

Ausschreibung Paddeltechnik-Tage 2023

Liebe Wanderpaddler:innen,

Ralph hat uns angeboten Paddeltechniken in Theorie und Praxis zu vermitteln. Das Angebot richtet sich an alle, sowohl Anfänger als auch erfahrene Paddler. Es geht um die Vermittlung von Grund- und Aufbautechniken.

Hierzu haben wir als Pilotprojekt drei zusammenhängende Termine vorgesehen:

1. Termin: Sa. 25.3. Theorie im Bootshaus und Anwendung auf dem See. Treffpunkt um 10 Uhr am Bootshaus KKM, Ende gegen 17 Uhr.

-Vormittags: Erläuterung von Paddeltechniken und Trockenübungen im Feier-/Schulungsraum des KKM in der 1. Etage: Ein- und Aussteigen, Ziehschlag, Bogenschlag, Kanten, Wriggen, flache und hohe Paddelstütze, Canadier-/Duffekschlag, Seilfähre, Kehrwasserfahren, Haltung und Arbeit mit Beinen und Oberkörper.

Ein gemeinsames Mittag Essen organisieren wir dann in der Gruppe.

-Anschließend laden wir die **Kurzboote** auf und fahren zum Fühlinger See, wo wir die Theorie durch Anwendung der Technikübungen in die Praxis umsetzen.

2. Termin: So. 26.3. Paddeltour mit Umsetzung auf einem Kleinfluss (abhängig vom Wasserstand Wupper, Agger, Sieg o.ä.). Treffpunkt 10 Uhr Bootshaus KKM.

3. Termin: Sa. 1.4. Wiederholung und Anwendung/Vertiefung. Treffpunkt 10 Uhr Bootshaus KKM.

Die Teilnehmerzahl ist auf 10 Personen, jeweils im **Kurzboot**, begrenzt. Wir bitten um verbindliche Anmeldung bis spätestens 5. März 2023, damit wir die Tage gut planen können.

Viele Grüße,

Martyna, Ralph, Elke

