

Aktivpark Bergheide - Kanu

Basisqualifikation Kanu

Dauer: 2,5 Tage

Inhalte:

Erlernen der Grundlagen des Kanufahrens in Theorie und Praxis auf zahmen Fließgewässern: Handhabung von Kanu, Paddel, Schwimmweste; verschiedene Paddelschläge; richtiges Verhalten bei Kenterungen; verschiedene Techniken zur Material- und Selbstbergung; Grundlagen der Rettung und Bergung (Wurfsack); Gefahren erkennen und entsprechend handeln; Kehrwasser Ein- und Ausfahrten; „Fluss-Lesen“; Naturschutz und Verhaltensregeln auf dem Wasser; Tourenplanung; gängige Signale und Handzeichen; Sicherheitseinweisung / Briefing-Checkliste; Kanuspiele und warm-ups;

Ziel:

Beherrschen der Grundlagen des Kanufahrens. Die Teilnehmer sind nach der Teilnahme am Seminar in der Lage, Kanutouren auf Zahmwasser als Co-Trainer zu begleiten.

Zertifikat:

Teilnahmebestätigung mit Inhalten des Seminars

Teilnehmerzahl:

Mindestens 5 TN, maximal 10 TN

Preis:

220.- € plus 45.- € Materialmiete