

# Kanupark Markkleeberg Wildwasser-Kajak-Schule Anfängerkurs 2012



## - Ziel:

Das Erlernen von Grundtechniken des Kajakfahrens, Bootsbeherrschung bis hin zum Befahren von leichtem Wildwasser (WW I - II).

## - Voraussetzungen:

- Mindestalter 16 Jahre
- Fähigkeit des Schwimmens
- allgemein guter körperlicher Zustand

## - Mitzubringen sind:

- Badebekleidung, T-Shirt, Handtuch, Badelatschen, Duschutensilien, ggf. Schwimm-/Taucherbrille für Kenterbrückentraining
- Verpflegung

## - Theorie:

- Materiallehre
- Grundtechniken
- Rettungstechniken
- Strömungslehre

## - Praxis Zahmwasser:

- Grundtechniken/-schläge (vorwärts, rückwärts, etc.)
- Bootsgefühl und -sicherheit (Stützen, Kanten, Abfangen etc.)
- Einführung Kenterbrücke, ggf. Kenterrolle

## - Praxis Wildwasser:

- Grundmanöver (Seilfähre, Ausschlingen, etc.)
- sicheres Befahren von Stromschnellen

## - Zeitplan:

### *Freitag:*

- **16.00 - 17.00 Uhr**  
Theorie/  
Materiallehre
- **17.30 - 19.00 Uhr**  
Grundtechniken  
Zahmwasser  
Kenterbrücke

### *Samstag:*

- **09.00 - 11.00 Uhr**  
Heranführen an  
Wildwasser
- **11.00 - 12.30 Uhr**  
Pause
- **12.30 - 13.30 Uhr**  
Grundtechniken  
Zahmwasser
- **13.30 - 15.00 Uhr**  
Grundmanöver  
Wildwasser
- **15.00 - 16.30 Uhr**  
Pause
- **16.30 - 17.30 Uhr**  
Grundtechniken  
Zahmwasser  
Kenterbrücke/-rolle
- **17.30 - 19.00 Uhr**  
Grundmanöver  
Wildwasser

### *Sonntag:*

- **09.00 - 11.00 Uhr**  
Grundtechniken  
Wildwasser
- **11.00 - 13.00 Uhr**  
Kajak-Duo-Fahrten  
Nachbereitung

## - Konditionen:

- Mindestteilnehmerzahl: 4 Personen
- Maximalteilnehmerzahl: 8 Personen
- Preis pro Teilnehmer: 169,00 EUR
- Materialgebühr: 30,00 EUR  
(Berechnung nur bei Bedarf)

## - Termine 2012:

- 11. - 13.05.2012
- 08. - 10.06.2012
- 06. - 08.07.2012
- 10. - 12.08.2012
- 07. - 09.09.2012

**Anmeldung per Onlinebuchungssystem  
unter [www.kanupark-markkleeberg.com](http://www.kanupark-markkleeberg.com)**