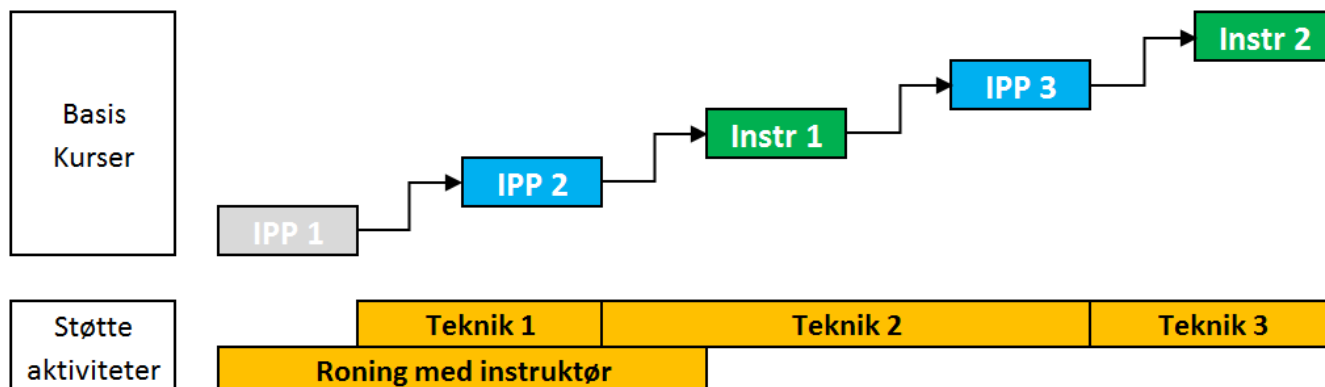


Kursusmuligheder i 2017

Sidst revideret den 15/4-2017

Hvis du vil lære at ro kajak, så har vi mange kursusmuligheder i Kerteminde Kajakklub. Først og fremmest vil vi invitere dig til at deltage i et **Åbent Hus-arrangement**, som vi har 8 af i løbet af 2017. Det kan du læse om under "Åbent Hus – kom og prøv en kajak".

Derudover har vi IPP 1 - 3 kurser, Instruktør 1 og -2 kurser samt en række støtteaktiviteter som teknik 1, 2 og 3 til at forberede dig til kurserne, for at vedligeholde dine færdigheder eller for at starte op igen efter en (vinter) pause.



Niveau	Formål
IPP1	Hensigten med dette niveau er at opmuntre og motivere til sikkerhed og ansvarlighed på vandet, og vise de muligheder og gode oplevelser der ligger i kajakroning. Niveauet indeholder grundlæggende håndtering af kajakken under hensyntagen til udstyr og miljø. Niveauet består ved løbende evaluering.
IPP2	Niveauet dækker grundlæggende færdigheder på fladt vand. Fokus er lagt på kontrol og manøvrering af kajakken. Forståelse af årsag og effekt vægtes højere end evnen til at udføre perfekte tag. På dette niveau lægges der vægt på sikkerhed og der trænes teknikker til at tage vare på sig selv og andre. Niveauet fungerer som "frigivelseskrav" i kajakklub-sammenhæng. Niveauet består ved evaluering
IPP3	Niveauet sigter på sikker roning på havet i vindstyrker på op til 5-8 m/s. Fokus er lagt på udvikling af roerens evne til at vurdere forholdene, håndtere problemer der opstår, assistere ved redninger og videreudvikling af egenfærdigheder. Roere på niveau 3 har opnået et vist erfaringsniveau og er således ikke længere at betragte som begyndere. Niveauet består med prøve.

IPP1-kursus - start i et roligt tempo

Når du er meldt ind i klubben, er der 3 muligheder for kurser. Du kan deltage i et **begynderkursus eller IPP1-kursus**, der foregår på alle fredage kl 18-20 i perioden 26/5 -30/6 og 28/7 – 21/10. Det koster 25 kr pr. gang. Her får man afpudset de grundlæggende færdigheder og kan i et roligt tempo gøre sig klar til at komme på et frigivelseskursus (IPP2-kursus).

IPP2-kursus - frigivelseskursus

Du kan også gå direkte på et "frigivelseskursus" hvilket også er et IPP2-kursus. Vi har siden 2006 gennemført 4-6 kurser hvert år med stor succes og 40-60 er frigivet hvert år.

