

Canoa

Scienze Motorie
A.A. 2012

Corso teorico-pratico

Dott. Ramazza Michele
Cell. 328 3059668
info@micheleramazza.com

Dott.rsa Casini Giulia

Programma di oggi

- presentazione del corso
- storia della canoa
- discipline agonistiche e amatoriali
- materiali

Teoria

<u>DATA</u>	<u>ORARIO</u>	<u>STUDENTI</u>	<u>LUOGO</u>
Martedì 6 marzo	14.00-16.00	tutti	Via San Giacomo 12 Aula Magna igiene
Martedì 13 marzo	14.00-16.00	tutti	Via San Giacomo 12 Aula Magna igiene
Martedì 20 marzo	14.00-16.00	tutti	Via San Giacomo 12 Aula Magna igiene
Martedì 27 marzo	14.00-16.00	tutti	Via San Giacomo 12 Aula Magna igiene
Martedì 17 aprile	14.00-16.00 a seguire pre-appello esame scritto	tutti	Via San Giacomo 12 Aula Magna igiene

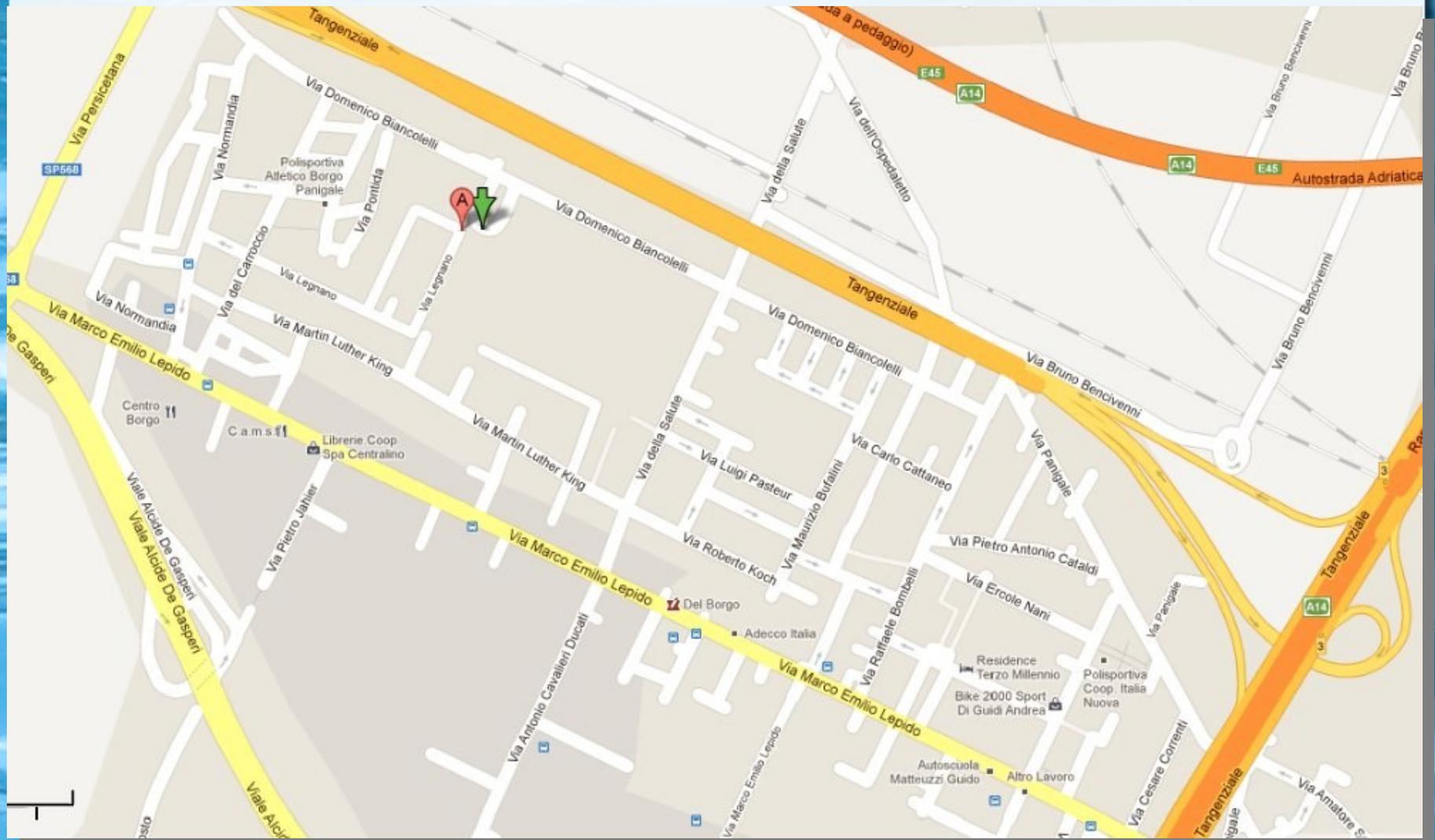
Pratica

<i>DATA</i>	<i>ORARIO</i>	<i>STUDENTI</i>	<i>LUOGO</i>
Giovedì 8 marzo	9.00 – 11.00	1° gruppo	Piscina Cavina via Biancolelli Borgo Panigale
	10.30 – 12.30	2° gruppo	
Venerdì 30 marzo	8.30 – 11.00	1° gruppo	Canoa Club Bologna via Venezia 1 Lido di Casalecchio
	10.00 – 12.30	2° gruppo	
Venerdì 20 aprile	8.30 – 11.00	1° gruppo	Canoa Club Bologna via Venezia 1 Lido di Casalecchio
	10.00 – 12.30	2° gruppo	
Venerdì 27 aprile	8.30 – 11.00	1° gruppo	Canoa Club Bologna via Venezia 1 Lido di Casalecchio
	10.00 – 12.30	2° gruppo	
Venerdì 4 maggio	8.30 – 11.00	1° gruppo	Canoa Club Bologna via Venezia 1 Lido di Casalecchio
	10.00 – 12.30	2° gruppo	
Venerdì 11 maggio	8.30 – 11.00	1° gruppo	Canoa Club Bologna via Venezia 1 Lido di Casalecchio
