

CURSO DE MONITOR/A DE SURF, BODYBOARD Y SUP SURF (PADDLE SURF) NIVEL INICIACIÓN.

No es necesario ser un *pro* para ser un/a buen/a monitor/a. Si quieres ver gente que ande bien, vete a un campeonato. Para enseñar, lo más importante es saber transmitir y tener buen trato con la gente.

Hay quien surfea para competir. Aquí lo hacemos para pasarlo bien (aunque más de uno llegará a la competición).

En cualquier caso, el mejor maestro y el que más enseñará es el mar y las horas de agua.

ÍNDICE:

- INTRODUCCIÓN / PRESENTACIÓN : ¿QUÉ DAMOS EN ESTE CURSO Y A QUIÉN VA DIRIGIDO?

- SURF, BODYBOARD, SUP SURF Y OTROS DEPORTES ACUÁTICOS DE DESLIZAMIENTO (INTRODUCCIÓN)
- PERFILES: MONITOR/A Y CLIENTES
- EL MAR, LAS OLAS Y LAS CORRIENTES.
- MATERIAL: ELECCIÓN, CARACTERÍSTICAS Y MANTENIMIENTO
- MEDIDAS DE SEGURIDAD
- NORMAS EN EL AGUA
- PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES, SOCORRISMO Y PRIMEROS AUXILIOS
- SURFING
- LEGISLACIÓN
- METEOROLOGÍA Y PREVISIONES DE OLAS
- CURIOSIDADES / ENTRETENIMIENTOS
- ESTIRAMIENTOS / CALENTAMIENTOS
- JUEGOS EN TIERRA
- JUEGOS EN EL AGUA
- ESTRUCTURA BÁSICA DE UNA CLASE.
- RECURSOS Y MATERIALES DIDÁCTICOS.
- NIÑOS/AS
- DISTINTOS FORMATOS DE CURSILLOS
- DÍAS SIN OLAS Y DÍAS CON DEMASIADAS OLAS
- SURF Y OTROS DEPORTES ACUÁTICOS ADAPTADOS
- BENEFICIOS Y CONTRAINDICACIONES
- FOL
- EL SURF EN TU ZONA, EN TU PAÍS, EN TU CONTINENTE Y EN EL MUNDO.
- CONTENIDOS TRANSVERSALES: EDUCACIÓN Y MODELOS.
- HISTORIA Y COMPETICIÓN
- VOCABULARIO
- ATENCIÓN AL CLIENTE

INTRODUCCIÓN / PRESENTACIÓN

Muchas de las cosas que aparecen aquí no tienen que ver directamente con el surf, pero sí con quienes quieren aprender a surfear. Son personas, como nosotros, y como nosotros seguirán los ejemplos que vean a su alrededor.

En este caso, tú serás el ejemplo, si eres quien está enseñando. Por eso tienes que tener cuidado, no solo con lo que crees que enseñas, sino con otras muchas cosas que dejas ver, ya que serás el modelo que otros imiten (aprendemos más de los hechos que de las palabras, de poco vale que le digas a alguien que no fume mientras sostienes un cigarrillo).

Por eso, aunque no hay muchas prohibiciones, especialmente en lo referente al comportamiento "fuera de clase", sí que aparecen recomendaciones que debes de tener en cuenta.

Básicamente, debes de tener sentido común (que es el menos común de los sentidos). Está prohibido fumar (lee <<El barro de Pitágoras>> si quieres), puesto que mucha gente te admirará y, por eso mismo, te tomará como ejemplo y te imitará, y un poco por eso también, recomendamos que vistas de manera "neutra": si vas de "marca", por ejemplo, muchos niños (y adultos también) te imitarán. Algunos se lo podrán permitir, pero otros no, con lo que estarás contribuyendo a crear sentimientos de inferioridad y frustraciones.

Puede parecer un poco exagerado, pero por si acaso, no supone un gran esfuerzo, y a tod@s se os suele dar "uniforme", que no es obligatorio llevar, pero sí recomendable (además, así estaréis más "identificables" cuando se quieran dirigir a vosotr@s).

Lo más importante, no es aprender a surfear, sino pasarlo bien. Disfrutar. En principio, la gente viene para aprender a surfear (aunque verás, con el tiempo, que hay gente que viene más por otros motivos, para conocer gente, para hacer ejercicio, para rellenar espacios de tiempo que no sabe en qué ocupar...) pero puede que "descubran" que se lo pasan muy bien simplemente con pasar el día en la playa, o flotando en medio del mar ...

Más importante también que aprender a surfear son las medidas de seguridad: que la gente lo pase bien y que no les pase nada, y a partir de ahí empezamos a intentar que todo el mundo se ponga de pie sobre una tabla y sienta lo que es deslizarse sobre las olas... y si eres un buen profesor y cuentas con los medios adecuados, deberías de conseguirlo (evidentemente, si a alguien le cuesta mucho ponerse de pie en la arena, en el agua va a resultarle más difícil aún, pero eres un buen profe y seguro que lo conseguís).

¿QUÉ DAMOS EN ESTE CURSO Y A QUIÉN VA DIRIGIDO?

Parece una pregunta muy tonta a la que responderemos con otra pregunta, si no más tonta, sí más frecuente: ¿Eres bueno haciendo surf?

Eso, o algo muy parecido, te preguntarán en muchísimas ocasiones, especialmente los más pequeños (y lo que dicen los niños, los mayores lo piensan a menudo, pero la vergüenza y otros complejos o protocolos no les permiten saciar sus curiosidades).

Mi respuesta, siempre la misma (o muy parecida): Yo no sé hacer surf. Nunca he hecho surf, pero me leí un tutorial que lo explicaba bastante bien...

Normalmente no puedo seguir, porque el que pregunta cambia su duda por una afirmación, o una negación: es mentira, sí que sabes hacer surf, tienes pinta de controlar (o algo por el estilo), si no no podrías dar clases...

Yo les explico que voy mucho al solarium, por eso estoy moreno, y me pongo mechas para parecer un surfista profesional...

Cuanto más explicas, más lo suelen negar... Si hay algún padre o mayor cerca, sienten curiosidad, se quedan interesados... y entonces ... entonces...

¿Crees que tienes que saber surfear muy bien para ser monitor de surf?

Depende, pero no es en absoluto uno de los requisitos más importantes, al menos para ciertos perfiles de alumnos y para un determinado nivel.

Personalmente, y esto es cierto, surfeo bastante mal. Soy muy torpe. Apenas sé hacer maniobras.

Si quieres ver maniobras o gente que surfee bien (le suelo decir a quienes preguntan), vete a ver un campeonato o mira vídeos.

¿Sabes quién es Stephen Hawking? (Esta es otra pregunta que hago mucho, especialmente a los mayores que me preguntan si sé surfear, pues los niños no saben quién es).

Es ese físico que está en una silla de ruedas desde hace un montón de años... y es uno de los mejores matemáticos del mundo. Pero, si tuviese que mandar a mi hijo a aprender a sumar y restar, preferiría que le enseñase un profesor de primaria.

Es fácil decir que no sé surfear cuando realmente algo sé. Llevo muchos años cayéndome, y también llevo muchos años viendo caer a la gente, y viendo cuánto le cuesta a la gente ponerse de pie.

En los cursos habituales de monitores de surf (los de diferentes federaciones, los de la ISA, etc.) enseñan demasiadas "ecuaciones" y operaciones trigonométricas, y se olvidan un poco de sumar y restar. Aquí aprenderás a enseñar a sumar y restar... pero en vez de hablar de matemáticas, hablaremos de surf.

En este curso enseñamos a enseñar unas cosas muy básicas. Esto es algo así como una autoescuela, y nadie que realmente sepa conducir va a una autoescuela (salvo a cursos muy específicos de conducción evasiva, por ejemplo, pero esos cursos los darán otros monitores más especializados...)

Así que, imprescindible:

- SABER NADAR
- TENER BUEN TRATO CON LA GENTE

¿Y de surf?

Evidentemente, algo debes de saber. Algo aprenderás también en este curso. Cuanto más sepas, a más gente podrás llegar. Si no sabes surfear, te tendrás que quedar únicamente con los más peques, con quienes es más importante que jueguen y lo pasen bien en el agua, que ganen soltura en el mar. El surf lo cogerán muy rápido.

Si no sabes de surf, si no te defiendes en el agua, no podrás estar nunca sol@. Podrás servir de apoyo para niños que requieren una persona para ellos solos, por ejemplo.

SURF, BODYBOARD, SUP SURF Y OTROS DEPORTES ACUÁTICOS DE DESLIZAMIENTO (INTRODUCCIÓN)

El surf es ese deporte que seguro que conoces, en el que una persona, de pie sobre una tabla, normalmente de fibra y normalmente acabada en punta, se desliza sobre la pared (la rampa) que dejan las olas, hacia un lado, escapándose de la espuma.

Tanto las olas como el material son diferentes para los principiantes, que no son capaces de conseguir que las olas les arrastren (ni de ponerse de pie) en esas tablas, y necesitan olas más pequeñas de las mínimas con las que se puede surfear con una tabla corta.

Una "variedad" del surf es el longboard, en el que las tablas son muy largas (alrededor de 3 metros de longitud). Con estas tablas se pueden coger olas más pequeñas, dado su gran flotabilidad, y no son las más adecuadas para coger olas huecas.

En la actualidad existen tablas con las que se puede surfear de forma parecida a los longboards, pero que son más cortas (más fáciles de guardar y de transportar). Se reduce la longitud, pero se intenta mantener el volumen haciéndolas más gruesas o anchas.

En el bodyboard, te deslizas sobre una tabla más corta (aproximadamente te llega hasta la cintura), más rectangular y sin quillas por debajo. Habitualmente vas acostado, pero también puedes ir de "torero" (arrodillado) o incluso de pie (aunque, al no tener quillas, cuesta trabajo mantenerse en la pared de la ola).

