

Regulamento Básico da Canoa Havaiana (Va'a)

O regulamento envolve principalmente regras de **segurança, trabalho em equipe e respeito à embarcação e ao meio ambiente**

Princípios Básicos e de Segurança

- **Uso de Equipamentos de Segurança:** O uso de colete salva-vidas ou flutuador é obrigatório durante a prática da atividade, tanto para o condutor quanto para os passageiros.
- **Roupas adequadas:** Recomenda-se usar roupas leves, preferencialmente com proteção UV, e levar protetor solar.
- **Capitão/Líder da Embarcação:** O remador na posição de trás (Popa) atua como o líder ou capitão. Todos a bordo devem seguir suas instruções, pois ele guia a direção da canoa e coordena o ritmo da remada.
- **Trabalho em Equipe e Sincronia:** A essência da canoa havaiana é o trabalho em equipe. A remada deve ser sincronizada para que a canoa atinja seu melhor desempenho e velocidade.
- **Respeito pela Canoa (Va'a):** A canoa é vista como uma entidade viva na cultura polinésia, e deve ser tratada com respeito.
- **Manutenção e Inspeção:** É fundamental inspecionar a canoa antes de entrar na água, verificando a fixação do flutuador (ama), dos iakos e outros componentes para garantir a segurança.
- **Técnica de Huli:** Os praticantes devem conhecer a técnica de *huli* (manobra para virar a canoa de volta à posição normal após um capotamento) para estarem preparados em caso de acidente.
- **Regras da Marinha:** A prática da canoagem deve seguir as normas estabelecidas pela autoridade marítima local (no Brasil, a Marinha do Brasil), que regulamenta o uso das embarcações e equipamentos de segurança.