

# Ferriška KiRolak



# SARRERA:

Arriskuren bat erakusten duten kirolak = arrisku kirolak.

Muturreko baldintzetan egiten dira normalean.

Fisikoki eta mentalki prestatuta egon behar da.

Gaur egun, arrisku kirol terminoa erabiltzen da arriskutsuak diren hainbat kirolentzako naiz eta profesionalak ez izan.

# PUENTING



# PUENTING-AREN SARRERA:

Puenting-a, soka bati lotuta, pendulu moduko salto bat egitean datza.

Bere izenak dioen bezala, puenting-a, puente, zubi batetik salto egitean hasten da jarduera.

Salto modalitate guztiak (goming, penduling, etc.) ez dira puenting-ez ezagutzen dugun kirola.



# PUENTING-AREN HISTORIA:

Puenting-a Frantzian asmatu zuen Helmut Kienek 1970eko hamarkadan.



Helmut, zubi batetik salto egin zuen soka bati lotuta. Saltatzean 50mko dimentsioko pendulu bat sortu zuen.

Aktibitate horri Kienen pendulu bezala ere ezagutzen da.

# PUENTING-AREN ARRISKUAK:



Soka soberan uztea.

Okerreko zubia erabiltzea, edo  
aurretik probatu gabeko zubia  
erabiltzea.

Sokak gaizki tentsatzea.

**Baimenik gabeko jarduera.**

Objektuen erorketa.

Gaizki  
saltatzea.

# BEHARREZKO MATERIALAK:

- 10,5 – 12mm arteko diametroa eta 2500kgko erresistentzia duten bi soka.
- Ahalik eta lodien diren altzairuzko kateak, 4 edo 5.
  - Arnasa.
- Arropari dagokionez, jantzi grosoak erabili, zauriak saihesteko.
- Sokekin urradurak saihesteko eskularruak erabili.

ARNES



MOSQUETON



CUERDA



# RAFTING-A





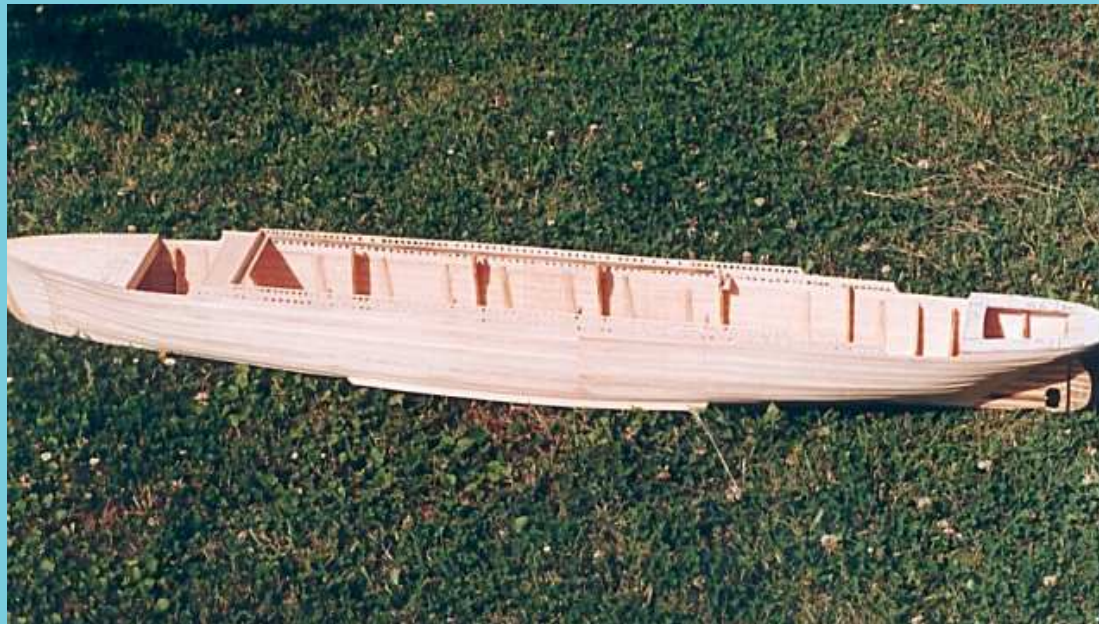
# RAFTING-AREN SARRERA:

Rafting jolas-kirol bat da, kirol honetan, ibaiaren korrontea jarraituz egiten da baltsa, Kanoa edo kayak baten gainean. Kirol hau, "Rafting" "Aguas blancas" edo "Rapidos" izenarekin ezagutzen da.



# RAFTING-AREN HISTORIA:

Rafting-a, prehistoriatik datorren kirola da. Lehen Rafting espedizioa John Fremont-ek egin zuen River Platte-n 1842an, Estatu Batuetan. Espedizioa egin ondoren Europa guztira eta Estatu Batuetara zabaldu zen Rafting-a.



