



Begynderkursus i havkajak

IPP2

3 dages kursus i Svaneke

Søndag d 15/9 kl. 10-17

Mandag d 16/9 kl. 12-17

Tirsdag d 17/9 kl. 12-16

Mødested ved slæbestedet i Svaneke Havn.

Velkommen på havkajak-kursus i Svaneke. Paddle Bornholm som afholder dette kursus, hører hjemme i Hasle Havn, og jeg vil til dette kursus komme med kajaker og udstyr til jer, på en trailer der bliver parkeret i havnen, under hele kurset.

Kurset er en blanding af teori og praksis. Ca. 1,5 time i kajakken ad gangen. Størstedelen af tiden sidder I i kajakerne. Jeg har våddragter med til jer, og alt nødvendigt udstyr. Det kan være en fordel at investere i et par neoprensko, idet det ikke altid er så lækkert at få "fællesskoene" på.

Imellem træningen i kajak, skal I på land for at spise, eller have teori, og det vil være nødvendigt med noget skiftetøj, og noget varmt ekstratøj. Fleecetrøjer, bukser og noget vindtæt, samt en hue vil I være rigtig glade for i pauserne. Medbring yderligere evt. svømmebriller eller snorklemaske og ørepropper, håndklæde, solcreme, solbriller, kasket, drikkedunk og termos med varm drik.

I skal have forplejning til jer selv under hele kurset. Det er en god ide at have noget at spise i alle pauser ;-)

Paddle Bornholm har udarbejdet sikkerhedsinstruks ifølge Søfartstyrelsens regler, og alle ture starter med, at der laves en sejladsplan.

Jeg glæder mig til at hjælpe jer på vej til at blive havkajakroer.

Venlig hilsen

Anne-Mette Hansen