Aunque la gente lo asocia a lo que hacen los niños pequeños con tablas de "juguete" cerca de la orilla, en body se pueden hacer maniobras muy espectaculares (tubos, aéreos...).

Cada vez menos gente lo practica, porque con las tablas de iniciación al surf casi todo el mundo logra ponerse de pie.

SUP surf: el stand up paddle surf, o simplemente paddle surf, es un deporte relativamente reciente en el que te desplazas sobre una tabla "parecida" a la de surf, pero que flota mucho más (puedes mantenerte de pie sin estar deslizándote sobre las olas). Para ello te sirves de un remo.

Hay paddle surf con olas (remo y tabla más corta y de menor flotabilidad) o de travesía (muchas de las tablas son hinchables, aunque una vez que están hinchadas su rigidez es total).

El paddle surf está ganando bastantes seguidores, por su relativa facilidad en comparación con el surf (aunque también es menos "intenso").

Existen otros deportes como el bodysurf (deslizarse sobre las olas simplemente con el cuerpo, normalmente con la ayuda de aletas), el skimboard (pastilla, aunque se pueden llegar a surfear determinadas olas), etc.

Sin ninguna comparación, el que más reclamo tiene y el que más le suele gustar a la gente es el surf (seguido del paddle-surf y del bodyboard, a mucha distancia en cuanto a practicantes de dichas modalidades).

PERFILES: MONITOR/A Y CLIENTES

Aunque pueda parecer extraño, mucha de la gente que va a clases de surf no solo lo hace por aprender este deporte.

Muchos niños, por ejemplo, son obligados por sus padres a practicar actividades. El surf es un deporte muy "in", muy de moda y muy vistoso y llamativo. En general, a los niños (y a los adultos también) les suele gustar, pero debes de presentárselo de manera que les resulte atractivo.

A un niño, por mucho que le guste algo, si lo tienes mucho tiempo seguido haciendo lo mismo se cansa, por lo que deberás de alternar diferentes actividades (puedes usar tablas, pero cambiar "de juego").

Con los adultos pasa algo parecido. Los hay que van simplemente para conocer gente, para llenar su tiempo libre, para estar en forma...

Mucha gente también tiene la ilusión de probar el surf. Hay mucha gente también a la que le da vergüenza: estoy gorda (más típico de chicas), me voy a caer (ambos sexos), se me va a dar fatal...

Una de las cosas que tienes que transmitir es que no están aquí para ser campeones del mundo (que pueden llegar a serlo, pero probablemente no será el caso), sino para pasarlo bien. Si puede ser, se pondrán de pie sobre la tabla, pero más importante aún es que lo pasen bien.

Por eso, como monitor/a es mucho más importante hacer que se diviertan que no "hacer" campeones. Entre otras cosas, porque los "campeones" los harán las horas de agua, y ahí ya no estarán contigo.

Tienes que darles las pautas para que se sientan [segur@s](#) en el agua, para que puedan ir a surfear por sí mismos, solos, y estén [tranquil@s](#) y [cómod@s](#) en el agua.

Habitualmente trabajamos con olas muy pequeñas, especialmente con los niños. Por eso, hay cosas mucho más importantes que saber surfear.

En cualquier caso, siempre debe de haber alguien "con muchas horas de agua encima".

Si además viene gente que ya tiene un determinado nivel, también necesita un/a monitor/a con un nivel suficiente (pero, en general, esto es como una autoescuela: el que sabe un poco no va a clases de surf... o no "debería" de ir).

Raramente pasará por clase alguien que sea capaz de bajar la ola de lado, de surfear "de verdad" con una tabla "de verdad", y en el caso de que vaya probablemente sus carencias serán más de otro tipo que de "surf".

Las cualidades más importantes en un/a monitor/a es que tenga buen trato con la gente, que sea [divertid@](#) y que logre crear buen ambiente.

De poco vale que sea muy técnico sobre una tabla, pues prácticamente ninguno de sus [alumn@s](#) deberían de llegar a esos niveles técnicos acompañados por un monitor.

No te preocupes si alguien viene para hacer body y no sabes. Puedes sugerirle que pruebe el surf (muchas veces no lo hacen por miedo a no ser capaces o porque lo probaron y no consiguieron ponerse de pie), o avisar al monitor "con más agua encima": aunque no haga body, sabrá lo suficiente como para darle las instrucciones necesarias.

EL MAR, LAS OLAS Y LAS CORRIENTES

Lo más importante, tanto para que la gente consiga surfear y lo pase bien como por motivos de seguridad, es escoger bien la playa. Ésta deberá adaptarse, cada día, al nivel de los participantes.

La marea varía (tarda un poco más de 6 horas en llegar desde su nivel más bajo al más alto de ese ciclo), por lo que, dependiendo de la hora, en el mismo día pueden ser recomendables diferentes playas.

En principio, siempre son preferibles las playas más lisas (no tienes el problema de que te quedes sin olas cuando sube la marea) y, en caso de que no tengas elección, mejor que falten olas y no que sobren.

Habrà gente que esté cómoda con olas más grandes, pero con olas pequeñas tod@s estarán a gusto y podrán surfear (basta con que lleve una tabla que flote lo suficiente).

Cada playa es "un mundo", por lo que no se pueden hacer muchas normas generales (y generalizar, siempre, es equivocarse).

Busca siempre playas amplias y mantén a la gente lejos de las rocas.

Con la marea baja, las olas estallaràn más lejos de la orilla, y romperàn más olas que con la marea alta. Es más probable que hagan pie con la marea baja, y aunque eso es más peligroso, para aprender les da más seguridad.

Hay que intentar siempre coger las olas sin espuma, por lo que se debe de ir con olas pequeñas, siempre, para que cada día cojan, por lo menos, 20 olas cada participante.

Ten cuidado si en una zona de la playa no se ve espuma. Probablemente sea una zona más profunda y tenga corriente.

Enseña a que tomen siempre una referencia en tierra, para mantenerse alejados de las rocas, y otra en el lateral, para no estar muy hacia la orilla ni demasiado mar adentro.

En caso de que la corriente se lleve a alguien, lo más importante es mantener la calma, tomarlo como un juego y algo natural (y es muy importante que lo comentes antes de cada clase, si prevees que puede pasar, y que mantengas la calma en caso de que pase).

Nadie se ahoga por estar en el medio del mar: la tabla flota, con el traje estás caliente...y malo será que no te pueda ir a buscar alguien.

Los mayores problemas son las zonas de rocas.

Precaución los días de períodos altos (más de 11 segundos), pues el mar tendrá más fuerza y es probable que se mueva un poco más "por abajo".

MATERIAL: ELECCIÓN, CARACTERÍSTICAS Y MANTENIMIENTO

Es muy importante que desde el primer momento le expliques a la gente cómo funciona el material (cómo se pone un traje, cómo hay que cuidar una tabla, etc.) y que los acostumbres a que lo cuiden como si fuese suyo, entre otras cosas porque si no tendrás que trabajar mucho más.

Si el tamaño de las olas es el adecuado (y debería de serlo si has elegido la playa correctamente), esto es, son muy pequeñas, el tamaño del neumático de un coche para adultos, el del bordillo de una acera para niños, si eliges la tabla adecuada para cada uno, todo el mundo debería de ponerse de pie el primer día.

A veces no cuentas con el material adecuado y la cosa se complica un poco más.

También has de hacer entender a la gente, mientras practican en la arena (no en la tabla, intentamos que no se suban a las tablas fuera del agua), que en el agua es más difícil que en tierra, que hay que caerse, que nadie nació aprendido y que es normal...

En caso de duda, mejor que sobre tabla y no que falte. No uses tablas de 6 salvo que sea un niño tan pequeño que pueda estar de pie sobre la tabla sin olas.

Las de 7 pies suelen adaptarse a la mayoría de la gente, pero habrá [much@s](#) también que necesiten una de 8 pies...o incluso más grande.

Puedes coger una de paddle si piensas que la persona va a tener dificultades.

Prohibidísimo subirse a las tablas cuando están boca abajo, o se romperán los stringers (maderas interiores) y después esas tablas "no funcionarán" bien.

El primer (o los primeros días), y especialmente a la gente que no sea muy delgada, dale un traje que le quede un poco grande, pues sufrirá para ponerlo, y si nunca ha puesto uno pensará que hay que pasar frío en el agua.

Enséñales cómo se pone, y cómo se quita también, y acostumbra a la gente a que, al salir del agua, le quite el invento a la tabla, y que traiga todo el material sin arenas, en la medida de lo posible.

Después de cada clase, los trajes se lavan en la propia agua del mar: que queden bien limpios, da igual si no quedan endulzados. Las tablas pueden quedar como salgan (mejor si van con pocas arenas). Los trajes, quedan del revés, según salen, y así se lavan y se tienden. Cuando estén secos por el interior, le damos la vuelta.

Los inventos, intenta que queden cerrados los velcros.

Las tablas, en vertical, bien ordenadas (pero no las apoyes en vertical en la playa, o es posible que con el viento se caigan).

Respetar a los demás usuarios de la playa e inmediaciones. No ocupes todo el aparcamiento, o la acera, o la arena con el material. Mantén todo ordenado y sin cortar el paso.

Si alguien está haciendo "malabares" para cambiarse sin que se le vea la cosita, o si tiene frío, dale un poncho.

Piensa que hay cosas que te pueden parecer obvias pero que mucha gente no las vio en su vida (por ejemplo, es muy típico que alguien se ponga el traje con la cremallera por delante, o que para colaborar, después de quitárselo le de la vuelta antes de entregártelo).

