



Paddeltechniktraining für alle – neue Termine 2025

Schöner paddeln - Sicherheit (wieder-) gewinnen - Grenzen erweitern

Geplant ist eine Serie von Trainingseinheiten, die du einzeln oder alle besuchen kannst. Die Trainings finden auf der Lesum statt. Wir üben vor Ort ohne Kilometer zu machen. Es kann immer auch mal nass werden. Der Wassertemperatur entsprechend **Kälteschutzkleidung** tragen.

Voraussetzung: EPP 1 oder nach Absprache.

Neuer Termin! Immer Donnerstags **17.00 Uhr** (umgezogen!) – **18.30 Uhr**

Do. 3. April	HW 19:23	sicher Ein- und Aussteigen an Steg oder Treppe
Do. 10. April	freies Training	
Do. 17. April	freies Training	
Do. 24. April	NW 19:30	Kanten und Stützen
Do. 1. Mai	freies Training	
Do. 8. Mai	NW 19:59	Kehrwasser fahren
Do. 15. Mai	HW 17:33	effizienter Geradeausschlag Teil I
Do. 22. Mai	NW 17:26	effizienter Geradeausschlag Teil II
Do. 29. Mai	freies Training	
Do. 5. Juni	NW 17:49	Spielen mit kurzen Booten
Do. 12. Juni	HW 16:44	Wiedereinstiegsübungen ins Kajak
Do. 19. Juni	NW 16:02	Ziehschläge Teil I
Do. 26. Juni	HW 16:33	Balance im Boot

Bitte melde dich für die einzelnen Trainings **bis 18 Uhr am Abend vorher** an!

Am einfachsten über die Klubraum-App. Dort im Kalender den Termin anklicken und Anmelden auswählen.

Tel. oder Signal 0157 – 34388242

Info und Kursleitung: Susanne Brandenburger