Når du tilmelder dig kurset, så forventer vi, at du er i "normal fysisk form". Det betyder fx, at du ikke er kraftig overvægtig eller har skader, der gør, at du ikke i løbet af kurset kan lære at komme ned i og op af kajakken ved flydebroen eller ved stranden eller op i den fra vandoverfladen.

Vi forventer også, at du før eller i løbet af kurset træner dig op til at svømme 600 meter i svømmehallen (24 baner) uden pause/hvil, og at du ikke oplever direkte angst ved at få hovedet under vand. At være nervøs ved at skulle i vandet, er noget vi alle oplever. I forhold til alder, så har vi prøvet at frigive kursister, der var i aldersgruppen fra 12 til 72 år, så alderen er i sig selv ikke en begrænsning, men det kan den fysiske formåen jo godt være.

Hvis du har skader eller andet, som gør dig betænkelig ved at tilmelde dig et kursus, så kontakt formanden eller instruktøren, så vi kan tale om det. Måske kan vi lave en særaftale af en eller anden slags.

Vi forventer også, at du oplyser til instruktøren, hvis du lider af en eller anden form for sygdom eller er i behandling, så vi kan tage de fornødne forholdsregler. Det kan for eksempel dreje sig om dårligt hjerte, diabetes, kræft mm.

Hvad skal man egentlig kunne efter kurset for at blive frigivet i havkajak i Kerteminde Kajakklub? Man skal kunne færdigheder, svarende til "IPP2 i havkajak" som beskrevet på DKF's hjemmeside, og så skal man:

- Have svømmet 600 meter i svømmehallen = 24 baner.
- Have roet mindst 50 km i havkajak. De 20 km ror man på kursusdagene, og de resterende 30 km ror man om torsdagen ved roning med instruktør.
- Vide noget om vejr og vind, kajak, sikkerhed, klubbens sikkerhedsbestemmelser og om kajakklubben.

Som medlem tilmelder du dig et hold på hjemmesiden på www.kerteminde-kajak.dk under den første dag på kurset i kalenderen. Kurset koster 1.100 kr, når du er medlem. Kursusafgiften går fuldt ud til uddannelse af instruktører. Kursusafgift indbetales på klubbens konto: reg. nr.: 6864 og konto nr.: 1047094, inden kursusstart med angivelse af navn, medlemsnummer og kursus.

Kurset forløber typisk over 7 aftener og en hel dag. Hertil er der mulighed for at komme med på "roning med instruktør" på alle torsdage kl 18.00 – 21.00. Instruktørerne ser undervejs, om du opfylder de krav, der er til frigivelse. Der er ikke prøve. Vi lægger vægt på, at man så vidt som det overhovedet er muligt kommer hver gang og deltager i hele kurset og især den sidste dag.

Hold 1 i april-juni 2017

Tilmelding på hjemmesiden i kalenderen under lørdag den 22. april. Søren Ørskov er instruktør.

- Lørdag den 22. april i svømmehallen i Munkebo kl 12.00 – 17.00.
- Mandag den 8. maj kl 18.00 – 21.00
- Mandag den 15. maj kl 18.00 – 21.00
- Mandag den 22. maj kl 18.00 – 21.00
- Mandag den 29. maj kl 18.00 – 21.00
- Mandag den 5. juni kl 18.00 – 21.00
- Mandag den 12. juni kl 18.00 – 21.00
- Mandag den 19. juni kl 18.00 – 21.00
- Søndag den 25. juni kl 9.00 – 17.00 På tur - evaluering på vandet

Hold 5 i april-juni 2017

Tilmelding på hjemmesiden i kalenderen under søndag den 30. april.

- Søndag den 30. april i svømmehallen kl 13.00 – 18.00
- Tirsdag den 16. maj kl 18.00 – 21.00
- Tirsdag den 23. maj kl 18.00 – 21.00
- Tirsdag den 30. maj kl 18.00 – 21.00
- Tirsdag den 6. juni kl 18.00 – 21.00
- Tirsdag den 13. juni kl 18.00 – 21.00
- Tirsdag den 20. juni kl 18.00 – 21.00
- Tirsdag den 27. juni kl 18.00 – 21.00
- Lørdag den 1. juli kl 9.00 – 17.00 På tur - evaluering på vandet

Hold 2 i august

Tilmelding på hjemmesiden i kalenderen under mandag den 7. august. Stefan Jensen er instruktør.

