

Ausschreibung für das Grundlagentraining II am 20. Juli 2025

Liebe WKCLerinnen und WKCLer,

an dem Grundlagentraining II können alle teilnehmen, die Interesse haben ihre Paddeltechnik und ihr Bootsgefühl zu verbessern und die vielleicht einmal ein anderes Vereinsboot als bisher ausprobieren möchten und sich bei der Auswahl Unterstützung wünschen.

Nach einer kurzen Vorstellungsrunde wird es einen theoretischen Teil geben. Hierbei stehen Fragen der Paddeltechnik (z.B. Vorwärtsschlag, Rückwärtsschlag, Ziehschlag, Wriggen, wie paddelt sich ein Wingpaddel? etc.) im Vordergrund. Anschließend werden wir die meiste Zeit auf dem Wasser verbringen, um das besprochene auszuprobieren. Dann werden wir gemeinsam vielleicht zum Griebnitzsee paddeln und auch hier ein paar Übungen machen, um das Bootsgefühl zu verbessern. Zum Ende hin, wenn noch etwas Zeit ist, wollen wir auf dem Pohlesee Ball spielen. Auch kann, wer möchte, dort bewusst einmal ins Wasser fallen, um den assistierten Wiedereinstieg mit dem Kajak oder dem Surfski zu üben

Darüber hinaus sind wir natürlich offen für eure Fragen und Anregungen!

Wir bitten euch, trockene Kleidung mitzubringen, damit ihr ggfs. trocken nach Hause kommt.

Wir beginnen um 11 Uhr.

Bitte witterungsgemäß kleiden. Es wäre gut, wenn ihr etwas zu trinken dabei habt und ggf. an Sonnencreme denken. Gedacht ist, dass **wir uns bis ca. 15 Uhr Zeit lassen**. Das ist natürlich auch von den Witterungsbedingungen abhängig. Bei nahendem Gewitter müssten selbstverständlich alle das Wasser verlassen.

Das Training soll vor allem eines: Spaß machen! Deshalb: Bringt bitte Freude und Spaß am gemeinsamen Paddeln und ...gute Laune mit.

Aus organisatorischen Gründen beschränken wir die Anzahl der TeilnehmerInnen auf maximal 8.

Noch eine notwendige Information:

Die Teilnahme an dem Grundlagentraining findet ausschließlich auf eigenes Risiko statt. Weder der WKC noch wir, Corinna oder Matthias, haften für Schäden jeder / aller Art.

Wenn ihr Lust und Freude habt an dem Training teilzunehmen, meldet euch bitte bei Elke oder auch bei Corinna oder mir mit einer kurzen Mail an.

elke.huebner@wkc-berlin.de

corinna.blanckmeister@wkc-berlin.de

matthias.fiene-vizy@posteo.de

Wir freuen uns auf euch,
Corinna und Matthias