Trata siempre a la gente como si no supiese nada. Cuida el material, pero no te alarmes si se rompe (mientras sea haciendo un uso correcto).

MEDIDAS DE SEGURIDAD

Lo primero, lo más importante, es que a nadie le pase nada.

Lo que más seguridad va a proporcionar en una clase de surf es elegir bien la playa o la zona de la misma, con olas que se adapten a las condiciones de los participantes.

Los niños pequeños (hasta 10 años o un poco menos, depende de la soltura que tenga el niño en el agua) pueden ir prácticamente sin olas (20 cm "de metro" son más que suficientes). Tanto los niños como los mayores tienen que sentirse siempre muy tranquilos, poder entrar sin ningún problema y poder coger muchas olas. Aunque las olas sean muy pequeñas, si las tablas flotan lo suficiente y el surfista se coloca en su sitio (con el peso bien distribuido y la tabla en perpendicular con la ola) tiene que conseguir que le arrastren. Además, así podrán "reaccionar" y obedecer un poco a lo que le digas. Si la ola es "mediana" (y eso dependerá de la persona), ya no podrá pensar mientras va en la ola.

La tabla nunca se deja atravesada delante de uno, o con las olas nos golpeará.

El invento (leash) nunca se enrosca, o nos hará mucho daño.

Agua por la cintura (en principio, en la mayoría de las playas es la profundidad a la que rompen las olas de "nuestro tamaño").

Si viene una ola grande, que suelten la tabla (más hacia la orilla que ellos) y buceen. Que no se ponga uno delante de otro, y que mantengan una distancia de seguridad lateral suficiente (piensa que pueden caer uno hacia cada lado, y que las tablas pueden salir por el aire, o deslizándose, etc.

Si viene una ola muy grande y no quieres bucear, pon la tabla totalmente hacia la orilla, haciendo una "T" perfecta con la ola, y con el cuerpo colgando por la parte de atrás y la punta de la tabla levantada, que deje que le arrastre hacia la orilla.

Si a alguien, especialmente a un niño, le pasa algo, distrae su atención. Plantéale una pregunta que lo distraiga, o dile... ¡Mira eso! ¿Lo viste? ¿Qué era? O cualquier otra cosa que se te ocurra, a ver si es capaz de aguantar la respiración mientras cuentas hasta 5 o lo que sea, pero que la atención se le vaya del susto...y a seguir jugando.

Mucha precaución y respeto con el resto de usuarios de la playa. Mucho cuidado con la gente que está surfeando con tablas grandes, ¡y con tablas de paddle!. Es probable que se les escapen y nos golpeen.

Acostumbra a la gente a que se grite si cree que alguien le puede pasar por encima. La mayoría de los accidentes los causan y los sufren la gente que está aprendiendo, que mientras va en la tabla no mira hacia delante sino hacia sus pies. Por eso, salvo que les griten seguirán...y es posible que choquen con los que están en su trayectoria.

Intenta que no estén en zonas donde haya gente "profesional" surfeando, pues es posible que molestemos. Que nadie reme una ola si hay alguien cerca que la va a remar (aunque al principio no mirarán hacia atrás ni hacia los lados, solo hacia la orilla...por eso mejor ponerse en una zona separada).

No debemos de molestar en una zona de baño. Si preveemos que va a haber mucha gente en la playa, el día anterior avisamos de que la clase será un poco antes, o a última hora de la tarde,

cuando ya se han ido los bañistas. Piensa que habrá gente a la que le molesten las tablas de surf y tenemos que compartir las playas y los espacios comunes. Nunca se surfea en una zona de baño.

Ante todo, respeta.

Por seguridad, intenta que todos los que van a aprender lleven tablas blandas, especialmente en verano. Si hay alguien con una tabla rígida (aunque no sea de fibra) debes de prestarle más atención y ser muy pesado para que tenga mucho cuidado con el resto de los usuarios de la playa.

Intenta explicar siempre a los alumnos, especialmente si crees que puede haber corriente, que no pasa nada, que la zona más segura, si no pueden salir sin aproximarse a las rocas, es el medio del mar, que donde cubre mucho no rompen las olas, y basta esperar sentado y ya les irán a buscar... y en el peor de los casos se sale por la playa de al lado. Que vean como algo normal el que les lleve la corriente (pero que no dejen de tomar una referencia en tierra y otra en un lateral para ser conscientes de que les está desplazando), que con el tiempo buscarán corrientes que les lleven mar adentro para ayudarles en la remontada, aunque al principio les asusta.

Si es un día feo (frío), o si las olas no están bien o tienes que hacer tiempo para que baje la marea y estallen o si prefieres que suba un poco para que no sean tan brutas, extiéndete más en las explicaciones, más calentamientos, más estiramientos, etc.

Si es un día de mucho calor, o en el que habrá mucha afluencia de gente en la playa (ya sean surfistas o bañistas), id pronto para el agua para no molestar cuando llegue la muchedumbre, o si es una "late session" de última hora, si todavía hay gente en el agua haz que la parte de tierra sea un poco más larga.

Con los niños pequeños, no te apures por ir al agua: por muy bien que le queden los trajes y muy buenos que sean, a los más enanos les cogerá el frío (aunque a los cinco minutos de quitarse el traje estén otra vez en el agua y sin neopreno).

En cualquier caso, no olvides que aunque tú te desenvuelvas bien en el agua, la persona que está aprendiendo puede que no esté tan cómoda ni se sepa desplazar de manera fluida. Nunca le grites a nadie ni le apremies a alguien que no sabe o que está pasándolo mal.

NORMAS EN EL AGUA

Lo más importante es ser conscientes de que la gente que está aprendiendo no será capaz de aplicar las normas de preferencia en el agua, por lo que lo más recomendable es tener a todos, siempre, alejado de los demás surfistas y bañistas.

El que va en la ola, esquiva a la gente.

Si no estás seguro de que puedes esquivar a todos o si crees que hay posibilidad de que choques con alguien, no cojas la ola.

En cada ola solo puede ir una persona, como mucho dos, una hacia cada lado. Los que están aprendiendo no son capaces de distinguir hacia qué lado rompen las olas, así que intenta acostumbrar a la gente a que no reme la ola si hay alguien cerca.

Si vas remontando y alguien va a coger la ola, debes de meterte hacia la zona de espuma, para no interferir.

Si la ola fuese este texto, y la espuma empieza a estallar a la izquierda (donde pone la "S") y va cayendo hacia la derecha (en la misma dirección en la que vas leyendo), el que estuviese más cerca de la S tiene la preferencia. Si ve que no va a coger la ola, lo normal es que avise, o que el de al lado le pregunte, por si fuese a ir hacia la izquierda, por ejemplo, para poder aprovechar la otra sección de la ola.

Si remas una ola y no la coges, aunque tengas preferencia, es posible que la siguiente no respeten tu preferencia por si te vuelve a pasar lo mismo. En caso de que vayas en la ola y veas que alguien se pone a remar, avísale para que no se meta en medio y no choquéis. Lo más clásico es un grito de ¡VOY!

Todo eso es un poco por lógica. Si fuese al revés, y volviendo al texto del párrafo anterior, si cada letra fuese una persona, o la S surfea toda la ola hacia la derecha (la preferencia correcta) o de no ser así cada letra surfearía solo un tramo muy pequeño de ola y tendría que dejársela ya a la siguiente letra (al siguiente surfista).

En el caso de las escuelas, la mayoría de la gente baja las olas recto, hacia la orilla, por lo que manteniendo la distancia de seguridad lateral suficiente (que no se puedan golpear dos personas si caen una hacia cada lado, contando con el impulso y la longitud de la tabla) pueden remar varios la ola al mismo tiempo.

Si dudas, mejor no coger la ola que chocar con alguien.

El que sabe más o el que lleva una tabla que flota más (sabiendo lo mismo) cogerá antes la ola, por lo que no tiene sentido ir a la zona donde mejor rompen las olas, si hay gente que "controle", porque los que saben menos nunca cogerán la preferencia.

Los principiantes se deben de mantener apartados de los surfistas más avanzados y también de los bañistas (debemos de tenerlos un poco como si fuesen enfermos contagiosos, para que no puedan "dañar" a nadie).

PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES, SOCORRISMO Y PRIMEROS AUXILIOS

Lo más importante, si empujas a la gente, es que, si lo haces por detrás (por la cola de la tabla) tengas MUCHO CUIDADO CON EL INVENTO, que no te enganche la mano.

Lo ideal es acabar afónico, no con dolor de espalda. No consiste en empujar a la gente, porque:

1. Si tú no estuvieses, la persona no cogería la ola, y debemos de intentar que aprendan a surfear por sí mismos.
2. Si le das un empujón, sentirá el "tirón" del cambio de velocidad, del impulso que tú le has dado al que le da la ola.
3. Si te pasas muchas horas, muchos días, empujando a la gente, acabarás con la espalda destrozada
4. Por muy fuerte que estés, por mucha fuerza que tenga el que rema la ola, el mar tiene mucha más fuerza. Basta colocar bien la tabla (que vaya plana, sin la punta más levantada que la cola, salvo por la curvatura natural de la tabla, el rocker, y perpendicular a la ola, haciendo una "T" con ésta) y dar un pequeño empujoncito, justo cuando llega la ola. Ese empujón lo debe de dar el surfista, dar un par de brazadas muy fuertes justo cuando la ola le toca los pies. Si no consigue que la ola le arrastre, que hunda la punta de la tabla con las manos en vez de seguir remando.

Últimamente muchos padres y madres quieren ir a surfear con sus hijos. Deben de ser conscientes de que, al principio, las olas que les valen a los niños probablemente sean muy pequeñas para los mayores. Es muy importante que nadie se asuste (especialmente los más pequeños). Los padres pueden aprender a enseñar a sus hijos, y si se fijan les ayudará después a ellos mismos a surfear correctamente. Enseña a los padres a enseñar a sus hijos.

