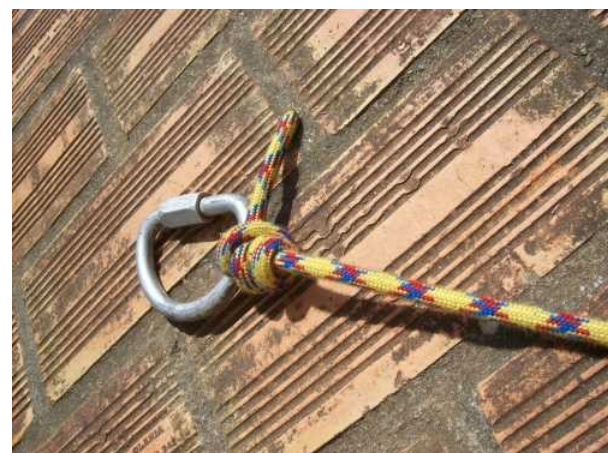
31



32



33



E NÃO É SÓ ISSO!!

Você ainda ganha de inhapa e
completamente de gratis um
concreto manual ilustrado e
figurado de como fazer de sua
avaiara um pisante de trequim!!!



34



35



36



37



38