	10.00 – 12.30	2° gruppo	

Esercitazioni pratiche

Piscina:

Via Biancolelli, Borgo panigale



Esercitazioni pratiche

Fiume:

Via Venezia 1, Casalecchio di Reno



Storia della canoa

La canoa, come molti altri sport moderni, trae le sue origini dalle necessità dell'uomo e dagli usi e costumi dei popoli. Essa, infatti, fu il primo mezzo che gli uomini costruirono per potersi spostare lungo i corsi d'acqua ed i laghi.

Le sue origini sono antichissime: gli storici hanno trovato resti di canoa che risalgono ad almeno 4000 anni fa, ma probabilmente già nella preistoria, osservando i tronchi galleggiare sull'acqua, l'uomo intuì la possibilità di sfruttare gli alberi come mezzo di trasporto. Fu proprio scavando un tronco d'albero che nacque la piroga: la forma più rudimentale e primitiva di canoa.

Successivamente questo tipo di imbarcazione si perfezionò ed ebbe diverse evoluzioni a seconda dell'uso che l'uomo intendeva farne.

Dall'antica piroga sono nati diversi tipi di imbarcazioni, a pala semplice e a pala doppia: dalle prime avrà origine l'attuale canoa canadese così chiamata in quanto erede diretta di quella usata dagli indigeni e dai cacciatori di pelli del Nord America; dalle seconde nascerà il kayak: imbarcazione usata ancora oggi dagli esquimesi per la caccia delle foche ed il trasporto delle pelli.

Storia della canoa



Cosa pensa la società?



Canoa pensa la mamma?



Cosa pensano i nostri amici?