Los niños, aunque les guste mucho lo que hacen, en un rato querrán cambiar de actividad, por lo que muchas veces, más que surf, lo que harás será enredar en el agua.

Usa crema de protección solar, a poder ser de las que son como barras de labios y de muy alta protección o protección total. La crema "líquida" acabará cayéndose y puede que te escueza en los ojos.

Cuidado al caminar. Es muy probable que vayas descalzo...y también lo es que acabes con algún dedo machacado contra una roca.

Intenta "educar" (no solo a los niños) para que transporten y cuiden bien el material. Que cada uno se responsabilice de sus "juguetes".

Cuanto más "trabajen" ellos, menos tendrás que hacer tú. Ellos admitirán todo lo que les digas, pues la mayoría de las veces vienen sin saber nada, así que intenta desde el primer día acostumbrarles a que lleven y traigan su material hasta y desde el agua, y que venga sin arenas, en la medida de lo posible (al salir del agua basta con que lo metan en el mar y saldrá limpio).

Si tienes que transportar muchas tablas, lo más cómodo es sobre la cabeza, con la mitad del peso delante y la otra mitad detrás. De 3 en 3, por ejemplo, y si son de distintos tamaños, las más grandes abajo.

Los trajes no es necesario endulzarlos, pero lávalos en el mar, y al acabar intenta vaciar el capazo para que no tengas que cargar con el agua también. Lo más cómodo, es traer el capazo entre 2 personas.

Si te pica un escarapote, intenta que ningún alumno se entere, o "cundirá el pánico". Que otro monitor se haga cargo de tus alumnos y ve a poner el pie en agua caliente, si hay posibilidad, o en algún sitio caliente (el "veneno" es una neurotoxina que se desactiva a 60°).

Si le pica a algún niño, intenta que los demás no se enteren (que se acabarán enterando) y acompáñale a poner el pie en algo caliente, en el peor de los casos, si hace sol, la chapa de un coche puede valer (no uses el de un desconocido).

Si el traje te rasca, echa vaselina en la zona de roce.

Si tienes frío, puedes poner una chaquetilla de neopreno por encima del traje, pero intenta estar abrigado en el agua.

En caso de accidente, un muerto y no 2. Si no estás seguro de que no te va a pasar nada, no entres nunca a sacar a nadie (más importante explicárselo a los alumnos que pensarlo para una clase de surf).

Un ahogado, aunque pase mucho tiempo, se puede reanimar. No pasa lo mismo con una parada cardíaca, por ejemplo, u otra clase de "infartos".

Si estás en la playa y tienes que socorrer a alguien (da igual que no sea alumno tuyo), no olvides que aunque veas un cuerpo flotando puede que no esté muerto.

En todos los locales y furgonetas habrá un botiquín de primeros auxilios. Siempre intentamos que las tiritas sean de dibujitos...les encantan a los niños.

SURFING

Como a veces unos se preparan antes que otros, o hay que esperar por algún rezagado, una forma de entretener a la gente es pintando la tabla con la parafina. Se les explica que es para que no resbale y se les puede contar muchas cosas interesantes que probablemente desconozcan (más adelante aparecen algunas, en el apartado de entretenimientos).

Lo más difícil es conseguir que la ola arrastre (vamos con olas muy pequeñas para poder coger muchas olas y aprender más rápido y que todo el mundo se siente cómodo) y PONERSE DE PIE.

Los primeros días, en caso de duda, tabla muy grande. Siempre es mejor que sobre tabla que no que falte.

Intenta que todo el mundo se ponga de pie el primer día. Si crees que a alguien le va a costar, utiliza una tabla de paddle (blanda) si hace falta (pero ojo entonces, no puede haber mucha gente, y tendrás que controlar más a esa persona para evitar golpes)

Las tablas son planas y tienen la punta levantada. En el agua, tienen que seguir planas. Si las olas no arrastran a la gente es porque van muy atrás o porque no reman justo cuando llega la ola (muchas veces la gente empieza a remar "media hora" antes, y justo cuando llega la ola, que es cuando tendrían que remar, dejan de hacerlo para intentar ponerse de pie..y la ola se va sin ellos).

Las tablas siempre en perpendicular con la ola (haciendo una "T") y las olas se cogen recto hacia la orilla. Aunque con el tiempo se intenten bajar de lado, lo primero que hay que lograr es que las bajen de pie.

Intentamos ir con olas pequeñas, por seguridad, porque así se pueden caer muchas más veces (mínimo en cada sesión deben de coger 20 olas cada persona, lo ideal sería que cogieran más), están tranquilos, puedes tener a más gente controlada y reaccionan un poco a las indicaciones...y PUEDEN BAJAR LA OLA SIN ESPUMA. El objetivo es que la rampa de la ola la bajen de pie. Si la ola es grande (o muy bruta) no serán capaces.

Si la ola no les arrastra, que hundan la punta de la tabla con las dos manos (lo suyo sería que llevaran el cuerpo más adelante, pero no les va a dar tiempo a corregir la postura, así que deben de enlazar la remada con lo de hundir la punta).

En cuanto la ola les arrastra, que dejen de remar ("estorban" a la ola, y además deben de centrarse en ponerse de pie).

Es mejor que se caigan muy pronto, a tu lado, que no que lleguen de rodillas hasta la orilla.

Cayéndote pronto, con 50 caídas habrás avanzado mucho más que con 200 caídas después de bajar un rato de rodillas.

Que intenten caerse por delante de la punta de la tabla, siguiendo la línea del medio (normalmente pintamos una línea con parafina, para que los pies siempre vayan sobre ella, y siempre la mitad del pie a cada lado de la línea, los dos pies de lado).

Y recuerda que nunca se hace nada mal... ESTÁ BIEN, pero... intenta... lo que sea (ponerte de pie más rápido, o soltar la tabla – la tabla nunca se agarra, solo para hacer el pato, con las tablas cortas que no usarán mientras estén aprendiendo, aunque algún día se pueda llevar alguna para que prueben y vean como es, etc.)

Si vas con cámara acuática, intenta que todo el mundo tenga una foto (o vídeo) a poder ser de pie (pero como tengan solo la mitad, la otra mitad te dirá, cada uno de ellos, que todos tienen fotos menos ellos).

LEGISLACIÓN (información no actualizada)

En 2016, en Coruña, ha cambiado la normativa que regula la enseñanza del surf y otros deportes de deslizamiento.

Es muy probable que vuelvan a cambiar, pues la normativa que han publicado se aparta mucho de la realidad (engloba en el mismo saco y bajo las mismas condiciones a deportes como el surf y el SUP en flatwater – remar en zonas de aguas lisas sobre la tabla de paddle, han puesto exigencias que son inviables económicamente, etc.)

Resumiendo un poco, el agua es competencia del Ministerio de Fomento (lo gestiona Capitanía Marítima), la playa es DPMT (dominio público marítimo terrestre), competencia del Ministerio de Agricultura, Alimentación y Medio Ambiente (lo gestiona Costas) y hay zonas que son terreno municipal, que gestionan los ayuntamientos (por ejemplo, algunas zonas donde aparcan los coches, normalmente asfaltadas).

Por otro lado, con la nueva normativa, a las escuelas de surf les obligan a adherirse a la Federación (Galega o Española) de Surf, y la Federación le obliga a firmar un convenio con ella, por lo que, aunque no tiene potestad sancionadora, puede imponer sanciones por incumplir ese convenio.

Las condiciones actuales impuestas por la Federación Galega de Surf son abusivas (también lo son algunas de las impuestas por Costas y algún ayuntamiento), por lo que es probable que sufran sucesivos cambios (por ejemplo, la Federación obliga a federar a cada participante, el ayuntamiento de Oleiros no deja meter a más de 8 alumnos por escuela, aunque los grupos de la escuela municipal de surf son más numerosos, o Costas cobra por usar el mar fuera de la línea de baño, lo que es competencia de Fomento, y lo mismo hace el Ayuntamiento de Oleiros).

Asimismo, la normativa actual rechaza títulos como el de la ISA (International Surfing Association), válido en más de 70 países, algunos de ellos con más tradición y mejor considerados tanto en surf como en educación.

Con la nueva normativa solo se acepta el título de la Federación, basándose en una normativa del Consejo Superior de Deportes del año 2012.

De Costas se basan en la Ley 22/1988, de 28 de julio, de Costas, y en las publicaciones el el BOP de Coruña del 5 de enero de 2016 (y su posterior ampliación del 4 de febrero).

En el Ayuntamiento de Oleiros publicaron un pliego con las condiciones económico-administrativas para la actividad de las escuelas de surf en la temporada de verano el 3 de febrero (aunque este pliego toca materias cuyas competencia, en principio, no le había sido cedida en dicha fecha, nombra la temporada de verano pero incluye desde los meses de abril a diciembre y tiene exigencias como la de incluir el logotipo del Concello de Oleiros en las lycras que obliga a llevar a los cursillistas, entre otras irregularidades, limitan – también lo hace Costas – la distancia de seguridad MÁXIMA entre dos surfistas a 3 metros, etc.).

Dicho pliego fue modificado (modificaciones sustanciales en las condiciones, como ampliación de los horarios en un 30%) entre los adjudicatarios, con el visto bueno del Ayuntamiento, sin que después volviese a salir a concurso, permitían saltarse algunas de las exigencias iniciales, etc.

Es de esperar que el próximo año vuelva a variar las leyes aplicables, pues puede llevar graves consecuencias legales para quienes han firmado las modificaciones del año 2016.

METEOROLOGÍA Y PREVISIONES DE OLAS

Una parte muy difícil, pero de lo más importante, es la interpretación de las previsiones de olas.

