

J+S Kajakkurs Eskimotieren / Fluss

Kajak Fortgeschrittenen Eskimotierkurs, Basiskurs Fluss in verschiedenen Kanudisziplinen für Jugendliche, die bereits Erfahrung im Kajak haben.



Kursinhalt

- Umgang mit Kenterungen im Kajak üben.
- Erlernen und festigen der Eskimorolle. Eskimotierabzeichen erarbeiten.
- Erlernen und festigen der Kanutechnik auf der Aare in Worblaufen
- Paddeln in unterschiedlichen Kajaktypen und Kajakdisziplinen
- Umgang mit Sicherheit im Kanusport
- Erste Flussfahrten im Wildwasser

Kursleitung

Friedrich (Huck) Witschi, Urs Rohrbach, Raphael Borer, Peter Rapp, und KKB Leiterteam

Kursdaten

Block 1:

10. Januar - 3. April 2020

Jeweils freitags 18.00 - 20.00 Uhr, Hallenbad

Block 2:

23. April - 02. Juli 2020

13. August - 17. September 2020

Jeweils donnerstags 18.00 - 20.00 Uhr, Outdoor

Block 3

16. Oktober - 18. Dezember 2020

Jeweils freitags 18.00 - 20.00 Uhr, Hallenbad

Ort

Hallenbad: Im Schul-Lehrschwimmbecken der Sek. Bümpliz

Outdoor: KKB Bootslager bei der Tiefenaubrücke in Worblaufen

Mitbringen

Hallenbad: Badehose, Badetuch, wenn vorhanden

Nasenklammer und/oder Taucherbrille

Outdoor: Vorhandene Kajakkleider, Neoprenanzug, Kajak- oder Badeschuhe

Anmeldung

Monika Jost-Münger

Schürlimattweg 6

3114 Wichtrach, 078 776 55 69

Mail: monika@jost.im

Kosten

400.- CHF (inkl. Boot, Paddel, Spritzdecke, Schwimmweste und Helm)

Für Klubmitglieder: 300.- CHF (inkl. Klubmitgliedschaft und wird gemeinsam in Rechnung gestellt)

Versicherung

Ist Sache der TeilnehmerInnen



SWISSLOS

Sportfonds
Kanton Bern