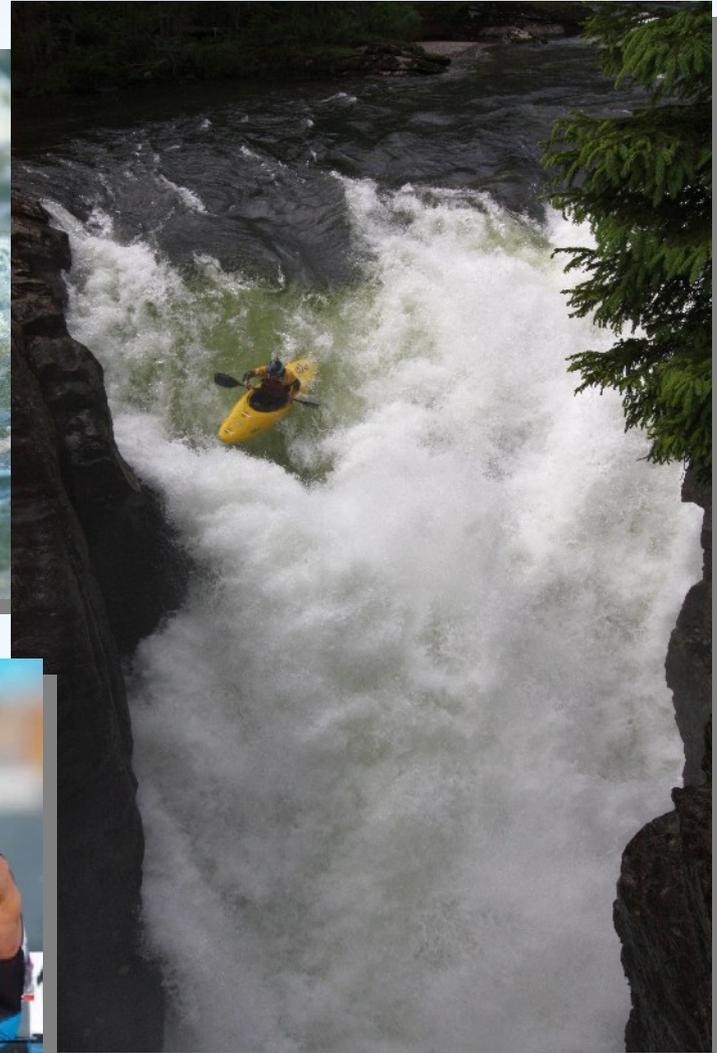
Che cos'è in realtà

La canoa canadese:



Che cos'è in realtà

Il Kayak:



Discipline Agonistiche

- Velocità (sport olimpico)
- Slalom (sport olimpico)
- Discesa
- Maratona
- Polo
- Dragon Boat
- FreeStyle
- Canoa a Vela
- Canoa Polinesiana

Discipline Amatoriali

- Canoa da mare (sit on top o kayak chiuso)
- Canoa fluviale
- Canoa da pesca
- Waveski
- Canoa canadese

Velocità

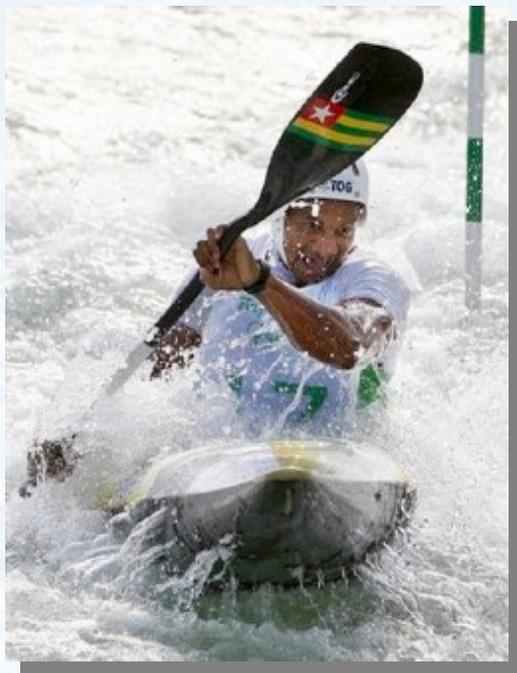
Le specialità



	200	500	1000	5000	10000	4x 500
K1-C1	S.O.	S.O.	S.O.			
K2-C2		S.O.	S.O.			
K4-C4		S.O.	S.O.			
K1 W	S.O.	S.O.				
K2 W		S.O.				
K4 W		S.O.				

Slalom

Le specialità: K1, C1, C2



Slalom

I percorsi:



Discesa

Le specialità: K1,C1,C2

- Le gare si svolgono su fiumi a carattere torrentizio, con difficoltà che variano dal I° al IV° grado. Le gare esistenti sono di 2 tipi:
- Discesa Classica, che si svolge su un tratto di fiume di 5 km circa
- Discesa Sprint, particolare per la sua spettacolarità in quanto si svolge su un tratto breve di circa 200 mt. ma su rapide ad alta difficoltà.



Maratona

Disciplina non olimpica, che si svolge su circuiti con giri di boa, lunghi almeno 20 Km nei Senior M e U.23 M, almeno 15 Km nelle Senior F e negli “Junior”, almeno 10 Km, nei “Ragazzi” e nei “Master”, nelle imbarcazioni del K1 e K2, maschile e femminile, C1 e C2, solo maschile.

Prevedono dei “trasbordi”, cioè tratti dove il canoista deve obbligatoriamente scendere. Le imbarcazioni devono essere inaffondabili. I canoisti devono indossare il salvagente con spinta di 6 kg, solo nelle gare nazionali.



Polo

- Anche in canoa si può giocare con la palla sia usando le mani che utilizzando la pagaia. Si gioca in un rettangolo di boe 35 x 23 metri con alle estremità 2 canestri a 2 metri dall'acqua formati da 2 rettangoli di 1 metro per 1,5.
- La Canoa Polo è un gioco di squadra a tutti gli effetti e con l'unificazione del regolamento internazionale esistono dal 2000 veri e propri Campionati del Mondo sia Maschili che Femminili.



