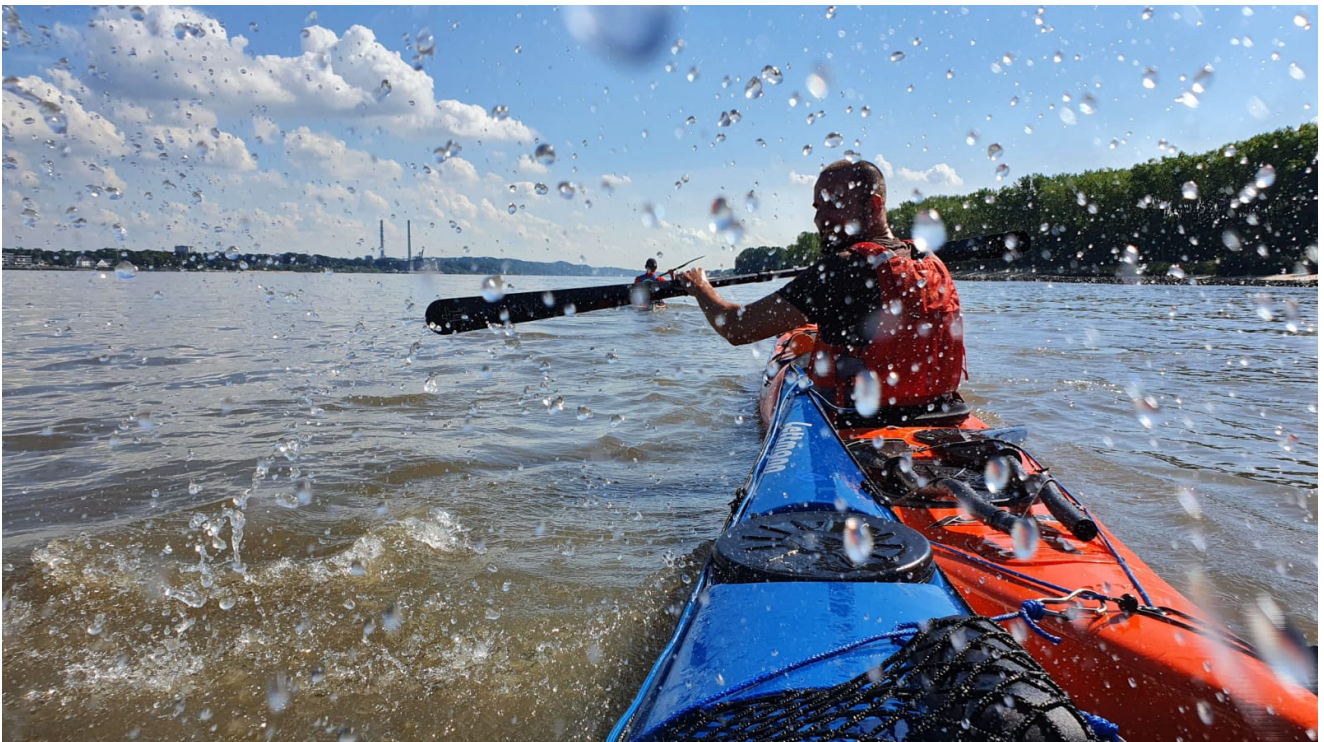


## **Ausschreibung Seekajak-Grundkurs**

Die Unterelbe in Hamburg mit Tide, Wind und Wellen, den Elbinseln sowie reger Seeschifffahrt ist ein perfektes Übungsrevier für das Seekajakfahren auf größeren Seen, Flüssen und Küstengebieten. Der Seekajak-Grundkurs besteht aus fünf Abendterminen und einem Wochenende, an dem wir eine Gepäckfahrt mit Übernachtung mit Zelten zur Elbinsel Lühesand planen (Durchführung ist wetterabhängig!).

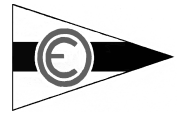


### **Kursinhalte:**

Die KursleiterInnen vermitteln alle notwendige Kenntnisse der Sicherheitstechnik (Partner-Wiedereinstieg, Schleppübungen) und der Paddeltechnik, sowie die notwendigen Fertigkeiten für das Seekajakfahren bei Tidenströmung und Wellen (Vorwärtsschlag, Steuerschläge sowie Kanten und Stützen). Das Seekajak mit Spritzdecke sowie Paddel und Schwimmweste werden gestellt.

### **Mitzubringen:**

- Paddel-Grundkenntnisse und solide Grundfitness
- Persönliche Ausrüstung: optimalerweise zumindest teilweise Neoprenbekleidung, eine Paddel- oder Regenjacke sowie Schuhe, die nass werden dürfen (es finden immer wieder Übungen auch im Wasser, nicht nur auf dem Wasser statt!)



- Campingausrüstung für die Abschlussfahrt: Zeltausrüstung, die in ein Boot passt, vergleichbar mit dem Gepäckvolumen, das auch auf einer Radreise benötigt wird (kleines Zelt, Schlafsack, Isomatte, ausreichend Verpflegung /Getränke).

**Termine:** 08.06., 15.06., 22.06., 29.06. und 06.07. (alle Di), jeweils von 18:00-21:00 Uhr sowie 09.-11.07. (Freitag ab 16:30 Uhr).

**Ort:** Ring der Einzelpaddler / Faltbootgilde e. V. Hamburg, Falkensteiner Ufer 2-4, 22587 Hamburg.

**Anfahrt:** Mit dem Rad die Elbe entlang bis Blankenese oder alternativ mit der S-Bahn bis Blankenese und dann mit dem Bus Linie 448 bis zur Haltestelle Falkentaler Weg.

**Kosten:** 90,- / 110,- / 130,- (Studierende /Mitarbeiter /Gäste). Wenn du nach dem Kurs auf der Unterelbe weiterpaddeln möchtest, kannst du Mitglied im Verein „Ring der Einzelpaddler“ werden und bekommst auf den Jahresbeitrag 2021 von der Kursgebühr 80,- € angerechnet.

#### **Hinweise zu Corona:**

- Kajakfahren ist ein kontaktarmer Draußensport. Bitte achte aber auch außerhalb des Wassers immer auf einen ausreichenden Abstand zu anderen (mind. 1,50 m).
- Der Kurs findet inklusive theoretischer Einheiten ausschließlich draußen statt. Bitte bringe entsprechende wetterfeste Kleidung mit!
- Bei Ankommen am Vereinsgelände registriere dich bitte unmittelbar über die Luca-App und melde dich nach Verlassen des Vereinsgeländes wieder ab.
- Die Toiletten können genutzt werden, Umkleiden und Duschen sind jedoch nicht nutzbar.
- Innerhalb des Gebäudes musst du eine OP- oder FFP2 Maske tragen.
- Darüber hinaus gelten die aktuelle Hamburger Verordnung sowie ergänzend das Hygienekonzept des Vereins, das auf Anfrage gern übersendet wird.