

Kajak Einsteigerkurs im Hallenbad 2021

Die faszinierende Welt des Wildwasser Kajaksports kennen lernen.



Kursziele:

- Erlernen der Kajakbasistechnik im Hallenbad
- Umgang mit Kenterung des Kajaks
- Erlernen der Eskimorolle im Kajak (Die Eskimorolle (auch Kenterrolle) ist eine Methode, um ein gekentertes Kajak schnell und ohne aussteigen zu müssen wieder aufzurichten.)

Teilnehmer:

Alle Personen ab 16. Jahren, die schwimmen können und Freude am Wasser und Boot haben.

Kursleiter:

Monika Jost, Marco Perez, Dominic Ruetsch, Martin Wüthrich

Anmeldung:

Monika Jost, Mobile: 078 776 55 69, Mail: monika@jost.im

Kursdauer:

6 x abends, Zeit 19.00 – ca. 21.00 Uhr

Kursdaten:

Donnerstag: 28. Okt., 4., 11., 18., 25. Nov., 2. Dez.

Treffpunkt:

Vor dem Hallenbad des Bachmätteli Schulhauses in Bümpliz

Mitbringen:

Badesachen, ev. Nasenklammer oder Taucherbrille

Kursgeld:

Pro Person CHF 60.- (inkl. Boot, Paddel und Material)

Corona-Info:

Es gilt das Schutzkonzept für den organisierten Sport von Bernbewegt: www.sportamt-bern.ch

Versicherung:

Versicherung ist Sache der Teilnehmer

