



# KANOTSKOLA 2021

## -för hela familjen

### När:

Omgång 1 Lör 19/6 – Ons 23/6

Omgång 2 Lör 14/8 - Ons 18/8

**OBS! Begränsat antal platser, först till kvarn gäller.**

### Tider:

Lör - Sön kl 1300 - 1700

Mån - Ons kl 1630 - 2030

**Plats:** Kajakklubben Eskimås klubbhus, vid parkeringen till Långö badplats



**Krav:** Simkunnig 200m och har fyllt 9 år

**Anmälningavgift:** Upp till 16 år 800 kr, från 16 år 900 kr. I priset ingår kurs, t-shirt, enklare förtäring samt ev. examinering.

**Välkommen** att delta i Eskimås årliga kanotskola. Även i år håller vi kanotskolan öppen för både barn och vuxna. Förtur ges till barn med förälder men det är inget krav, man kan anmäla sig enskilt både som barn och vuxen. Inriktning är lite olika för vuxna och barn.

Barnen paddlar i huvudsak träningskajaker och vuxna paddlar stabila havskajaker. Det blir gemensam uppstart och avslutning varje dag och vissa moment tränas tillsammans men kanske inte hela passet. Instruktorer på kanotskolan är våra duktiga tävlingspaddlare och erfarna turledare. Barn och ungdomar genomför moment enligt Paddle Power programmet medan vuxna kommer få möjlighet att examinera till gult paddelpass i slutet av kursen.

### Några av programpunkterna:

- Genomgång av kanotens delar och utrustning, vi provar flera typer av kanoter, även SUP.
- Balans och styr övningar
- Uppstigning och kompisräddning
- Turpaddling
- En massa roliga lekar och annat skoj

Givetvis följer vi utvecklingen och rekommendationer rörande COVID-19 vilket innebär att kanotskolan kan komma att förändras eller ställas in med kort varsel. Vid inställd kurs återbetalas anmälningavgiften.

**Anmälan:** Skicka ett mail till [lars.olv.svensson.karlskrona@gmail.com](mailto:lars.olv.svensson.karlskrona@gmail.com) innehållande Namn, personnummer på deltagarna (10 siffror), namn och telefonnummer på närmsta anhöriga, adress, T-shirt storlek och eventuella allergier. Betala in anmälningavgift på Kajakklubben Eskimås bankgiro nr: 5403-7197. Märk inbetalning med namn och kanotskola.

För mer info se vår hemsida <http://kkeskima.se>

**Kontaktperson:** Lars-Olov Svensson 0708 744 749, [lars.olv.svensson.karlskrona@gmail.com](mailto:lars.olv.svensson.karlskrona@gmail.com)