

## 秋季総体 カヌー初心者講習会 & 宇治川ツアー ご案内

流れの変化がある宇治川を、宇治大橋から中書島・伏見港公園まで約7km川下り（約1時間30分位漕ぎます）します。宇治平等院の下流（京阪宇治駅横）からスタート、比較的流れが速く、途中の観月橋までは快適なパドリング。このコースは、大小9本の橋がかかる少しトリッキーな面も有りますが、初心者でも楽しく川下りを満喫できます。琵琶湖から流れ込む豊富な水量の宇治川は、深緑の色を保ち、水深が深く神秘的な川面を持っています。併せて、水面からの自然風景も楽しんで下さい。

日時：11月5日（土） 10時30分～12時30分頃

集合：10時00分 宇治駅（京阪）・改札口

[ 宇治大橋下流右岸【京阪宇治駅ホームから見える堤防下】よりスタート ]

※ 自艇参加の人は、先にゴール（京都府立伏見港公園駐車場）に車、スタート地点にカヌーを置いて集合下さい。ゴールは、京都府立伏見港公園駐車場より直ぐの堤防（近鉄京都線高架橋より200m下流・宇治川右岸）。

定員：1人乗り用カヤックカヌー 20人（先着順）

対象：小学5年生以上の男女（自分自身で身の回りの世話が出来て、やる気のある人）

	一般参加	カヌー協会会員	備考
講習参加費	3,000円	2,000円	昼食代・保険料・含む
カヌー艇レンタル料	4,000円	3,000円	カヌー艇・カヌー装備一式のレンタル料。自艇を持込参加時は不要

※一般参加で、艇をレンタルされる場合は参加費を含め1名 7,000円になります。

◎ カヌー初心者講習後、カヌー艇を操作するパドルの使い方の説明や、陸上でのパドリング練習を行います。各自カヌー装備（ライフジャケット・スプレースカート・ヘルメット）を装着し、順次カヌーに乗艇して行き、全員が水面に揃い次第、宇治下りツアーのスタート。御幸橋・下がゴール（宇治川左岸/背割堤 駐車場 真ん中に川への階段有り）。全てのカヌー艇と装備を回収し、弁当（昼食）をお渡しします。駐車場にて昼食後、同所にて解散の予定です。

服装：濡れても良い服装でカヌーにチャレンジして下さい。

水着（下着代わりに着用）、化繊のTシャツ、化繊のトレーニングウェア上下やウィンドブレーカー等の保温衣料、靴（必ず濡れます）等。 [ ジェパン・トレーナー・踵の無いサンダルは、転覆した時に危険なので、ダメです。 ]

※ カヌー中は水がかかり体が濡れます。綿は水に濡れると体温を奪い続ける為、綿の入って無い素材の服を！

持物：着替えの服、タオル、替えの靴、メガネの方はメガネバンド、保険証のコピー、等。

その他：川下りツアー中の飲み物、日焼け止め、キャップ型の帽子、防水カメラ、小銭、等。

（京阪宇治駅の近くにコンビニが有り、川下り前の軽食・川下りツアー中の飲み物を買うことが出来ます）

その他：万全の体調で参加して下さい。

カヌーは自然が相手ですから、「もしもの場合」にも、十分な対処が出来るようにして下さい。徹夜の後や疲労がたまっただけの強行軍、二日酔いや病気の状態などでの参加は、自己責任に於いて避け、万全の体調でカヌーに臨み、楽しんで下さい。慢性的な持病がある場合や体調が不安な場合には、カヌーイングの前に、医師の指導を仰いで下さい。

申込先・問合せ先：枚方市カヌー協会 <http://hirakata-canoe.com/> ←申込書をダウンロード下さい。

[yodogawa@hirakata-canoe.com](mailto:yodogawa@hirakata-canoe.com)（メールで左記までお申込み下さい）

（Tel. 090-3714-5519 梁井）

参加費は当日持参下さい。

申込期限：10月29日（土）

◎小雨決行。河川増水・強風・豪雨などで、危険と判断された場合は中止します。

当日が不明な場合は、朝7時迄にカヌー協会・事務局（Tel. 090-3714-5519 梁井）へ確認して下さい。

◎講習中の事故について応急処置は行いますが、他の責任は負いません。 枚方市カヌー協会