- Mandag den 7/8 kl 18.00 – 21.00
- Mandag den 14/8 kl 18.00 – 21.00
- Mandag den 21/9 kl 18.00 – 21.00
- Mandag den 28/8 kl 18.00 – 21.00
- Mandag den 4/9 kl 18.00 – 21.00
- Mandag den 11/9 kl 18.00 - 21.00
- Mandag den 18/9 kl 18.00 – 21.00
- Lørdag den 23/9 kl 9.00 - 17 med den afsluttende evaluering og grillfest bagefter.

-

Hold 3 i august

Tilmelding på hjemmesiden i kalenderen under tirsdag den 15. august. Per Gøse er instruktør

- Tirsdag den 15/8 kl 18.00 – 21.00
- Tirsdag den 22/8 kl 18.00 – 21.00
- Tirsdag den 29/8 kl 18.00 – 21.00
- Tirsdag den 5/9 kl 18.00 – 21.00
- Tirsdag den 12/9 kl 18.00 – 21.00
- Tirsdag den 19/9 kl 18.00 – 21.00
- Tirsdag den 26/9 kl 18.00 – 21.00
- Lørdag den 30/9 kl 9.00 - 17 med den afsluttende evaluering og grillfest bagefter.

Hold 4 i august

Tilmelding på hjemmesiden i kalenderen under onsdag den 23. august. Mathias Torbjørn Høi er instruktør.

- Onsdag den 23/8 kl 18.00 – 21.00
- Onsdag den 30/8 kl 18.00 – 21.00
- Onsdag den 6/9 kl 18.00 – 21.00
- Onsdag den 13/9 kl 18.00 – 21.00
- Onsdag den 20/9 kl 18.00 – 21.00
- Onsdag den 27/9 kl 18.00 – 21.00
- Søndag den 1/10 kl 18.00 - 21.00
- Lørdag den 7/10 kl 9.00 - 17 med den afsluttende evaluering og grillfest bagefter.

Hurtigt – frigivelse på 1 dag - Turbofrigivelse

Hvis du kan det hele eller det meste i forvejen fx ved at have roet turkajak i mange år, eller hvis du har været på et kursus tidligere, kan du tage med på vores turbo-frigivelseshold og blive frigivet i løbet af 1 dag. Det afholder vi søndag den 28. maj og søndag den 26. august, begge dage kl 9.00 – 17.00. Kurset koster med IPP-bevis mm 600 kr.

Turbokurset er både undervisning og en afprøvning af, om du kan alle elementerne i IPP2. Vi kan ikke love dig, at du består, men hvis du kan redningerne og er vant til at ro kajak, så er du godt på vej. Tilmelding for medlemmer på hjemmesiden i kalenderen henholdsvis under søndag den 28/5 og den 26/8.

IPP3-kursus/prøve

Hvis du ønsker at prøve kræfter med næste niveau, er vi begyndt at udbyde IPP3 kurser og prøver i Kerteminde Kajakklubs regi.

Du skal som minimum have IPP 2 el. tilsvarende samt roet tre forskellige ture i vindstyrke 5-8 m/s, samt have roet min. 100 km indenfor 1 år. Derudover skal man kunne udføre et rul.

Kurset forløber over 2 hele dage, typisk med en måned imellem, så man får mulighed for at træne de teknikker, man ikke er helt sikker nok i. I modsætning til IPP1 og IPP2 - hvor man bliver evalueret - skal man her op til en IPP3 prøve med både eksaminator og censor. Både instruktør til kurset samt eksaminator og censor til prøven vil typisk være eksterne instruktører godkendt af DKF.

Derudover er både kursus og prøve åbent for kursister der ikke er medlemmer af Kerteminde Kajakklub.

Som medlem tilmelder du dig på hjemmesiden på www.kerteminde-kajak.dk. Husk at tilmelde dig begge kursus dage samt prøvedagen.

Kurset koster 1.600 kr. og prøven 800 kr. for ikke medlemmer.

Kurset koster 800 kr. og prøven 400 kr. når du er medlem.

Kerteminde Kajakklub betaler for aktive instruktører i klubben i 2017, når det er aftalt med Stefan. Kursusafgiften går bl.a. til betaling af de eksterne instruktører.

