



Kajak fahren? Wenn man's gelernt hat, ist's ganz einfach...

Man kann versuchen, sich das Kajakfahren selbst beizubringen. Einfacher ist es, es im Verein zu erlernen. Wir bieten für Anfänger:innen jährlich Kurse auf verschiedenen Niveaustufen an, in denen die Techniken des Paddelns fachkundig vermittelt werden. Die Kurse finden in Kleingruppen statt. In der Regel sind zwei Ausbilder für die Gruppe da.

Für das Kajakfahren gibt es im Grunde keine Altersbeschränkung. Angehende Kajakfahrer:innen müssen aber sicher schwimmen können (entsprechend DLRG Schwimmbzeichen in Bronze). Ein vorangehender ärztlicher Gesundheitscheck wird empfohlen, um gesundheitliche Risiken auszuschließen. Bestehende gesundheitliche Einschränkungen sollten eine:r der Übungsleiter:innen vor Beginn des Kurses (gerne auch diskret) mitgeteilt werden.

Schnupperpaddeln für zum Ausprobieren für Erwachsene

27. August von 10.30 – 14.00 Uhr

am Sportparksee Grambke – Treffpunkt Container TURA-Kanusport

Was Du für den Kajakkurs brauchst:

- Sportbekleidung (kurze Hose oder Leggings; **keine Jeans!** Damit kann man nicht gut schwimmen.)
- Oberbekleidung mit anliegenden oder kurzen Ärmeln
- Schwimmschuhe oder leichte Turnschuhe, die nass werden dürfen
- Je nach Wetter eine dünne Windjacke, Kopfbedeckung, Sonnenbrille (mit Brillenband!) und Sonnencreme

Wichtig für den Fall eines freiwilligen oder unfreiwilligen Bades: Einmal komplettes Wechselzeug und einen Beutel für nasse Kleidung. Boot, Paddel und Schwimmweste kannst Du von uns bekommen.

Paddeln macht hungrig und durstig. Darum bringe Verpflegung für die Pause mit.

Kursleitung: Susanne Brandenburger

Anmeldung: kanukurse@turakanusport.de

Die Teilnahme ist kostenlos!

Anmeldung Schnupperkurs Kajak am 27. August 2023

Anmeldung

Ich möchte am oben genannten Schnupperpaddeln für Erwachsene teilnehmen

Vorname und Name Kursteilnehmer*in, Geburtsdatum

.....,

Straße, Haus-Nr.

.....

Postleitzahl, Wohnort

.....

Telefon- o. Mobil-Nr.

.....

Meine E-Mail-Adresse

.....

- Ich habe die Erklärung zum Haftungsausschluss und zur Sportgesundheit gelesen und bringe sie zum Beginn des Kurses unterschrieben mit.
- Ich bin damit einverstanden, dass während der Veranstaltung / des Kurses entstandene Foto- oder Videoaufnahmen zu Vereinszwecken von TURA- Kanusport verwendet werden dürfen.

.....

Unterschrift

Es gibt eine Teilnahmebegrenzung. Du erhältst ggf. eine Anmeldebestätigung soweit es die Begrenzung der Teilnehmer:innenzahl zulässt und Deine Kontaktdaten vorliegen.

Auf Wunsch wird der „Europäische Paddel Pass, Stufe 0“ erteilt.

https://www.kanu.de/go/dkv/_ws/mediabase/downloads/freizeit/EPP%20Deutschland/3_EPP-Voraussetzungen_Basisstufe.pdf