Hoy en día existen numerosas webs y aplicaciones que aciertan bastante sobre el estado del mar en zonas cada vez más concretas, aunque a veces son un poco difíciles de leer e interpretar.

Cuanto más sencilla y fácil de entender es la web, menos detalladas suelen ser las previsiones.

Es muy importante saber leer e interpretar estos datos (gráficos y mapas, tablas de números, flechas, o el formato en el que se presenten) porque la mitad del éxito de una sesión será el acertar con la playa que, a las horas a las que vas a ir al agua, reúna las condiciones adecuadas a los participantes (las olas que "necesita" un niño de 5 años son diferentes a las que busca alguien de 25, y dependiendo de los niveles de cada uno también puede haber divergencias).

Acostúmbrate a mirar la misma web o aplicación antes de ir al agua.

Con 1.5m suele haber olas en todas las playas (en unas más, en otras menos, en unas solo con la marea baja, en las más lisas hasta con la marea alta).

Mira la orientación de la playa en un mapa, y si la dirección del mar golpea la arena, con poca fuerza es muy probable que haya olas.

Si el mar viene "cruzado", si no le golpea directamente a la playa que has seleccionado, es probable que la altura de las olas sea muy inferior a la que pone en el cuadro que estás mirando.

Cuanto más grande es el período, más probabilidad hay de que haya olas (el mar trae más fuerza) y más precaución debes de tener (períodos de 12 ya son bastante grandes).

Si hace mucho viento, habrá menos tamaño de olas de lo que marca.

Para aprender no te preocupes demasiado por la dirección del viento, salvo que sea muy fuerte (entonces busca una playa muy recogida, las de las ciudades suelen estar tapadas por los edificios, o las playas que son muy cerradas, muy en forma de "U").

En caso de duda, si puedes escoger el horario, con la marea baja será más seguro si las olas son grandes, pues podrás esperar en la orilla y coger espumas.

Ponte en el lugar de quien va a aprender. No son olas para ti, sino para quien no sabe y esto del mar es algo nuevo, que suele dar mucho respeto y sobre lo que suele haber muchos falsos mitos y creencias.

CURIOSIDADES / ENTRETENIMIENTOS

Esto es mucho más importante de lo que imaginas. Primero, porque es muy probable que haya gente que llegue antes que otra, para que no les resulte incómoda la espera ni se enfaden o desesperen con los que llegan tarde.

También porque muchos niños, por ejemplo, tendrán que alternar unas actividades con otras para no aburrirse.

Hay muchas cosas que la gente que no surfea no suele saber. No hace falta que las cuentes todas juntas, pero para que tengas algunas con las que entretener y enseñar a los que esperan, o para hacer tiempo un día que no quieres entrar pronto al agua (por ejemplo porque crees que hay bastantes olas).

Ejemplos:

- Muchas de las olas que ves con hueco y el surfista por el medio (tubo) rompen sobre fondos de roca. No siempre tocas en el fondo, aunque habitualmente las olas que dejan hueco sí suelen ser más peligrosas, y sobre todo más difíciles.
- Lo que busca un surfista cuando aprende (olas suaves, pequeñas, poco inclinadas, con poca fuerza) es diferente de lo que busca alguien con más experiencia (huecos, paredes verticales...), igual que el material para empezar (tablas de las llamadas "corchopanes", de materiales blandos, muy voluminosas), son diferentes de las tablas "profesionales" (shortboards, con poco volumen y punta afilada).
- Las olas gigantes se cogen con la ayuda de motos acuáticas. El surfista lleva los pies enganchados a la tabla en unos straps como los de las tablas de windsurf, lleva un chaleco salvavidas muy apretado y que flota mucho (aunque si se cae irá para el fondo) y va sin invento (en caso de caerse es muy importante que quite los pies de los straps o sufrirá graves lesiones, especialmente en las piernas).
- Con el tiempo, distingues la dirección del viento solo con ver las olas. Por eso con el tiempo no vas a surfear si el viento es de mar a tierra (on-shore).
- En cada ola solo puede ir una persona (dos como máximo, si van una hacia cada lado). Esto es muy importante que lo repitas con frecuencia, y que expliques las normas de "circulación" en el agua (les sorprenderá saber que existen unas normas).
- No existe ningún lugar del mundo en el que siempre haya olas. Aunque hay sitios en los que el mar suele golpear con más fuerza.
- Hay trajes de verano y de invierno, parafinas de sitios cálidos y fríos, si la tabla no tiene quillas se pondría a dar vueltas sobre sí misma, hay peines de parafina, bolsillos en los inventos y en los trajes par llevar la llave del coche...

Etc.

Habrás días en los que se mezcle gente nueva con otros que llevan ya varias sesiones. Intenta que los que ya saben algo les expliquen a los que no saben (y corrige o complementa lo que creas que hacen mal).

Intenta crear buen ambiente, romper tensiones, crear confianza, etc.

Habrás algún niño al que le cueste soltarse o darte la mano, que tenga vergüenza...Pídele que te ayude a buscar un color para pintar la tabla, o que le haga un dibujo...o si se resiste mucho, haz como que buscas la parafina de color verde, o azul, o roja, y que no la encuentras...

Enséñale que huele a chuche, pero ¡que no la coma!

ESTIRAMIENTOS / CALENTAMIENTOS

Antes de entrar al agua (e incluso se puede estirar también al salir) es recomendable estirar y calentar. Si puede ser mediante juegos o de manera entretenida, mejor (los mayores pueden hacer un poco de yoga, por ejemplo, o darse de las manos en círculo y dejarse caer hacia atrás, tras abrir el círculo al máximo, y después lo mismo hacia el otro lado, intentar mantenerse sobre un pie y mientras girar el otro tobillo, etc.)

Intenta mantener cada postura alrededor de 10 segundos, o repetir cada movimiento unas 10 veces.

Que nadie se "rompa" al entrar al agua por no haber calentado o estirado.

Los niños suelen ser más activos y no necesitan tanta preparación previa, pero se lo pasarán en grande bailando, o jugando y así notarán menos el frío al entrar al agua, especialmente en invierno.

Cada persona (especialmente los adultos) deben de conocerse a sí mismos, y saber un poco las partes de su cuerpo que tienen que trabajar y preparar un poco más.

Los primeros días es muy posible que más de uno salga con agujetas. Estarán utilizando muchos músculos y partes de su cuerpo que llevaban tiempo "paradas u oxidadas".

JUEGOS

- EN TIERRA

Los típicos juegos de toda la vida, adaptados a la arena, y a poder ser acotando el espacio. Intenta que trabajen el equilibrio y el desarrollo psicomotriz

Hacer una pequeña montaña, poner sobre ella una tabla (resistente, tipo bic lo mejor) e intentar que consigan que la tabla esté plana mientras están acostados sobre ella y también cuando están de pie (si la tabla queda pinzada, las olas no les arrastran y si se ponen de pie se caerán por quedarse parados).

NO se hace sobre una bola de pilates pues las caídas, especialmente con los mayores, pueden provocar lesiones.

- EN EL AGUA

Con las tablas como las teclas de un piano, que corran por encima de ellas.

Con las tablas en la misma posición, que intenten pasar por debajo (dejando siempre separación entre tabla y tabla por si necesitan salir a respirar).

Con dos tablas, una cruzada sobre la otra, en forma de T, que se suban a la de arriba (sin tocar nunca la de abajo). Una vez subidos al "avión", empezar a mover la tabla en círculos (la batidora), cambiando de dirección, etc.

Intenta que adopten las posturas correctas sobre la tabla, que sean simulacros de las posiciones adecuadas.

A los niños les gusta mucho ponerles nombres a los juegos.

El torpedo: sentados con las piernas estiradas sobre la tabla, coger la ola.

ESTRUCTURA BÁSICA DE UNA CLASE

Llegamos (puntuales, un poco antes de la hora señalada), nos presentamos y presentamos a los participantes (no hace falta ponerse a dar besos, basta decir los nombres y explicar que vamos a darles el material y que después volveremos con las presentaciones en la arena).

Le presentamos el material a la gente (nunca se debe de dar nada por supuesto), explicamos cuál es la parte de arriba y cuál la parte de abajo de una tabla, la parte delantera y la espalda del traje, cómo se pone (y lo difícil que es y cuánto cuesta las primeras veces – es recomendable darle una talla de más la primera vez), que se van a sentir embutidos...

Les explicamos cómo tienen que hacer al salir, para que todo el material quede lo más recogido posible y sin arenas (llevaremos los inventos, esos cables de plástico que parecen espaguetis, en un capazo, y al salir del agua los depositarán allí, sin arenas y con los velcros cerrados, y volverán al agua, sumergirán la tabla para que venga sin arenas y de vuelta al lugar de encuentro).

Con las parafinas y el pintado de las tablas logramos que los que vistieron antes no se impacienten mientras esperan por los demás. Intentamos que dibujen una línea que divida la tabla en dos, desde la punta hasta la cola, para que después pongan los pies sobre esa línea.

Nunca nos subimos a las tablas fuera del agua.

Las tablas de fibra son muy frágiles, y trataremos estas tablas como si fueran de fibra. Si tenemos una tabla de fibra a mano, se la enseñamos y le explicamos que al apoyar la rodilla le salen bollos, se la dejamos coger para que vean lo que pesa, si tiene grip le decimos para qué sirve, por qué esta sucia de parafina, etc.

Si hay niños y no pueden con sus tablas (sobre la cabeza es lo más cómodo), que entre 2 lleven 2 tablas (un niño en la punta y otro en la cola, una tabla bajo cada brazo, los niños en el medio), o si son muy pequeños entre 2 niños 1 tabla, o incluso entre 3 niños una tabla.

Si hace mucho viento, mucha precaución (y mejor que los niños no lleven las tablas).