Kursusafgift indbetales på klubbens konto: reg. nr.: 6864 og konto nr.: 1047094, inden kursusstart med angivelse af navn, medlemsnummer og kursus.

Instruktør 1 kursus

Brænder du for at videreformidle dine færdigheder,

Så er det måske noget for dig at blive DKF Instruktør 1 i Havkajak eller "hjælpeinstruktør", som det kaldes i daglig tale. Du vil få opkvalificeret dine egne færdigheder og få nye undervisnings-

kompetencer. Målet er, at du bliver i stand til at virke som hjælpeinstruktør på klubbens kurser

Marinavejen 6 i Kerteminde
www.kerteminde-kajak.dk
Formand: Gorm Rønved Larsen
Stejlestræde 2
5300 Kerteminde
Tlf: 27 59 04 52
Mail: gorm.larsen@exito.dk



og arrangementer. Kurset gør dig i stand til at tage godt imod nybegyndere, og på en sikker og forsvarlig måde gøre deres første møde med kajakporten til en god, sjov og lærerig oplevelse. Du lærer at formidle brugen af udstyr og de første tag på vandet. Thomas Bjerg er instruktør på kurset.

En Instruktør 1 er en hjælpeinstruktør, der kan bistå en Instruktør 2 med begynderundervisning og frigivelseshold og selvstændigt undervise på IPP1-niveau.

Klubben står selv for uddannelsen, da det giver os mulighed for at tilrettelægge kurset til vores forhold og krav.

Tidspunkter og krav:

- Søndag den 2. april kl.10-17- teori og svømmehal (Klubhuset og Munkebo Svømmehal)
- Søndag den 23. april kl.10-17 – på vandet i Kerteminde.
- Endvidere skal du som en del af uddannelsen, som minimum deltage som hjælpeinstruktør (sidemandsoplæring) på et af de frigivelseskurser, der afholdes i 2016, samt på to åbent hus-arrangementer, to IPP1 kurser og to torsdagsroninger.
- Godkendelse som instruktør 1 i DKF-regi, kræver 6 timers førstehjælpskursus. Klubben udbyder med mellemrum kurset og deltagelse er gratis for instruktører.
- Der føres logbog, som skal godkendes af instruktøren (Thomas).

Nuværende hjælpeinstruktører som føler sig lidt rustne eller som gerne vil have vedligeholdt egne færdigheder og undervisningskompetencer er også meget velkomne. Kurset er gratis for klubbens medlemmer.

Videre fra instruktør 1 - instruktør 1½

Vi laver et kursus for dig, der allerede er instruktør 1, og kunne tænke dig at løfte dig i forhold til instruktør 1 måske overvejer du på sigt at tage instruktør 2. Så kan dette kursus være en god vej at gå og få noget ekstra erfaring.

Hovedparten af indholdet i kurset er at instruere andre i forbindelse med Teknik 1 og teknik 2. Vores nuværende instruktør-2'ere er supervisorer på forløbet, og er med hele tiden. Vi aftaler i forvejen, hvad der skal arbejdes med/instrueres i, så du er vel forberedt. Og vi snakker om forløbet efterfølgende hver gang. Vi laver også sammen en liste over øvelser og gode råd og ideer. Der foreligger allerede en bruttoliste, som du får adgang til, og som vi supplerer og forbedrer undervejs.

Det kommer også til at dreje sig om at udnytte de fysiske mulighederne på stedet bedst muligt og udnytte, vejr, bølger og strøm så det fungerer godt i forhold til at give kursisterne den bedst mulige oplevelse, uden at gå ud over deres grænser.

Kurset er naturligvis gratis at deltage i.

Marinavejen 6 i Kerteminde
www.kerteminde-kajak.dk
Formand: Gorm Rønved Larsen
Stejlestræde 2
5300 Kerteminde
Tlf: 27 59 04 52
Mail: gorm.larsen@exito.dk



Instruktør 2 kursus

Kerteminde kajakklub tilbyder et Instruktør 2 kursus i efteråret 2017, tidspunkt er endnu ikke fastlagt.

