



Hamburger KC: Kursprogramm 2020

KAJAK- UND CANADIERKURSE PADDLEN MIT ERFAHRUNG

KAJAK I (Für Einsteiger)

Kursteilnehmer/innen müssen schwimmen können! Kosten: Erwachsene: 80,- Euro; Kinder/Jugendliche (b. 17 J.): 40,- Euro; ermäßigt (z.B. Stud./Azubi u.ä.): 60,- Euro; jeweils incl. Ausgabe eines Europäischen Paddelpasses (EPP); Der Kursbeitrag ist am ersten Kurstag in bar zu zahlen! Dauer der Kurse: 4 Tage, i.d.R. 1 Tag pro Woche.



KURSBEZEICHNUNG	TAG	ZEITRAUM	UHRZEIT
Kurs A1/20	Di.	07.04. – 28.04.	17.30 – 19.30 h
Kurs A2/20	Mi.	22.04. – 13.05.	18.00 – 20.00 h
Kurs A3/20	Di.	12.05. – 02.06.	18.30 – 20.30 h
Kurs A4/20	Mi.	27.05. – 17.06.	18.00 – 20.00 h
Wochenendkurs A5/20	Sa./So.	13./14.06. u. 20./21.06.	15.00 – 17.00 h
Express-Kurs A6/20	Di./Mi.	23./24.06. u. 30.06./01.07.	18.00 – 20.00 h
Wochenendkurs A7/20	Sa./So.	27./28.06. u. 04./05.07.	15.00 – 17.00 h
Express-Kurs A8/20	Di./Mi.	21./22.07. u. 28./29.07.	18.30 – 20.30 h
Wochenendkurs A9/20	Sa./So.	25./26.07. u. 01./02.08.	15.00 – 17.00 h
Kurs A10/20	Di.	04.08. – 25.08.	18.30 – 20.30 h
Kurs A11/20	Di.	01.09. – 22.09.	17.30 – 19.30 h

Inhalt der Kurse:

TAG 1: Boots- und Materialkunde, Ein- und Aussteigen, Grund- u. Bogenschlag
TAG 2: Technikvertiefung, Brems- und Stütztechnik, Rückwärtsfahren
TAG 3: Ziehschlag, Richtung halten ohne Steuer, Kenterübung
TAG 4: Unternehmung einer Tour auf der Alster

KAJAK II inkl. Tagestour (Für Fortgeschrittene)

Voraussetzung: Kajak I oder gleichwertige Kajakerfahrungen.
Kosten: Erwachsene: 90,- Euro; Kinder/Jugendliche (b. 17 J.): 50,- Euro; ermäßigt (z.B. Stud./Azubi u.ä.): 70,- Euro; jeweils zzgl. bis zu 5,- Euro Bustransferkosten; incl. Ausgabe eines Europäischen Paddelpasses (EPP); Kursbeitrag ist am ersten Kurstag in bar zu zahlen! Dauer der Kurse: 3 Tage

KURSBEZEICHNUNG	TAG	ZEITRAUM	UHRZEIT
Kurs F1/20	Di.	07.07. u. 14.07.	18.30 – 20.30 h
	Sa.	18.07.	10.00 – 16.00 h
Kurs F2/20	Do.	06.08. u. 13.08.	18.30 – 20.30 h
	Sa.	15.08.	10.00 – 16.00 h

Inhalt der Kurse:

TAG 1: Die richtige Technik, Haltungsschäden vermeiden, Kenterübung, Kennenlernen der Alsterkanäle
TAG 2: Theorie: Befahren von Binnengewässer, Rettungs- und Sicherheitsausrüstung, Knoten
TAG 3 (Tagestour): Bootstransport, Fahrt auf einem Fließgewässer (Oberalster), Ankanten, Umkanten, Kehrwasser, Sicherheits- und Umweltaspekte



CANADIER („Indianer – Kanu“)

Keine Vorkenntnisse erforderlich. Kosten: Erwachsene: 50,- Euro; Kinder/Jugendliche (b. 17 J.): 20,- Euro; Ermäßigt (z.B. Stud./Azubi u.ä.): 30,- Euro; Der Kursbeitrag ist am (ersten) Kurstag in bar zu zahlen!

KURSBEZEICHNUNG	TAG	ZEITRAUM	UHRZEIT
Kurs C1/20	Sa.	16.05.	10.00 – 17.00 h
Kurs C2/20	Sa.	27.06.	10.00 – 17.00 h

Inhalt der Kurse:

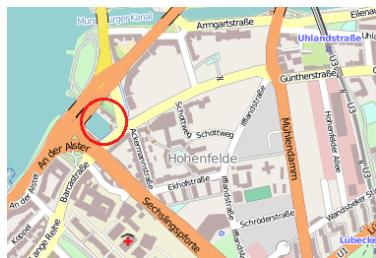
Richtung halten, Paddelschläge und Technik, Souveränes Vorwärtskommen mit Steuerschlag

RENNKAJAK- UND KANUPOLO-EINFÜHRUNGEN

Voraussetzung: Kajak I oder gleichwertige Kajakerfahrungen
Die Einführungen finden im Rahmen des Rennsports- bzw. Kanupolo-Trainings statt.

Kursort:
Hamburger Kanu Club e.V.
Barcastraße 13
22087 Hamburg

Kontakt:
Tel.: 040 2209005
Fax: 040 21999970
info@hamburger-kanu-club.de



Voraussetzungen und wichtige Infos:
Schwimmkenntnisse zwingend erforderlich, Sportbekleidung ist mitzubringen, Umkleieräume & Wertschließfächer sind vorhanden

Anmeldung und weitere Informationen:
per Anmeldeformular auf der Internetseite!
www.hamburger-kanu-club.de/kurse
kurse@hamburger-kanu-club.de

Der Hamburger Kanu Club e.V. behält sich das Recht vor, einen Kurs bei unzureichender Teilnehmeranmeldung kurzfristig abzusagen!