Los colocamos en la arena, que dibujen una línea por delante de la tabla y les explicamos cómo ponerse de pie y la postura que adoptamos una vez que estamos sobre la tabla.

Que cierren los pies y los desplazamos de un empujón suave en un hombro, y a continuación que abran las piernas y vean cómo resisten mucho más...y que las flexionen a ser posible.

Nunca se agarra la tabla para ponernos de pie, nunca se deja la tabla atravesada delante de nosotros (la tabla siempre haciendo una T con la ola, cuando remontamos y cuando cogemos la ola también).

Si vienen olas grandes, soltamos la tabla **MÁS HACIA LA ORILLA QUE NOSOTROS** y buceamos. Que no haya nadie detrás para evitar golpes.

Antes de entrar al agua, pero al acercarnos a la orilla, las olas empiezan a parecer más grande (desde fuera debería de parecer que no hay olas).

Les explicamos que el mar funciona por series, si es con una serie mejor, y que después se queda tranquilo.

Agua por la cintura...y para dentro a coger muchas olas (primero se ponen de pie un par de veces en la arena, el invento lo ponen en la arena y se les explica que prohibido agarrarlo, y que lo pongan en el pie de atrás, aunque los niños pequeños cambian de pie con facilidad, no tienen pie definido normalmente).

Al salir, que recojan el material, inventos para el capazo (si se bajó un capazo a la arena), tablas al agua y limpias al lugar de encuentro.

En el agua nunca se le grita a nadie (para reñirle). NO se riñe, solo se corrige (está bien, pero

intenta...)

No se empuja con fuerza, se les pide que se echen más hacia delante si es necesario, y que sean ellos los que remen justo cuando la ola les va a tocar los pies (es muy frecuente que remen mucho antes de que llegue la ola y dejen de hacerlo cuando realmente tendrían que remar, igual que es frecuente que se pongan de pie y se caigan porque la tabla se queda parada, que carguen el peso delante y que intenten caerse por delante de la tabla).

Anima mucho a quienes están aprendiendo. A todos nos gusta que nos vean cuando conseguimos un logro.

Mucha gente se pone de pie "doblados en 7 por la cintura". Que intenten ponerse muy estirados, como si fuesen de puntillas.

No selecciones mucho las olas, ola que viene, ola que se coge. Que se caigan muchas veces. Si es posible, que cojan las olas sin espuma (para eso deberán de ser olas pequeñas).

Que se acostumbren a sentarse sobre la tabla mientras no viene la serie, para que no les coja el frío y para que vean venir las líneas. Mientras esperamos a que vengan olas les explicamos todo lo que no les contamos aún.

A los niños (y a los mayores también) les suele hacer gracia que les hagas cosas como tirarlos de la tabla cuando están sentados (una vez, y si no tienen frío, tampoco hay que ser pesados...y hacerlo como quien lo hace sin querer o con cualquier excusa). Lo mismo cuando van de pie, pero de manera segura, le damos un empujón en un hombro (si pasan a nuestro lado y no hay peligro) y le recriminamos que se han caído...

Etc.

Al salir los trajes quedan del revés (les explicamos que es así como se lavan, se secan y después ya les daremos la vuelta).

Les explicamos que si se sacan los trajes y se visten directamente, los pies les quedan sin arenas.

RECURSOS Y MATERIALES DIDÁCTICOS

En caso de duda, usa siempre tablas grandes, que sobre tabla y no que falte.
Para la gente más pesada usa las tablas más resistentes.
Mucha precaución si alguien lleva tablas duras (de fibra, epoxy, policarbonato...).

Si no hace viento y hay a mano una bola de pilates, puede valer para calentar mediante juegos y también para arrojársela a los surfistas que se ponen de pie y van deslizándose sobre las olas.

El invento que sea un poco más largo que la tabla (de la misma medida), para que no se golpeen con la tabla al caer, pero que no sea demasiado largo, o se les enrollará más aún de lo habitual.

El primer día, o los primeros días, entréales trajes que les queden un poco grandes, pues les costará ponerlos y acostumbrarse a moverse ahí dentro.

Nunca podemos apoyar peso sobre una tabla que está boca abajo (y mucho menos ponernos de pie sobre ella) o es posible que se rompan los stringers (maderas interiores que le dan consistencia) y después esa tabla funcionará mal.

Si hay cámaras y se graban vídeos o se sacan fotos, intenta que cada uno lleve, al menos, una imagen suya (puedes ir sacando fotos uno por uno, si está clara el agua y no hace frío debajo del agua, por ejemplo).

Si a alguien le cuesta mucho poner el traje y no hace demasiado frío, le puedes dar un traje de verano, más fino.

Las parafinas que no toquen la arena. Al acabar, que las metan en el bote en el que vinieron.

Siempre que se abre material nuevo, que sean ellos los que lo abran y no tú. Si hay que montar material, que sean ellos los que lo monten.

Si solo unos pocos van a usar material nuevo y crees que pueden empezar peleas por ello, abre tú el material y que no se note que es nuevo (si es una tabla, hazle rápido un par de manchas de parafina, por ejemplo). También la puedes sortear, si son niños, para el que gane después en los juegos de calentamiento.

Mucho cuidado con sacar tablas de colores distintos para los niños o puede haber peleas por ellas.

Con los inventos puedes hacer juegos para distribuir los colores.

Si no hay olas ni tampoco demasiado viento, y hay tablas de paddle surf disponibles, se puede ir a dar un paseo "sobre las aguas".

Los más pequeños, el surf lo pillan muy rápido. Tienen que ganar soltura en el agua, sentirse cómodos.

Nunca pueden ir con olas que les puedan llegar a asustar (aunque vayan con olas enanas, cuando vengan las más grandes se alborotarán con los tsunamis que han surfeado).

Aunque les guste mucho el surf, tienes que variar de actividades. Que jueguen en la arena y en el agua, que se olviden de si están en el agua o en la arena, si están donde hacen pie o donde cubre (pero tienes que tenerlos siempre controlados).

A los que no saben nadar, márcalos con una lyra de color diferente.

Lo mismo si alguno tiene alguna necesidad específica (suele haber un código de lycras de colores, para los que no saben nadar, para los que están "así así", etc.)

No pueden estar mucho tiempo en el agua, o les cogerá el frío.

Practica en la arena con juegos que favorezcan el desarrollo psicomotriz y el equilibrio, que practiquen lo mismo que van a hacer en el agua (por ejemplo, si no hay gente y con mucho cuidado, tirar piedras – previamente buscarlas ya puede ser un juego – para que boten en el agua, adoptando la postura que se lleva en la tabla, una pierna muy flexionada, etc.)

Que no haya enfrentamientos entre los niños, ni burlas, etc.

Si se hacen guerras de arena o cualquier otro juego similar, las bolas se tiran al culete, prohibido más arriba de la cintura.

Hacer juegos en el agua, tipo el avión, el torpedo, torpedo doble (dos torpedos a la vez), varios torpedos, de la mano, surfear cada uno en su tabla pero de la mano con el de al lado, etc.

Nunca fuerces a un niño a coger una ola. Pregúntale antes, y ya te dirá si es grande o no (aunque tú no veas ola, a él puede parecerle enorme).

Al acabar de jugar cada uno tiene que llevar sus juguetes de vuelta (si no pueden, entre varios).

Nos movemos siempre todos juntos. Somos un grupo, y van como tal. Que no quede nadie excluido.

DISTINTOS FORMATOS DE CURSILLOS

Hay gente que va a probar el surf un día, gente que va una semana y otros que están más tiempo, que lo practican con habitualidad, etc.

A quien va un día, lo que le interesa es ponerse de pie, ver si le gusta, etc. No te centres en aspectos técnicos, nombres, etc.

Intenta que se ponga de pie, que lo pase bien y se vaya con un gran recuerdo.

Para quien va más tiempo, se le pueden ir explicando más cosas, preguntándole cada día si recuerda lo que se le explicó el anterior (especialmente las medidas de seguridad, que habrá que explicarlas siempre el primer día).

A medida que se vayan poniendo de pie sin dificultad, pueden ir probando tablas más difíciles.

Sería recomendable también que probaran playas nuevas.

Intenta integrar a todos los participantes, los nuevos con los que ya están "en un grupo".

Intenta que quienes ya saben les expliquen a los nuevos, especialmente en el caso de los niños.

DÍAS SIN OLAS Y DÍAS CON DEMASIADAS OLAS

Si no hay olas (ojo, es posible que a ti te parezca que no haya, pero para el que está aprendiendo le llega de sobra), se puede practicar la remada, sacar tablas que floten menos e intentar el pato, girar sobre la tabla, etc.

Haremos el avión, juegos como los de ir corriendo sobre las tablas (tanto para adultos como niños), etc.

No olvides que a los adultos también les gusta jugar (aunque algunos parezca que lo han olvidado ya).

Si hay demasiadas olas y la marea está baja, probablemente podrán coger espumas, con el agua por la cintura.

Si la marea está alta y no lo ves claro, no se entra.

Tanto en los días sin olas como en los de muchas olas (especialmente en los de muchas olas), se enreda mucho en la orilla. Mucha teoría. Mucho calentamiento. Muchas correcciones, muchas cosas curiosas, entretenimientos, se les explica el material, etc.

Habr  gente para la que simplemente ponerse un traje ya sea todo un handicap. Aunque no surfeen en olas "grandes", aunque no haya olas, puedes sacar una tabla de paddle y que note la sensaci3n de deslizarse sobre el agua.

Intenta que todo sea un juego, que en ningún momento pase miedo.

Adapta siempre lo que vas a hacer a las condiciones del participante. Si se anima y quiere probar un poco más al fondo, o algo un poco más difícil, perfecto, pero no fuerces.