Niveaubeskrivelse: En DKF instruktør 2 (hav) behersker metoder til videreformidling af både grundlæggende og let avancerede teknikker og færdigheder i havkajak. Vedkommende kan introducere nybegyndere til havkajakroning og struktureret undervisningsforløb for let erfarne roere samt fungere som turleder på ture af flere dages varighed langs kysten under hensyntagen til natur, miljø og regler for færdsel.

Kompetencer: Kan undervise og certificere på DKF instruktør 1 (hav) og fungere som hjælpeinstruktør på IPP 3 (hav).

- kan undervise og certificere på IPP 1-2 (hav)
- kan lede grupper bestående af roere på et lavere niveau på ture langs kysten (med overnatning) i kendt farvand fra 1. april – 31. oktober) i op til 8 m/sek.

Forudsætning for at gå på kursus:

- Min. 18 år
- IPP 3 (hav)
- DKF instruktør 1 (hav)
- Det anbefales, at kursisten har opsamlet undervisningserfaring inden Instruktør 2 kurset.

Forudsætninger for at gå til prøve:

- Godkendt førstehjælpsbevis (min. 6 timer).
- Gennemført DKF instruktør 2 (hav) kursus.
- Have roet min. 150 km og eller 100 timer indenfor 1 år i forskelligt farvand under varierende forhold og ved forskellige vejrtyper.
- Have prøvet at krydse over åbent vand min. 3 km.
- Minimum én 2 dages tur med overnatning og pakning af kajak
- Roerfaring skal fremgå af logbog/erfaringsbeskrivelse

Marinavejen 6 i Kerteminde
www.kerteminde-kajak.dk
Formand: Gorm Rønved Larsen
Stejlestræde 2
5300 Kerteminde
Tlf: 27 59 04 52
Mail: gorm.larsen@exito.dk



Frigivelseskursus i turkajak

Når du ror turkajak i Kerteminde Kajakklub er du frigivet i turkajak. Kerteminde Kajakklub afholder frigivelseskursus (IPP2) i turkajak i foråret 2016. Gorm er instruktør og Jens Mikkelsen er hjælpeinstruktør.

Kurset starter med 2 lørdage i svømmehallen, hvor vi lægger vægt på at øve redningerne.

Roning med instruktør: torsdag den 2/6, 9/6, 16/6 og den 23/6 kl 18 - 21.

For at blive frigivet i turkajak er du frigivet i havkajak, skal bestå IPP2 i turkajak på kurset, have svømmet 600 meter og have roet mindst 50 km i turkajak i 2017.

En turkajak er en forholdsvis let (14-16 kg) og åben kajak, hvor du sidder med benene op midt i cockpittet. Og så er den oftest hurtigere end en havkajak. Turkajakker er meget lette at håndtere, men redninger og roning er anderledes end i havkajak. Vi skal også lære at ro med wing-pagaj. Klubben har 7 turkajakker, og vi kan således maksimalt være 7 på kurset.

Støtteaktiviteter

Til at understøtte de forskellige kurser udbyder Kerteminde Kajakklub en række støtteaktiviteter, som også kan benyttes, hvis du føler dig lidt rusten i dine redninger, eller du vil på vandet igen efter en (vinter) pause.

Her skal specielt gøres opmærksom på følgende tre aktiviteter:

Roning med instruktør om torsdagen:

Der bliver roet i et meget moderat tempo, hvor alle kan følge med.

Roning med instruktør er for alle medlemmer, der har lyst til at være med.

Det gælder alle, der er frigivet, men ikke mindst dem, der går på frigivelseshold, der har brug for at få roet nogle km og prøve tingene fra kurset af og få lidt rutine.

Vi er en instruktør, der er turleder, og hjælpeinstruktører, der er problemløsere og "sikkerhed". Vi ror 4 – 8 km, alt efter vejret og hvor meget, vi er klar til.

Teknik 1:

Teknik 1 er for os, der har bestået IPP1 og gerne vil prøve nogle af teknikkerne, som vi skal i gang med på IPP2-frigivelseskurset. Det kan også være at vi går på IPP2-kurset (frigivelseskurset) og har brug for at træne nogle redninger. Teknik 1 er fredag kl 18-21. Kom så vi kan gå på vandet kl 18.00. Vi er normalt på land omkring kl 20.