# SEGURTASUNA:

Zenbait seinale bisual eduki behar dira kontuan:

- Geldi
- Aurrera
- Gizona uretara
- Bilera
- Arriskua

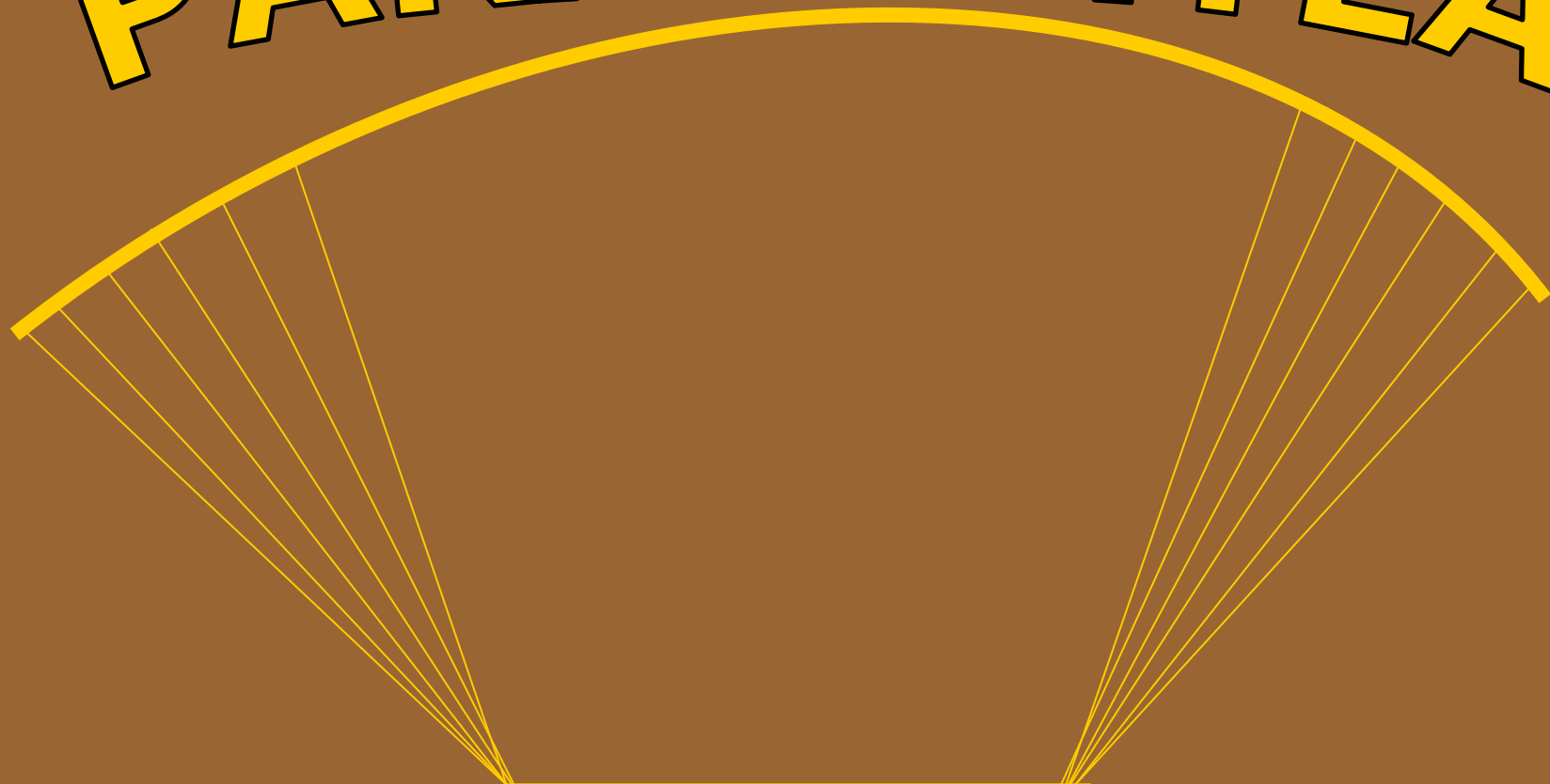


# KIROL EKIPAZIOA ETA KIROLARIAK

- Kiroi-ontzia
- Ontziaren gidaria
- Ekipo pertsonala
- Kiroi talde osagarria
- Ekipo osagarria gidariarentzako



# PARAPENTE



# ZER DA PARAPENTEA?

- Arrisku-kirol bat da, eta planeagailu arin eta malgu batekin -parapentea- egiten da.



# EZAUGARRIAK

- Parapentea *ris-top* izeneko ehunez egiten da.
- Oinarrizko ekipoa 3.800€ inguru balio ditu.
- Hasieran hobe da *tándem* moduan hegan egitea, alegia, irakasle batekin.
- Soken bidez gidatzen da.
- Pilotuaren pisua eragin handia du.
- Faktore meteorologikoez eragin handia dute hegaldiaren iraupenean.