BENEFICIOS Y CONTRAINDICACIONES

Beneficios:

Se pondrán en forma, se broncear n, liberarán tensiones, ayuda para la ansiedad, estrés, para la obesidad, conocerán gente, etc.

Para muchos será una experiencia de lo más intenso que hayan probado.

Contraindicaciones:

A corto plazo, y especialmente a la gente muy delgada que va con tablas duras y sin traje, les pueden salir unos pequeños moratones en la barriga.

A muy largo plazo, hay quien sufre el oído del surfista (el oído se cierra, es una protecci3n natural contra el frío) y se le curva la espalda al contrario de la gente que tiene chepa.

En cualquier caso, lo más común es "engancharse" y que haya temporadas en que est s con "mono" de olas.

EL SURF EN TU ZONA, EN TU PAÍS, EN EUROPA Y EN EL MUNDO

Las mejores olas para aprender no son las mismas que las que buscas una vez que sabes un poco más. En cualquier caso, a todo el mundo le gustan las olas largas, una vez que ya las baja de lado.

En Coruña, las mejores olas por la zona están entre otras, en las playas de Sabón, Razo, Nemiña, etc.

El Orzán también es una ola de calidad (aunque en ocasiones, debido a los constantes movimientos de arena, provocados tanto por el mar como por las excavadoras, puede que no rompa especialmente bien.

En Ferrol hay muy buenas olas también: Doniños, Campelo, Pantín...

Es una zona que recoge mucho mar, por lo que los días en que hay pocas olas allí es posible que encuentres algo.

Por la costa de Lugo, especialmente en invierno, funcionan algunas de las mejores olas de Galicia: La Machacona (fondo de roca), Nois, la ría de Foz...

Lo más conocido en España tal vez sea Mundaka, en el País Vasco, la izquierda más larga de Europa, aunque muy concurrida.

Rodiles, en Asturias, es una ola similar, pero menos famosa (aunque ya hace años que está saturada también).

En Francia destaca Hossegor (para algunos el mejor beach-break de Europa), en las Landas.

Portugal también tiene olas de gran calidad. Especialmente famosa es la zona de Ericeira (Ribeira d'Ilhas), Peniche (Supertubos) y recientemente se ha puesto de moda Nazaré, por su olas gigantes para tow-in surf (surfear remolcados por motos acuáticas)

A nivel mundial, en Hawaii destaca Pipeline, entre otras, en Australia Kirra, Jeffreys Bay en Sudáfrica, etc.

CONTENIDOS TRANSVERSALES: EDUCACIÓN Y MODELOS

No olvides que, además de ser el modelo para enseñarles a surfear, van a ver en ti el modelo para otras muchas cosas, comportamientos, etc.

Así que, ten en cuenta que no solo aprenderán a surfear... Mucho cuidado con lo que haces y dices.

Servirás de ejemplo tanto por tu forma de vestir como por la de hablar.

Puedes animar a la gente o conseguir frustrarla.

HISTORIA Y COMPETICIÓN

No se sabe con exactitud dónde empezó el surf, si en Hawaii, en la Polinesia...

James Cook contribuyó enormemente para dar a conocer el surf en el "mundo avanzado", en el siglo XIX.

En los años 60, en California, comenzó a extenderse el longboard, y en los 70 se empezaron a usar tablas cortas.

Jacks O'Neill, aviador que inventó el traje de neopreno, hizo posible que en Europa se pudiese practicar el surf más cómodamente en las aguas frías.

En competición solo puntúan las maniobras si las acabas, si las caes y sigues en la ola.

El nombre más famoso, con diferencia, es Kelly Slater, aunque en la actualidad destacan más otros surfistas más jóvenes como Gabriel Medina.

En Galicia, Luis Rodríguez logró títulos a nivel internacional, aunque en la actualidad destaca más Gony Zubizarreta.

Eneko Acero, vasco, fue durante muchos años de los surfers más reconocidos a nivel europeo.

VOCABULARIO

ALMA (stringer)

Madera que divide la tabla en dos, de punta a cola, y que le da consistencia. Si una tabla de fibra está vieja, verás que el alma sobresale (en realidad es que la fibra se ha hundido a su alrededor), en la zona cercana al grip. Las tablas de surf blandas (softboards) y algunas tablas de bodyboard (las de gama alta), llevan dos almas, llamadas STRINGERS (y algunos incluso llevan una barrita de fibra en el medio).

AMARRADERA: invento (en Canarias y el sur de la península).

BACKSIDE

Surfear de espaldas a la ola. Los goofys van de espaldas en las derechas y de frente en las izquierdas, y los regular, al revés, de espaldas en las izquierdas y de frente en las derechas.

BARRA, CERROJO, BARROTE

Ola que no abre, ni hacia la derecha ni hacia la izquierda. Rompe toda a la vez. No son buenas para surfear, salvo que estés aprendiendo a ponerte de pie.

BOTTOM

Cara inferior de la tabla (la que va en contacto con el agua). También cola de la tabla, y por extensión, bottom turn (ver maniobras).

BOYA

Se llama así, en tono despectivo, al surfista que, remontando hacia el pico, estorba la trayectoria del que va en la ola.

CANAL

Zona donde no rompen las olas (normalmente con corriente y más profundidad), por la que aprovechamos para remontar y llegar hasta el pico. No todas las playas lo tienen.

CANALES

Hendiduras en la parte inferior de las tablas de body, para que se agarren mejor a la pared de la ola (aunque sacrificando un poco de maniobrabilidad).

CERROJO: barra

CHOPPY

Se dice que el mar está así (lleno de baches) cuando hay viento on-shore (de mar a tierra). Aprovecha los días de peor viento para surfear con menos gente. Los días de viento bueno, las playas estarán abarrotadas.

CODO

Especie de rampa que deja la ola, a veces en sentido no paralelo al de la pared de la misma, que te facilitará realizar ciertas maniobras, especialmente aéreas. El labio de la ola vendría a ser el antebrazo, y la pared el bíceps (le echas imaginación y ya te das cuenta de lo que es el codo).

CORCHERO: bodyboarder

CORE

Interior de la tabla de body.

DECK

Cara superior de la tabla (donde se apoya el cuerpo)

DERECHA

Ola que, mirando de mar a tierra, rompe (abre) hacia la derecha.

DESFASADO

Se dice que un spot está desfasado o pasado cuando entra más mar del que aguanta para que las olas rompan bien, o para poder llegar hasta el pico. Cada ola (spot) aguanta un determinado tamaño, como máximo, a partir del cual rompe en barra, o la cantidad tan grande de espuma impide remontar hasta el pico. Algunos spots necesitan un tamaño mínimo para funcionar.

ESCARPINES

Calcetines de neopreno. Los hay con suela (para surf), o sin ella (para bodyboard), algunos con agujero en el talón para que caigan las arenas y no se formen bolsas de agua. Hay gente que sólo usa el escaquin del pie de atrás (en el que pone el invento) para hacer surf, por comodidad. Con los escaquin no pasas tanto frío pero pierdes un poco de tacto, de sensación de contacto con la tabla.

EVOLUTIVA:

Tabla más pequeña que un longboard, pero más larga que una tabla corta. Se suelen usar para aprender, antes de dar el salto a la tabla corta. Como una mini-malibú, pero un poco más pequeña (hay quien las llama indistintamente mini-malibú o evolutiva).

FINS: aletas o quillas (en inglés)

FISH

Tablas tipo retro, anchas, cortas y con mucho volumen, más utilizadas en verano, o, en general, tablas con la cola en V invertida (cola en fish).

FOAM (espuma, en inglés)

Material blanco y duro del interior de las tablas de fibra

FRONTSIDE

Surfear mirando a la ola, de cara a la pared.

GLASSY

Se dice que el mar está así cuando no hay viento o hay una suave brisa de tierra a mar. También se dice que el mar está planchado cuando hay viento off-shore perfecto.

GOOFY

Surfista que apoya el pie izquierdo en la parte de atrás de la tabla.

GRIP

Almohadilla antideslizante que se suele poner donde apoyamos el pie trasero, a la altura de las quillas pero por la parte superior de la tabla, que cumple la función de la parafina.

INTERFERENCIA

Saltada, coger una ola cuando no tienes preferencia, interrumpiendo al que va en la ola de forma correcta. En los campeonatos suelen decir interferencia, pero en el día a día es una saltada de toda la vida.

INVENTO, LEASH O AMARRADERA

“Cuerda” plástica que nos une a la tabla para evitar perderla cuando nos caemos de la ola. Las hay de distintas medidas y grosores. Algunos tienen un bolsillo para llevar la llave del

coche, aunque suele ser más cómodo llevarla en el bolsillo del traje de surf, o en el cordón que tienen destinado para ello. Los inventos de bodyboard pueden ser de muñeca o codo (y éstos últimos se pueden poner en la parte superior del brazo o encima del codo). Lo único que cambia es la parte que se amarra a la muñeca o al brazo (la pulsera, el belcro), y a veces la longitud del invento. Los hay de espiral amplia o más cerrada, tipo cable de teléfono. Todo depende de los gustos personales. Busca aquel con el que te sientas más cómodo. Hay quien lo pone en un lado de la tabla, aunque lo más habitual es ponerlo en el centro, y siempre en la parte alta de la misma, a unos veinte centímetros de la punta. Hace años se había quien llevaba inventos de surf en las tablas de body, y ponían el tapón (especie de tornillo en el que se engancha el invento) en una esquina inferior.

Los inventos de longboard (tablón), hay gente que opta por ponerlos debajo de la rodilla, para soportar mejor los tirones de la tabla al ser arrastrada por las olas.

IZQUIERDA

Ola que rompe hacia la izquierda (mirando del mar hacia tierra, la espuma empieza a caer primero por la zona que está más hacia la derecha, y va cayendo hacia la izquierda).

