

La seguretat sempre és el més important.

Cal protegir-nos del sol i de les diferents adversitats del medi.

Programa com serà la navegació.

Aspectes a tenir en compte:



Revisar l'embarcació

Tot ha d'estar preparat per tal d'evitar sorpreses al mar: les veles, el casc, els taps de l'embarcació...



La previsió meteorològica

Informar-se de la previsió meteorològica i del risc de fort vent, altes temperatures, tempestes o onades...



Notificar que anem a navegar

Cal avisar que sortim a fer esport al mar. Sempre que puguem, naveguem en grup.

Algunes recomanacions



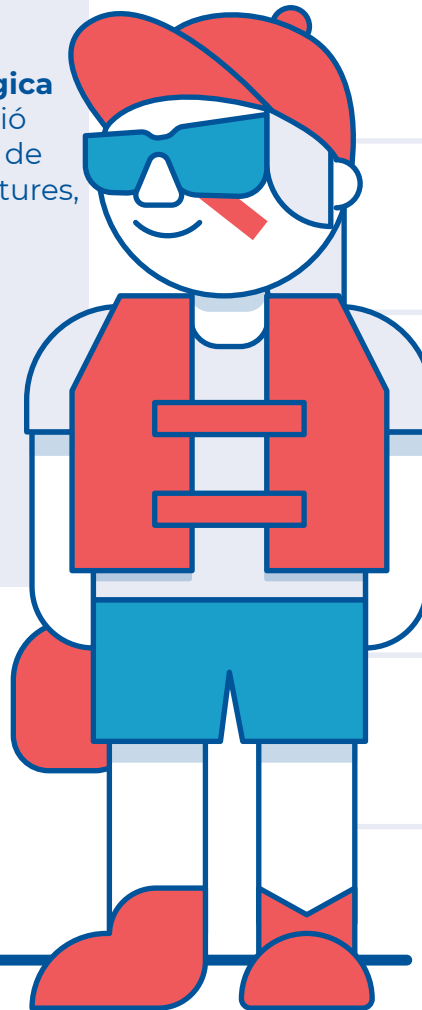
Hidratar-se durant tota la navegació.



Cal mantenir l'atenció, és un exercici físic.



Respectar el medi natural.



GORRA
O BARRET

ULLERES
DE SOL

CREMA
SOLAR

ARMILLA
SALVAVIDES

ROBA
D'AIGUA

ESCARPINS
O SABATES D'AIGUA

Com les vies de trànsit, el mar també té un reglament que cal conèixer per poder circular amb tranquil·litat.

Les següents situacions són les més habituals en la navegació:

