

*Auf jedem Boot, das schwimmt und schwabbelt, ist einer drauf, der
dämlich sabbelt...*

Einladung zum Canadierkurs „Ladies only“

- Beginn: Samstag, 22.07.2017 09:00 Uhr
(Anreise am Freitag empfohlen)
- Treffpunkt: Campingplatz Peißenberg
Badstraße 51 - 82380 Peißenberg/Ammer
Tel.: 0 88 03 – 27 97 / Fax: 0 88 03 – 60 8 43 / www.camping-ammertal.de
- Ende: Sonntag, 23.07.2017 ca. 16:00 Uhr
- Unterkunft: Selbstzahler im eigenen Zelt, Wohnwagen, Wohnmobil o.ä.
- Verpflegung: Selbstversorgung, Einkaufsmöglichkeiten vor Ort.
Gemeinsames Abendessen am Samstag
(Kosten hierfür sind in der Teilnehmergebühr enthalten).
- Kursinhalt: Mal ohne männlichen "Beistand" paddeln gehen?
Zeigen was in Frau steckt.
Paddle like a Girl, mit Technik statt Muskelkraft,
Mal solo im Boot Selbstbewusstsein tanken, ich kann's auch alleine
- Veranstalter: Bayerische Einzelpaddler Vereinigung – Gerhard Kring
- Lehrgangsziel: - Basiswissen für die Befahrung von Flüssen
- Flusslesen und Strömungslehre
- Effizientes und körperschonendes Paddeln (Theorie und Praxis)
- Kehrwasser und Fährmanöver
- Teamarbeit im Zweiercanadier
- Ausrüstung und Verhaltensregeln auf dem Wasser
- Retten, Bergen und Sicherheit im Canadier
- Natur- und landschaftsverträgliches Verhalten beim Kanusport
- Ausrüstung: An eigener Ausrüstung ist mitzubringen:
- Canadier, idealerweise mit Auftriebskörper und Paddel
- Schwimmweste, Kopfbedeckung, Helm
- Wärmeschutzbekleidung je nach Witterung, Neopren
Beachtet: Jede von euch wird mal schwimmen!
- Wurfsack, falls vorhanden
- festes Schuhwerk, das auch mal nass werden darf
- wasserdichter Brotzeitbeutel, Wechselkleidung, Trinkflasche
- Bei fehlender Ausrüstung, bitte rechtzeitig bei Gerhard Kring melden,
dem kann sicher abgeholfen werden.
- Kosten: BE-Mitglieder: 30 € pro Teilnehmer, Schüler u. Jugendl. frei.
Nichtmitglieder BE: 40 € pro Teilnehmer. Schüler u. Jugendl. 10€
- Anmeldung: **Bis spätestens** 09.07.2017 bei Gerhard Kring
Am Kornacker 2 - 84056 Rottenburg
- Tel.: 0 87 81- 91 50 90 - Mobil: 0151 - 228 77 224 - E-Mail: gerhard-kring@gmx.de