Dragon Boat

Dragon Boat, specialità di origine cinese, che si svolge su imbarcazioni lunghe 11 metri, decorate con testa e coda di drago, su cui pagaiano, da un solo lato, 20 canoisti disposti a coppie.

Completano gli equipaggi un tamburino e un timoniere.

Le gare sono di 250-500-1.000-2.000 metri.



Free Style

Si pratica sfruttando le onde o i ritorni d'acqua (c.d. buchi). Vengono valutate da una giuria le figure effettuate con la canoa.



Canoa da mare

In mare le canoe più sicure, adatte al noleggio sono i sit-on-top. Imbarcazioni chiuse e più lunghe sono molto più veloci e permettono lunghi giri anche in mare aperto.



Canoa Fluviale

La canoa fluviale è uno sport amatoriale atto a discendere fiumi di diversa difficoltà.



Canoa da pesca



Canoa canadese

Waveski



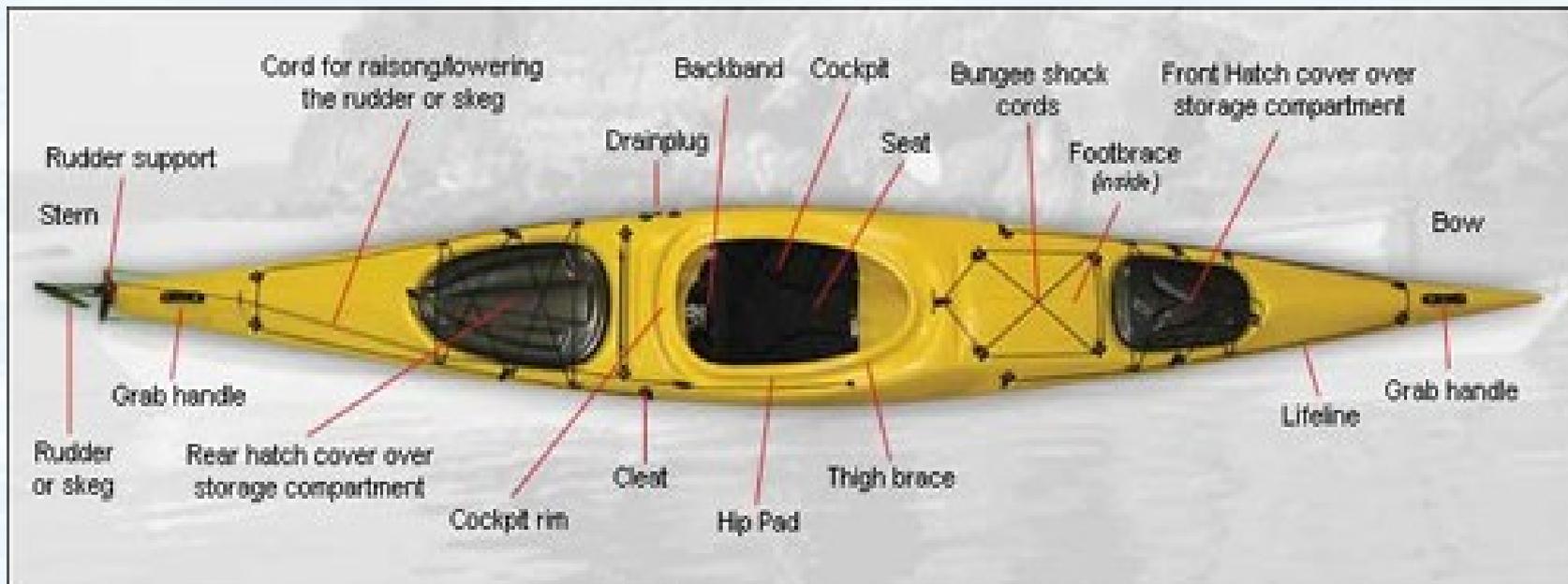
La canoa per disabili

- È aggregante
- Riabilita
- Contrasta gli effetti dell'handicap
- Procura benessere



Materiali: Canoe

- Le canoe sono costruite con diversi materiali: legno, fibre di carbonio e kevlar, vetroresine, plastica
- Le misure variano dai 180cm ai 6-7 m fino agli 11 m dei dragon-boat
- Possono essere chiuse o aperte, affondabili o inaffondabili.



Materiali: Pagaie



PADDE C1 MARTIKAN



Materiali: tipi di pagaie



A elica

Da slalom



Da mare



Da polo

Da fiume

