

# Zwałki na kursie

Marcin Chodorowski

Fot. Wojciech Milewski

Chciałbym podzielić się z Czytelnikami moimi przemyśleniami na temat kajakarstwa zwałkowego, które uprawiamy w „KiM” od kilku lat. W tym celu skorzystam z pytań, które najczęściej pojawiają się podczas rozmów zwałkowiczów z adeptami.

## Jaki kajak?



Do pokonywania zwałek właściwie nadaje się każdy kajak polietylenowy. Znam kajakarzy, którzy dobrze sobie radzą na zwałkach nawet w morskich kajakach. Jednak optymalnym rozwiązaniem jest kajak górski. Czym bardziej zadarty dziób, tym lepiej – wzorem jest ceniony przez nas stary model Eskimo Diablo.

## Jakie wiosło?

Charakterystyka idealnego zwałkowego wiosła jest następująca: prostokątne pióra wykonane z polietylenu, duraluminiowy drążek i ni-



ska cena. Kupowanie na zwałki wyższej klasy wiosła nie zawsze ma sens, chyba że jest ono lżejsze i równie wytrzymałe. Należy jednak zwrócić uwagę, czy krawędzie piór nie będą kaleczyły nam dłoni podczas pokonywania przeszkody. Jeśli drążek jest zbyt śliski, to można go okleić taśmą lub szerokim plastrem – znacznie poprawia się komfort wchodzenia na zwałkę przy pomocy wiosła.

## Jaki fartuch?

Cześć z nas używa fartuchów neoprenowych, które moim zdaniem mają dwa mankamenty: są bardziej narażone na rozdarcia i są droższe od fartuchów tekstylnych. Natomiast minusem fartuchów tekstylnych jest to, że mogą nam się zsuwać z kokpitu podczas gimnastyki na zwałce.

## Czy pływać w kasku?

W naszej grupie większość kolegów zabiera na trudne zwałkowe rzeki kaski. Nie jest to pływanie po górskich rzekach, ale już trzykrotnie mieliśmy kłopotliwe przypadki skaleczenia głowy na zwałce. Założenie opatrunku w takich warunkach jest zawsze bardziej uciążliwe niż założenie kasku.

## Czy pływać w kamizelce?



Muszę się przyznać, że do niedawna ja również uważałem, że na zwalzkowych rzekach kamizelka przeszkadza, a nawet może być przyczyną nieszczęścia. Jednak od pewnego czasu pływam w kamizelce i tylko raz uniemożliwiła mi ona przecięnięcie się pomiędzy konarami drzewa. Kamizelka na zwalę powinna być dobrze dopasowana i nie może krępować ruchów. Dodatkowo, każdy kajakarz zwalzkowy powinien mieć opanowaną technikę szybkiego zdejmowania kamizelki na sucho i pod wodą. W ten sposób będzie można sobie poradzić w sytuacji krytycznej, gdy zaczepimy kamizelką np. o wystającą gałąź.

Kamizelka, oprócz oczywistej swojej funkcji, ma dodatkowe zalety. W kieszeniach trzymam potrzebne przedmioty, np. aparat fotograficzny z irszą, nóż i batony. Dodatkowo, już kilkakrotnie zamortyzowała uderzenia, które nieumyślnie zadali mi inni kajakarze podczas wspólnego pokonywania zwalaki.

### Jaki dodatkowy ekwipunek?



Rzutka – trwają dyskusje czy na małe zwalzkowe rzeki zabierać rzutkę. Ja zabieram.

Apteczka – jak najbardziej wskazana.

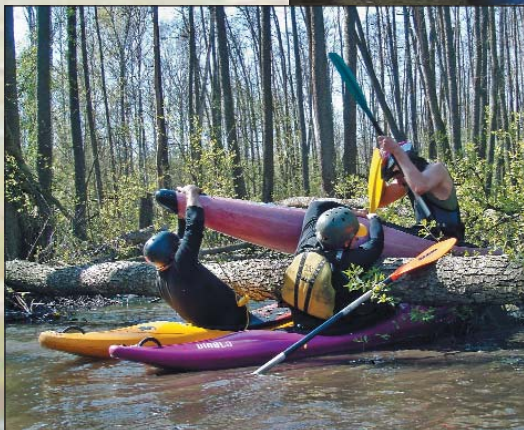
Rurka – jeden z naszych kolegów pokazał nam metrową rurkę z tworzywa, którą zawsze zabiera ze sobą na wszelki wypadek, gdyby ktoś zaklinował się pod wodą. Mnie przekonał.