LABIO (de la ola)

Parte de la ola que cuelga de la pared, mientras cae y aún no ha llegado a formar espuma. En el interior del tubo, sería la de cortina de agua que está situada más hacia la orilla que el surfista. Hay olas con más labio que otras, y hay olas sin labio (especialmente si hay viento on-shore y poco mar, las olas serán "babosas", sin labio).

LEASH: invento (en inglés).

LOCAL

Surfista de la zona, o que frecuenta mucho una playa (de la que se dice local).

LONGBOARD

Tablón. Tablas de surf clásicas, con medidas cercanas o superiores a los 3 metros.

MINI-MALIBÚ

Tabla de medidas inferiores a los tablones, pero más largas y redondeadas que las tablas de surf que se usan habitualmente. Suele ser la mejor opción para aprender, junto con las EVOLUTIVAS (tablas tipo MINI-MALIBÚ, aunque un poco más pequeñas).

NOSE

Punta de la tabla. Hay gente que la protege con una goma (NOSEGUARD o, abreviando, NOSE, aunque cada vez está más en desuso).

OFF-SHORE (VIENTO OFFSHORE)

Viento de tierra a mar. Es el recomendable para hacer surf, pues con él las olas rompen más bonitas. Mientras no seas capaz de bajar la pared de la ola hacia un lado, no te importará la dirección del viento. Con viento on shore las olas son más "babosas" (tienen menos labio).

ON-SHORE (VIENTO ON SHORE)

Viento de mar a tierra. Con este viento los surfistas experimentados no se meten, pues estropea las olas, aunque en días de mucha necesidad uno apaña con lo que puede. Para aprender no te molestará. Mientras no distingas la dirección del viento simplemente viendo el mar, no te preocupes por él. Estableciendo una comparación sencilla y cercana, el viento onshore dejaría el mar como la arena seca, con baches, y el viento offshore como la arena mojada, lisa. Además, la forma de romper de la ola varía totalmente.

PARAFINA (WAX)

Cera perfumada que se frota sobre las tablas(sólo en la parte superior, donde apoyamos los pies, manos o cuerpo) para evitar resbalar. Dependiendo de la temperatura (o la época del año), se utilizará una cera más dura (en verano, para evitar que se derrita fácilmente) o más blanda (en zonas frías, para que se pegue a la tabla con facilidad. En la etiqueta de la parafina pondrá la temperatura del agua para la que está recomendada. También hay parafina base, para darle una primera capa a las tablas nuevas. Hay diferentes marcas en el mercado, y la diferencia básica es que con unas quedan más grumos que con otras al extenderlas. También hay parafinas de colores, pero suelen cumplir peor su función antideslizante.

PARED

Parte de la ola que se surfea, que queda a modo de rampa, mientras la ola se forma y antes de estallar.

PASADO

Se dice que un spot está pasado cuando las olas ya no rompen bien (en vez de abrir hacia un lado la espuma cae toda a la vez) o cuando resulta imposible llegar hasta el pico, al no haber canal y haber demasiada espuma que arrastra hacia la orilla.

PICO

Zona en la que empieza a romper una ola. Los surfistas experimentados suelen apiñarse en ese lugar, en busca de la preferencia. Para aprender, sepárate de esa zona, pues alguien que controle te ganará siempre la preferencia, y no cogerás ninguna ola. Además, es probable que no aproveches la mejor zona de la rompiente, pues todavía no sabrás bajar las olas de lado.

PICHOS (GUN)

Tablas largas y afiladas, que se usaban antiguamente para coger olas gigantes. Hoy en día se cogen con tablas más cortas, en las que se llevan los pies enganchados, arrastrados por una moto acuática (TOW-IN SURF).

QUILLAS(FINS)

Aletas que permiten bajar las olas lateralmente, evitando que la tabla gire sobre sí misma.

QUIVER

Conjunto de tablas que tiene o lleva consigo (por ejemplo de surfari) un surfista.

RAILS

Cantos de las tablas.

REEF

Rompiente de arrecife o, por extensión, de roca. También es una marca de ropa surfera conocida por su concurso Miss Reef, en el que valoran el culo de las chicas.

REGULAR

El que lleva el pie derecho detrás en la tabla de surf, snow o en el skate.

RETRO

Tabla ancha, normalmente con la cola en fish y dos quillas (a veces 4), más utilizadas en verano, para días de pocas olas.

RIDER

Surfista(o bodyboarder) que cabalga las olas.

ROCKER

Curvatura de la parte superior de la tabla (nose), que permite mayor maniobrabilidad y evita que la tabla se clave (aunque cuesta un poco más coger las olas).

SALTADA

Coger una ola cuando va en ella otro surfista (que tiene preferencia, por el hecho de ir ya en la ola).

SHAPER

Persona que hizo la tabla, que le dio forma. Plasman su firma en la parte de abajo de la tabla, en el alma, a la altura de las quillas (un poco más adelante). Actualmente la mayoría de las tablas se hacen en serie, de forma no manual, aunque siguen firmándolas los shapers que las diseñaron.

SLAB

Ola hueca e irregular, que permite entubar y cuenta con un labio gordo (gran masa de agua), normalmente en fondos de roca (en general suelen ser peligrosas, y se prestan más para el body que para el surf).

SLICK

Parte de abajo de la tabla (la que va en contacto con el agua).

SPOT

Lugar en el que rompe una ola (no tiene por qué ser una playa, puede ser un fondo rocoso, por ejemplo). Se llama SECRET SPOT o secret a un spot poco conocido, sin mucha gente.

STRAPS

Cinchas o sujeciones que se fijan a la tabla de surf, como las que llevan las tablas de windsurf, para poder coger las olas cuando se hace tow-in surf (solo se utilizan cuando se va con motos acuáticas, y con tablas específicamente preparadas para ello).

SUJETA-ALETAS

Invento para no perder las aletas. Unos cordones de zapatos pueden ser una opción útil, cómoda y barata.

STRINGERS

Listones interiores a lo largo de la tabla de body (o también de las tablas de escuela) para dar mayor consistencia y evitar que se pliegue.

SURFARI, SURFTRIP

Viajes basados en el surf. Excursión en busca de olas (pernoctando o no).

SWELL

Oleaje. Viene a ser algo así como las olas, pero hablando en cualquier punto del mar, por lo que no tiene que referirse a donde rompen (a poca profundidad).

TABLÓN : longboard

TAIL

Cola (parte de atrás) de la tabla. Tanto en las tablas de surf como en las de body, las hay de diferentes formas.

TOW-IN (TOW-IN SURF)

Surfear ayudado por una moto acuática, que te remolca hasta el pico y te deja en la ola, ya de pie y con velocidad. Se practica en olas muy grandes, enormes, muros de agua tan grandes que de otra forma no se podrían surfear. Se llevan los pies enganchados a la tabla, en unos straps (como las tablas de windsurf), y el surfista va equipado con un chaleco salvavidas de gran flotabilidad(y, a pesar de ello, si la ola le revuelve le llevará al fondo). No se lleva invento, por seguridad.

WAX: parafina (en inglés).

WIDE POINT

La parte más ancha de la tabla.

ATENCIÓN AL CLIENTE

Todo empieza con una llamada, o un email o alguien que te detiene en la playa...por ejemplo.

Esa llamada, o ese email, normalmente necesita unas explicaciones un poco extensas: no siempre hay olas en los mismos sitios, a veces hay que ir a buscar playas en las que haya olas y otras hay que buscar resguardo, te vas a caer, seguro, hay que caerse mucho para aprender, nadie nació aprendido, etc.

Puede resultar un poco repetitivo pero hay dudas que le surgen a casi todo el mundo.

El surf es un deporte muy seguro pero tiene fama de ser muy peligroso. Mucha gente asocia el surf a las fotos cada vez más radicales que se publican en los medios y en las redes sociales.

Nosotros vamos a ir con tablas de iniciación, más blandas, más voluminosas, y con olas también de iniciación (simplemente que nos arrastren, para que estemos cómodos y podamos caer muchas veces...)

Todas esas cosas que tú sabes, se las tendrás que explicar a quien las ignora.

A alguna gente le costará un poco dar sus medidas, por ejemplo, pero le puedes explicar que es porque todo el material va por tallas y que valen unas medidas aproximadas. Si se resiste y te dice una M, por ejemplo, no insistas...lleva varios trajes y una tabla grande y así irás sobre seguro.

Con el cambio de normativa, habrá gente que pregunte por el tema de las clases gratis.

Tendrá que pagar la cuota de socio por un lado, y si no tiene material y lo quiere alquilar, por otro. De todas formas, para no liar con explicaciones que muchas veces a la gente no le interesan y para no alargar más, se les cogerá el dinero todo junto y después se distribuirá, cada parte para donde corresponda.

A la gente que pregunte por material, si no se tiene lo que necesita no se le coloca nada.

Igualmente, si se vende material que se sabe tiene algún defecto (por ejemplo, los trajes verdes y negros son de neopreno muy elásticos, son cómodos, pero duran mucho menos de lo que deberían), se les explica el por qué del precio tan bajo y por dónde van a abrirse. Existen muchas tiendas y si crees que pueden encontrar algo que les convenga más en otra, les remites a ella, sin "mojarte" nunca (para mí el color más bonito puede ser el verde pero para ti el azul, simplemente informas de dónde hay verde y dónde azul).

Si tienes cualquier duda, toma los datos de la persona y dile que le responderás en cuanto sepas, que tienes que consultar.

Basta con que trates a los clientes como personas. No sé, tengo que preguntar. No pasa nada.

En caso de que las condiciones del mar no sean las apropiadas, especialmente en el tema del paddle surf con mucho viento, no se sale. Se cierra el chiringuito ese día y punto.