På teknik 1 ror vi på fladt "IPP1- vand" – altså ikke ud i bølger og strøm. Vi øver de teknikker, som vi har øvet på IPP1 kurset + redninger og teknikker fra IPP2 kurset:

- Rotaget, baglæns, stop, 360 graders rotation mm
- Soloredning med og uden paddlefloat
- Makkerredning
- Eskimoredning – T-redning
- 2 mand i vandet på en gang
- Lette balanceøvelse – niveau 1 og 2

Specifikation: Fladt vand, med kun små bølger på max 20 cm. Max 5 m/s ved pålandsvind og 6-7 i fralandsvind. Vi passerer kun havnemunding og havn, når strømmen er helt svag.

Instruktør: Instruktør 2 eller instruktør 1 med supervisor.

Teknik 2

Målgruppen for teknik 2 er alle medlemmer, der har bestået IPP2 og er frigivet. Det kan være dem, der gik på frigivelse i 2016 eller foråret 2017, men det kan også være dem, der blev frigivet for et stykke tid siden, og har behov for at få repeteret tag og redninger. Snak med instruktøren, hvis du er i tvivl. Fx: "Jeg er frigivet, men synes, at jeg skal prøve det lidt mere eller igen for at føle mig sikker i mine redninger og i kajakken" eller "Jeg vil gerne prøve kræfter med de teknikker, som jeg skal lære på IPP3-kurset".

Vejr og strøm: Vejret er "IPP2 vejr", som er op til 6 m/s i pålandsvind og 9 m/s i fralandsvind - middelvind på DMI/"Strandvejr". Vi passerer havnemundingen og gennem havnen, når strømmen er svag.

Datoer: Teknik 2-forår kører mandag eller tirsdag kl. 18 – 21 med start den 25. april. De følgende datoer er: 2/5, 9/5, 16/5, 22/5, 29/5, 5/6, 12/6, 19/6 og 27/6.

Teknik 2- efterår kører mandag eller tirsdag kl. 18 – 21 med start den 7. august. Vi er normalt i havn omkring kl. 20, og klæder så om og slutter med at snakke dagens begivenheder igennem. De følgende datoer er: 14/8, 21/8, 28/8, 4/9, 12/9, 19/9, 26/9, 3/10, 10/10, 17/10 og 24/10.

Over 8 gange: Den første gang den 7/8 er en prøvegang. Men fra den 14. august kører vi efter et program over 8 gange. Det vil også sige, at du hver gang ved, hvilke tag og redninger, du kan forvente. Du kan få et program, når du kommer til teknik 2. Hvis man kommer hver gang, så når man det hele igennem.

Indhold: Teknikker fra IPP2 og IPP3 som at lære at bugsere med og uden trækline, lave forror, bruge styretagene i lidt vind og lidt bølger, navigation, søkort og kompas på et grundlæggende niveau og lære 4 knob. Ind i mellem laver vi små cases, stafetøvelser for sjov og balanceøvelser. Vi skal sidst på dagen lave solo- eller makkerredning, eskimoredning eller 2-mand i vandet.

Instruktør: En erfaren instruktør 2 eller en instruktør 1 med supervision fra en instruktør 2. Vi slutter altid af med at snakke sammen om vores oplevelser på dagen og forslag til næste gang.

Teknik 3

Målgruppen for teknik 3 er teknik 2-holdet fra 2016/vinterteknikholdet fra denne vinter + andre der har samme niveau. Nogle har EPP3, og andre har ikke. Snak med instruktøren, hvis du er i tvivl. Det kan også være, at vejret på enkelte dage kan være en risikofaktor. Det er instruktøren, der afgør, om han/hun er tryk ved, at du tager med. Men niveauet er IPP3 og turpas.

Vejr og strøm: Vi arbejder ud fra, hvilke muligheder vejret og strømmen giver den enkelte dag. Vejret er IPP3 vejr, som fortolkes til 9 m/s i pålandsvind og 12 m/s i fralandsvind - middelvind på DMI/"Strandvejr". Det er instruktøren, der afgør om vi aflyser eller gennemfører.

Indhold: Teknikker fra IPP2 og IPP3 og øvet på teknik 2, som vi arbejder på at forbedre med hensyn til præcision, effektivitet og hurtighed. Hertil kommer nye elementer, som vi tager ind som redning af bevidstløs, førstehjælp i kajakken, redning i brændingszonen, balanceøvelser, stafet, turløb, navigation, knob, walkie-talkier og VHF i praksis, cases, små rollespil som bugsering med uheld, teknikbanen.

