www.kanubern.ch KANU KLUB BERN

Kajak Rollenkurs im Hallenbad 2026

Für Einsteigerinnen und Einsteiger sowie Fortgeschrittene Paddler, die weitere Arten der Rolle erlernen und verbessern wollen.

Kursziele:	• Gemeinsames Erlernen/Üben der Kajakbasistechnik im Hallenbad • Umgang mit Kenterung des Kajaks trainieren • Erlernen und festigen der Eskimorolle • Weitere Arten zum Aufrollen des Kajaks erlernen und trainieren (c to c, Sweep Roll, Freestyle Rolle, Handrolle, etc.)
Teilnehmer:	Alle Personen ab 14 Jahren, die schwimmen können und Freude am Wasser und Boot haben.
Kursleiter:	Monika Jost, Marco Pérez und weitere KKB-Leitende
Anmeldung:	Monika Jost, Mobile: 078 776 55 69, Mail: monika@jost.im
Kursdaten:	Teil 1: 22. Oktober – 17. Dezember 2026 Teil 2: 14. Januar – 1. April 2027 Jeweils donnerstags,19.00 – 20.30 Uhr, anschliessend freies üben bis 21.30 Uhr
Treffpunkt:	Vor dem Schul-Lehrschwimmbecken der Sek. Bümpliz. Adresse: Bümplizstrasse 152, 3018 Bern
Mitbringen:	Badesachen, ev. Nasenklammer oder Taucherbrille
Kursgeld:	KKB - Klubmitglieder gratis. Externe: CHF 250.-
Versicherung:	Versicherung ist Sache der Teilnehmer

SWISSLOS Sportfonds Kanton Bern

10.10.2026 / Monika