Termos, woda, kanapki lub batony energetyzujące, telefon komórkowy.

Ostatnio wprowadziłem do swojego wyposażenia linkę z dwoma pływakami i karabinkiem ratowniczym. Używając tego prostego zestawu możemy mieć więcej zabawy na zwalce.

### Czy mam tyle siły?

Kondycję fizyczną wyraża się właśnie podczas pokonywania zwaltek. Jeśli ktoś ma czas i ochotę, to warto systematycznie robić brzuszki, pompki, podciąganie na drążku z nachwytem, uginanie i prostowanie ramion w zwisie na poręczach.



### Samemu czy w grupie?

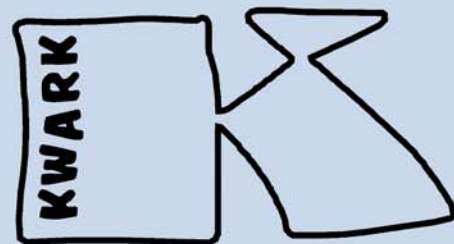
Tylko w grupie. Moim zdaniem, 3-5-osobowe zgrane zespoły gwarantują dobrą zabawę i bezpieczeństwo w tego typu kajakarstwie. Nasze doświadczenie uczy, że nie ma takiej zwalaki, której nie mógłby pokonać zgrany zespół.

Mam nadzieję, że spotkamy się na rzece zwalzkowej lub na warsztatach, które w tym roku chcemy zorganizować na Jeziorku. Zainteresowanych odsyłam na naszą stronę internetową [www.comartin.pl/kazikimy](http://www.comartin.pl/kazikimy), gdzie można znaleźć szczegóły tej akcji (zakładka „plany”) oraz obejrzeć tegoroczne zwalzkowe relacje z Jeziorki i Rawki.



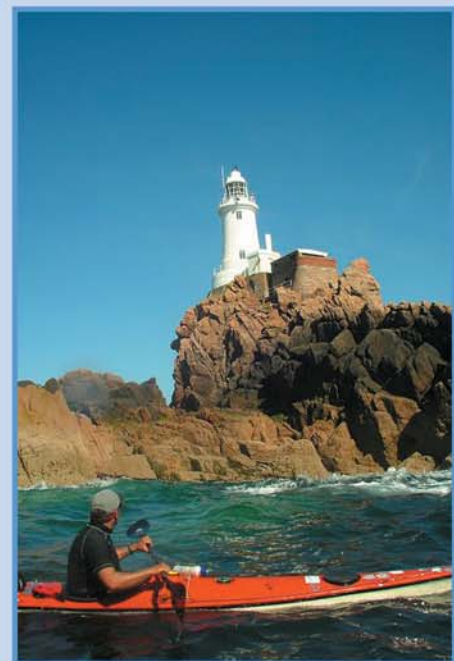
Kontakt z autorem: [marcin@kazikimy.it.pl](mailto:marcin@kazikimy.it.pl)

nr 2/2007



Zalom, ul. Parkowa 12, 70-896 Szczecin  
tel. (91) 43-123-23

e-mail: [kwark@kwark.pl](mailto:kwark@kwark.pl), [www.kwark.pl](http://www.kwark.pl)



### Bielizna z Polartec® Powerstretch®

- utrzymuje komfort termiczny,
- odprowadza wilgoć od ciała,
- nawet mokra nie krępuje ruchów,
- bardzo szybko schnie,
- doskonała pod wodoszczelne kurtki kajakowe.



### Polartec® Aqua Shell® druga skóra kajakarza

- oddycha,
- odprowadza wilgoć od ciała, skóra jest sucha i ciepła,
- chroni przed zimnem i wiatrem jak cienki neopren,
- zapewnia całkowitą swobodę ruchów,
- nie powoduje podrażnień skóry.

