

# **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:**

350,00 €