Rammer: I det omfang kalenderen giver plads, laver vi teknik 3 hver anden weekend kl 13 - 15

Marinavejen 6 i Kerteminde
www.kerteminde-kajak.dk
Formand: Gorm Rønved Larsen
Stejlestræde 2
5300 Kerteminde
Tlf: 27 59 04 52
Mail: gorm.larsen@exito.dk



Lørdag eller søndag. Nogle få gange supplerer vi med en tur til fx Lillebælt, Gabet eller Svendborg Sund kl 10 - 17 med strømmende vand eller Bagenkop og Fyns Hoved med bølger.

Instruktør: En erfaren instruktør 2 + hjælpeinstruktører med instruktør 1 eller 2. Vi har altid en aftale om hvem der bestemmer på dagen. Vi slutter altid af med at snakke sammen om vores oplevelser på dagen og forslag til næste gang.

Vinterteknik

Vinterteknik er hver anden søndag kl 13 – 15 i vinterhalvåret for alle frigivne kajakroere. Vi lægger vægt på at hjælpe hinanden med at blive bedre til at ro om vinteren og kunne holde varmen, men også at kunne håndtere sikkerheden selvom vand og luft er koldt.

Kanokursus

Vi har i klubben nu tre kanoer. Mulighederne i kano er ligesom i kajak mange, du kan padle ture, øve teknik mv. Du bliver en bedre kajakroer af, at padle kano og så er der også den ekstra dimension, at man ofte padler kanoen parvis (tandem) - det sidste er både sjovt og socialt og til tider lidt udfordrende ☺. Kurset omfatter teori, teknik, redninger, sikkerhed og turlørelse. Du vil både lære at padle tandem og solo.

Du skal deltage i dette kursus, for at kunne benytte klubbens kanoer. Det hænger sammen med, at selv om kanoer og kajakker på mange måder ligner hinanden, så er der væsentlige forskelle i forhold til at padle i vind og bølger – også redninger er anderledes. Der er plads til 6 deltagere på holdet. Kurset er et tilbud til medlemmer der er frigivet. Skriv dig endelig på selv om der er optaget, så kan vi se hvor stort behovet for kurser er. Deltagelse koster 200 kr. som indbetales til reg. nr. 6864 og konto nr. 1047094, inden kursusstart med angivelse af navn, medlemsnummer og kursus.

Datoer:

- Tirsdag 23/5 kl. 18-21.30
- Tirsdag den 30/5 kl. 18-21.30
- Tirsdag den 6/6 kl. 18-21.30
- Tirsdag den 13/6 kl. 18-21.30
- Tirsdag den 20/6 kl. 18-21.30
- Søndag den 25/6 kl. 10-16

Instruktører: Lotte og Thomas

Turlederkursus - Fokus på turledelse.

Over to aftener à 3 timer sætter vi fokus på turledelse. Det er mandag den 24/4 og den 1/5 kl 19-22 i klublokalet. Kurset er gratis. Tilmelding i kalenderen under den 24/4.

Formålet er at vi hjælper hinanden med at øge bevidstheden omkring nogle af de "risikoforebyggende" overvejelser og praktiske foranstaltninger, der hører til god turledelse, og for at løfte "turledelse" i klubben generelt. Vi er blevet en stor klub og meget går rigtig fint, men ind imellem dummer vi os også unødvendigt, og det er nok alle, der har været turledere, der har oplevet det.

Vi arbejder med vores egne erfaringer, sikkerhedsprocedurer, lokalkendskab, kommunikation før turen og på og ved vandet, vejrudsigt, deltagerforudsætninger og kendskab til, hvordan vi får hjælp og bedst planlægger dette.

Vi sætter også fokus på rollefordelinger, sejladsaftaler og vigtige færdigheder, hvis noget går galt.

Formen vil veksle imellem erfaringsdeling, oplæg og arbejde med cases, blandt andet fra tidligere "nærved" situationer.

Kurset henvender sig til

- alle aktive instruktører/hjælpeinstruktører
- aktive turledere med turpas
- erfarne roere med IPP3,

Vi udsteder et "turlederpas" i medlemslisten, som vi tænker fornyes hvert år..

Undervisere: Gorm og Lars Hugo