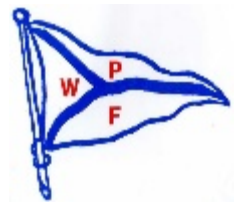


SICHERHEITSTRAINING AM WPF mit Frank und Manfred



Liebe Paddlerinnen und Paddler des WPF,
inzwischen ist es schon eine Tradition, dass wir vom WPF ein
Sicherheitstraining für unsere Mitglieder anbieten. Dieses Jahr werden wir es am

Sonntag, dem 13. August 23 von 10:00 bis 16:00 Uhr

durchführen.

Wir werden kurz verschiedene Teile einer Sicherheitsausrüstung vorstellen und uns über vorausschauendes und verantwortungsvolles Planen einer Paddeltour austauschen.

Den größten Teil der Zeit werden wir aber praktisch üben.

Bei Bedarf beginnen wir mit dem unterstützten Ausstieg in's Wasser bis hin zum sicheren Ausstieg unter Wasser mit Lösen der Spritzdecke.

Verschiedene Wiedereinstiegstechniken bilden den Kern der Veranstaltung.

Abrunden möchten wir das Ganze dann mit Assistenztechniken wie unterschiedlichen Schlepptechniken und Möglichkeiten, andere Boote zu stabilisieren.

Wir üben mit möglichst mit den Booten, mit denen ihr auch sonst paddelt, also eigenen Seekajaks und den Vereinsbooten.

Mitzubringen sind lediglich Paddel- bzw. Badebekleidung und wenn vorhanden ein eigenes Boot und eine Schwimmweste.

Wer hat bringt bitte auch Schleppleinen und Paddelfloat mit, falls ihr sowas habt.

Eine Schwimmbrille, eine Nasenklemme und je nach Wassertemperatur und Gewöhnung Kälteschutzkleidung können ebenfalls sinnvoll sein.

Meldet euch bitte bei mir per E-Mail unter manfredrose@web.de an, damit wir besser planen können.

Mit sportlichen Grüßen,
Manfred Rose