- **CLUB AERON.**  
**"AS DE AGUIAS" (ESKOLA)**  
Ferrol  
Tel. 981312895 / 639832664

**CLUB EVASIÓN**  
Grupo Toreiro, Bloque 1 40B  
Perillo - Oleiros - 15172 A Coruña  
Tel. (981) 63 65 68

**CLUBE GALEGO DE  
PARAPENTE**  
Apdo. de Correos, 580  
Vigo  
Tel. (986) 42 05 98  
Fax (986) 42 48 85

**DE MADRID AL CIELO**  
Avda del Mediterraneo 35 2ºA  
Esc Izquierda  
28007 Madrid  
Tel. 91 552 84 33

**ESCUELA DEL EQUIP  
EUROPEO**  
Tel: 91 8773165, Madrid

- **CLUB-ESCUELA ALICANTINO  
DE PARAPENTE**  
C/ Peña de la sendra 14  
03330 CREVILLEN  
Tel. 908 46 44 48  
Fax 96 540 02 47

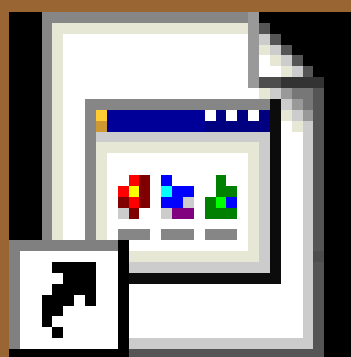
**NAVEGANTES DEL VIENTO**  
TEL: 629 189 066

**Centre de vol el Berguedà:**  
Avda. Pau Casals 78  
80610 Aviá - Barcelona  
Telèfon: (93)8231040 - 609714186  
Fax 93-822-04-27

**ESCOLA DE PARAPENT DEL  
CENTRE EXCURSIONISTA DE LA  
COMARCA DEL BAGES**  
C/ Urgell, 16  
08214 MANRESA  
TEL: 93 872 2912

**Albatros Escola de Vol**  
tel 908-49.44.04 o al (93)  
315.20.34.

**PARAPENT PASSIO (GIRONA)**  
telf. 972.23.54.28./ 609.85.32.24.



Bideoa.url

# *Red Bull Rampage*



# Sarrera

Red Bull Rampage-a arrisku kirola da. Kirol honen helburua mendia ahalik eta denbora gutxienean jaistean datza.

Rider ospetsuenen artean Andreu Lacondeguy aurkitzen da eta zirkuitu ezberdinen artean Nothshore, Street Parks eta Big Air beste askoren artean.



# historía

70ko hamarkadan BMX bizikletak iritsi ziren eta honen ondorioz “Freestyle”-a jaio zen.

Urte batzuk geroago “mountain bike”-a iritsi zen eta jauziak arriskutsuagoak bihurtu ziren. Bizikleta mota honekin “Freeride”-a sortzen da, BMXaren trukoen, motocross-aren eta snowboard-aren maniobra batzuen arteko konbinazio bat.





# Andreu Lacondeguy

Andreu Lacondeguy Linás del Valles-en jaio zen 1989an. Andreu Downhill-en eta BMXen lehiatzen da gehienetan. Backflip-ak, 360'ak, tailwhips-ak eta Superman-ak ez dira oztopo bat rider-arentzat.

2006. eta 2007. urteetan 1go postuan geratu zen Milanen eta Munichen.

# *Modalitateak*

- Nothshore:

Nothshore Canadako provintzia bat da eta honek izen ematen dio bertan jaio zen mountain bike modalitate harrigarri honi. Nothshore-ak egurrezko pasarelekin egindako zirkuitoa da. Zirkuitoak edo bikepark-ak normalean basoan edo mendian kokatuta egoten dira, baina eski estazioetan ere kokatu daitezke.

# Nothshore:







## - Street park:

Street park bat edo parke urbano bat, bloke prefabrikatuekin eginiko parke bat da, bertan bizikletak, patinak edo skateak ibil daitezzen.

# Arriskuak

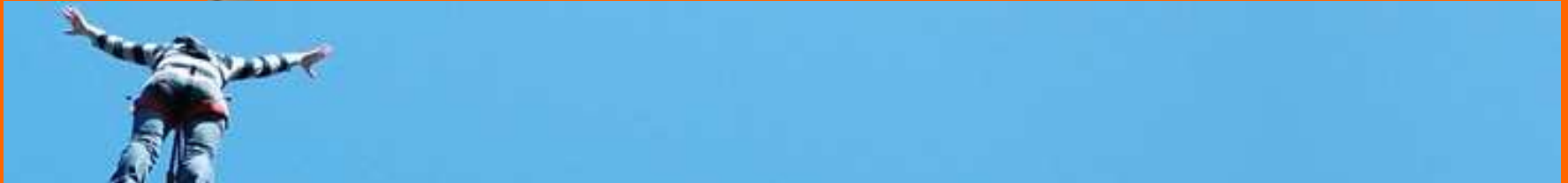
*Eroritakoan artikulazioak okertu edo hezurren bat hautsi.*



# Beharrezko materialak

- *BMX bizikleta bat edo antzekoa*
- *Kaskoa*
- *Koraza bat*
- *Espinilerak*













*SickLines.com*



Hau izan da guztia gure partetik. Galderarik baduzue, orain galde dezakezue.

*Eskerrik asko zuen  
arretagatik.*