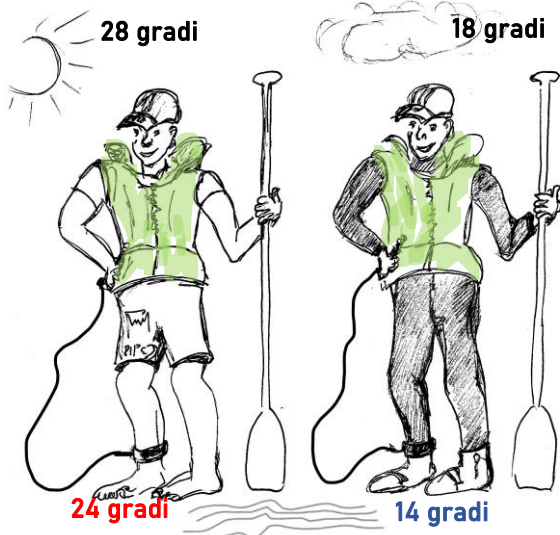


Stand Up! Have Fun! Regole per divertirsi in SUP

Dresscode – Equipaggiamento



Indossa sempre il giubbotto di salvataggio.
È la temperatura dell'acqua a determinare il tuo abbigliamento.
Usa il leash alla caviglia nel lago o in mare, mai in acque correnti

Check Up - Sicurezza

Segui un corso d'introduzione! www.paddlelevel.ch.
Non uscire da sola/o e pianifica accuratamente la tua uscita in SUP.



Prendi con te una bevanda energizzante per le uscite lunghe.
Rinuncia all'alcol prima e durante l'uscita.

Lascia detto a un conoscente l'itinerario previsto in SUP.
Osserva sempre la direzione del vento, l'evoluzione del tempo e inizia la tua uscita controvento.



Porta con te il cellulare in una custodia impermeabile.
In caso di allerta di forte vento e di tempesta (luce arancione lampeggiante) pagaia rapidamente a riva.

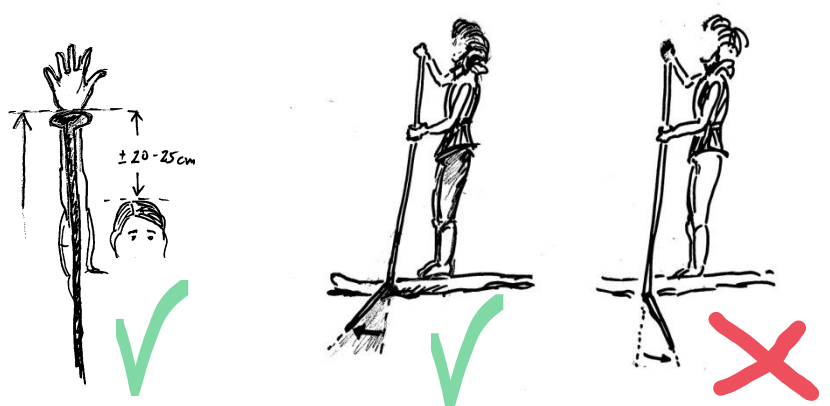
Mantieni una distanza sufficiente dagli altri natanti e rispetta le regole di precedenza e di comportamento nella navigazione.
Evita le entrate dei porti: i luoghi di approdo dei battelli e delle crociere sono zone proibite!

Indica il tuo nome e indirizzo sul tuo SUP (obbligo giuridico!).

Le regole di comportamento nella navigazione vks.ch



How to paddle - Consigli



Scegli una tavola adatta: più è larga, più è stabile / più è lunga, più è veloce.

Careful - Considerazione

Porta la tavola con la pinna in avanti fino all'acqua.
I bambini portano la tavola in due.



Pagaia in ginocchio dalla riva fino all'acqua libera.
Alzati solo quando l'acqua ha raggiunto 1 metro di profondità e assicurati di avere abbastanza distanza dalla riva e dalle persone.

Fairplay - Rispetto

Tieni una distanza di 25 metri da canneti e da piante acquatiche.

Raccogli i rifiuti e buttagli in una pattumiera una volta tornato a riva

Non pagaia in aree riservate (boe gialle).
È vietato!

Mantieni una buona distanza da gruppi di anatre, di uccelli e dai siti di nidificazione.

Maggiori raccomandazioni vogelwarte.ch/it

