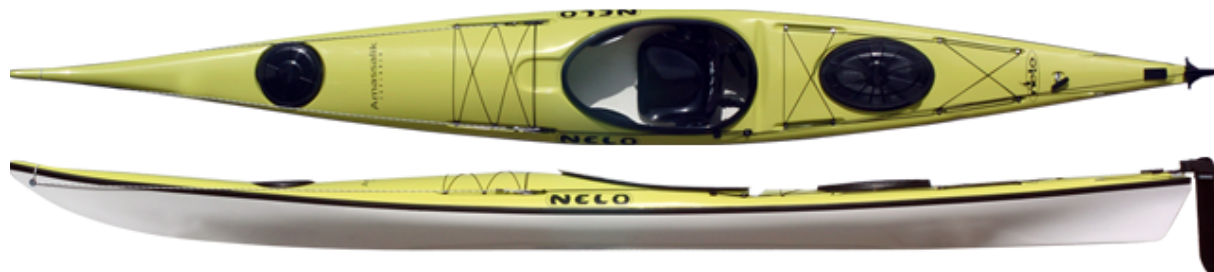


Aufbaukurs im Kajak

Dauer 1 Tag



Der Aufbaukurs im Seekajak und/oder Surfski baut unmittelbar auf den Basis Kurs auf. Bei diesem Kurs vermitteln wir sehr viel Essentielles und paddeln bedeutend mehr Strecke als im ½-Tages Kurs. Wir führen den Kurs in der Kanuschule Bodensee im Strandbad Arbon durch und du wirst den Tag auf dem Wasser mit uns sicher geniessen.

- Inhalte:
- Sicherheitsausrüstung
 - Erweiterte Vorwärtstechnik „effizient Paddeln“
 - Weitere wichtige Paddelschläge
 - Kentern und Wiedereinsteigen auf dem Wasser
 - Streckenpaddeln

- Ziele:
- Du paddelst lockerer und effizienter
 - Du weisst dir nach einer Kenterung zu helfen
 - Du kannst andern bei einer Kenterung helfen
 - Du kannst eine kleine Tour unternehmen
 - Du hast Spass im und mit dem Boot

- Voraussetzungen:
- Freude am Wasser
 - Gute Schwimmkenntnisse
 - Du fühlst dich fit
 - Basiskurs im Kajak

Versicherung ist Sache der Teilnehmer
Mindestens 4 Teilnehmende / Kurs
Kosten: 195.- / Person inkl. Material und 8% Mwst.