

niedziela, 19.06.2022

RAZ NA WODZIE, RAZ POD WODĄ - Ministrancki Spływ Kajakowy Białą Przemszą 2022

W sobotnie przedpołudnie – 18 czerwca – grupa 20 ministrantów, lektorów i ceremoniarzy wraz z opiekunami próbowała swoich sił podczas spływu rzeką Przemszą w Sławkowie. Zdecydowana większość uczestników siedziała w kajaku po raz pierwszy a wyzwanie było naprawdę spore. Nie zniechęciły nas ostrzeżenia o niskim poziomie wody i liczne przeszkody, które sprawiły, że konieczne było dosyć częste wysiadanie z kajaka i klasyczna przenoska. Nie zabrakło też kilku emocjonujących wywrotek w miejscach, gdzie nurt rzeki był naprawdę wartki. Pokonanie trasy malinowej, uchodzącej za stosunkowo krótką i łatwą, z planowanej jednej godziny zajęło nam prawie trzy. Przemoczeni, zmęczeni ale szczęśliwi wyjazd zakończyliśmy grillowaniem w parafialnym ogrodzie. Bardzo dziękujemy Księdzu Mariuszowi i Państwu Budzikom za obecność, opiekę i organizację spływu.

Kajakowanie jest wspaniałym sposobem na wzmocnienie kondycji. Podczas wiosłowania pracują nie tylko mięśnie rąk, ale - w zależności od stylu pływania, rodzaju sprzętu i rzeki - także grzbietu, obręczy barkowej, a nawet brzucha. Czasami w wiosłowaniu biorą udział nawet...nogi. Po dniu spędzonym w kajaku na rzece o wartkim nurcie, można się poczuć naprawdę zmęczonym. Czasami wysiłek wynagradza piękna przyroda. Okolice z perspektywy rzeki wygląda naprawdę nadzwyczajnie.

Image not found or type unknown

