

地図上にある大きな赤い点がコピンラハティ湾（カヌーのレンタル場所）を指し、小さな赤い点がサピラハティ湾のキャンプファイヤー場を指します。



## 安全指示

常に落ち着いていることが肝心です。電話や寒い時期の着替えは防水で梱包し、事前に準備しておいてください。

ライフジャケットや浮力補助などの救命胴衣を常に着用し、適切に着用できているかを確認してください。カヌーから水を取り除くためのペールスクープまたは同様の道具を必ず持参してください。

カヌーの上では立たないこと。また、横に手を伸ばしたり、身を横にかわしたりしないでください。

保護具や服装にたるんでいる結び目や確実に締めていないストラップなどのような引っ掛かりやすいものがないようにしてください。

器具や衣類に引っ掛かる可能性がある固定されていないロープや紐を放っておかないようにしてください。

風に逆らって航行する場所をできる限り避けてください。

カヌーを岸の近くで漕ぐことにより、必要に応じて安全に岸まで泳ぐことができます。地図上の域にとどまり、常にいる場所を把握してください。天気の変化、特に風や雷雨に注意し、必要に応じて上陸してください。風に向かって進む場所は出来る限り避けてください。

### 転覆した場合、

- 先ず自身の安全を確認した上で他の人を救助。自身の器具は2の次。
- 一番近くの岸まで泳ぐ。岸まで辿り着けない場合、カヌーの横、もしくはその上に身を寄せ、水をカヌーからできる限り取り除く。
- 大きな声で助けを求める。
- 自身と相手の体を暖かく保つ。

必要な場合、躊躇せず応急処置と緊急時の手順を実施してください。

## パドリングの指示

**オープンタイプのカヌーを使用する場合、**片方の手でパドルの端をつかみ、もう片方の手でシャフトをつかみ、両手を肩幅に離します。2人用カヌーの場合、通常漕ぐ人それぞれ相手が水を掻く向きと反対方向に水を掻く。後部の人は、パドルを舵として使用するか、パドリングの力を調整することによって、カヌーの方向を制御します。どちらかの人がカヌーに乗る時または降りる時は、必ずもう一人の人がカヌーを支える。

**カヤックを使用する場合、**カヤックに入る前にスプレースカートを引っ張り、座ってからコックピットの周りに合わせます。スカートの取り外し可能ストラップが見えるようにしてください。相手がカヤックに入る時、カヤックを支えてあげましょう。必要に応じてフットレストを調整する。

**カヤックでは、**パドルのグリップの幅は、肩幅から幅の広いグリップまでさまざまです。上半身をまっすぐにしてリラックスした姿勢で座り、カヤックを水の動きに合わせる。パドルはバランスを保つ為に効果的な道具であり、カヤックに乗っている間のサポートとして使用できます。

パドリング中や上陸するときは、岩に注意してください。

カヌー利用者は、器具の紛失または損傷において全責任を持つこと。

国立公園には、遵守すべき規約があります。

岸近くに移動するときは、他の人たちの迷惑にならないようにしてください。私有地は一般通路ではないため、私有地上陸しないようにしてください。

担当者名と連絡先: Erärenki Jouni Palén +358 50 545 4722

**緊急電話番号: 112**

住所:

Southern end of Kyynäränharju, Kopinlahti Bay: Kansallispuistontie 203, Tammela

Northern end of Kyynäränharju, Pirttilahti Bay: Kanteluksentie 211, Tammela

Korteniemi Heritage Farm: Korteniementie 270, Tammela

担当者名と連絡先: Erärenki Jouni Palén +358 50 545 4722

**緊急電話番号: 112**

住所:

Southern end of Kyynäränharju, Kopinlahti Bay: Kansallispuistontie 203, Tammela

Northern end of Kyynäränharju, Pirttilahti Bay: Kanteluksentie 211, Tammela

Korteniemi Heritage Farm: Korteniementie 270, Tammela

担当者名と連絡先: Erärenki Jouni Palén +358 50 545 4722

**緊急電話番号: 112**

住所:

Southern end of Kyynäränharju, Kopinlahti Bay: Kansallispuistontie 203, Tammela

Northern end of Kyynäränharju, Pirttilahti Bay: Kanteluksentie 211, Tammela

Korteniemi Heritage Farm: Korteniementie 270, Tammela

担当者名と連絡先: Erärenki Jouni Palén +358 50 545 4722

**緊急電話番号: 112**

住所:

Southern end of Kyynäränharju, Kopinlahti Bay: Kansallispuistontie 203, Tammela

Northern end of Kyynäränharju, Pirttilahti Bay: Kanteluksentie 211, Tammela

Korteniemi Heritage Farm: Korteniementie 270, Tammela

担当者名と連絡先: Erärenki Jouni Palén +358 50 545 4722

**緊急電話番号: 112**

住所:

Southern end of Kyynäränharju, Kopinlahti Bay: Kansallispuistontie 203, Tammela

Northern end of Kyynäränharju, Pirttilahti Bay: Kanteluksentie 211, Tammela

Korteniemi Heritage Farm: Korteniementie 270, Tammela

担当者名と連絡先: Erärenki Jouni Palén +358 50 545 4722

**緊急電話番号: 112**

住所:

Southern end of Kyynäränharju, Kopinlahti Bay: Kansallispuistontie 203, Tammela

Northern end of Kyynäränharju, Pirttilahti Bay: Kanteluksentie 211, Tammela

Korteniemi Heritage Farm: Korteniementie 270, Tammela