



## Seekajaktour mit der Möglichkeit des Erwerbs des EPP 3 Küste

Zeit: **21.08. - 23.08.2020**

### Beschreibung

Wir verbringen ein Wochenende „auf See“, bzw. auf einer der ostfriesischen Inseln (abhängig vom Wetter, voraussichtlich Baltrum) und im ostfriesischen Wattenmeer der einzigen Wildnis, die wir im Norden haben. Im Rahmen von vielen kleinen Touren und praktischen Übungen werden die erforderlichen Seekajakkompetenzen auf EPP 3 Niveau geübt und vertieft. Dazu gehört die richtige Ausrüstung, das Paddeln und Navigieren auf See genauso wie die Partnerrettung und weitere Sicherheitsaspekte.

- **Worum geht es nun beim „EPP3 Deutschland Küste“**

*Der EPP Deutschland ist ein Nachweis über vorhandene kanutische Fähigkeiten. Er ist das deutsche Kanu-Sportabzeichen.*

Der EPP 3 - Küste auch salopp formuliert die "kleine Seebefähigung" genannt charakterisiert einen Ausbildungsstand im Seekajakfahren. Als kompetenter Mitfahrer kann man an geführten Fahrten in der Regel auf Nichttidengewässern bei Bedingungen bis zu 4 Bft teilnehmen. D.h. man ist in der Lage, die Fahrtenplanung des Fahrtenleiters nachvollziehen zu können, hat Grundkenntnisse in Navigation und Ökologie, und hat sich die Grundlagen der Kompetenzfelder "(Paddel-)Technik, Sicherheit und Seemannschaft erarbeitet. Link zum Download EPP Deutschland:

[https://www.kanu.de/go/dkv/\\_ws/mediabase/downloads/freizeit/EPP%20Deutschland/1\\_EPP-Voraussetzungen\\_zum\\_Erwerb\\_Gesamt.pdf](https://www.kanu.de/go/dkv/_ws/mediabase/downloads/freizeit/EPP%20Deutschland/1_EPP-Voraussetzungen_zum_Erwerb_Gesamt.pdf)



- **Für wen ist der EPP 3 Küste?**

Für alle mit Lust auf Meer, die an geführten Seekajaktouren teilnehmen wollen und sich insgesamt weiterentwickeln wollen. Grundvoraussetzung sind Paddeltechniken (in der Regel Stufe "einfach") und eine einseitige Rolle unter "Laborbedingungen". Die Anforderung ist auch so konzipiert, dass Paddler die z.B. vom Wildwasser kommen, die Qualifikation innerhalb eines Wochenendes erwerben können.

- **Was sollte man mitbringen?**

Natürlich eine Grundkondition zum Paddeln von Strecken von etwa 30 km und wie oben beschrieben die Grundlagen, (auch im Seekajakbereich), und was am wichtigsten ist, Freude und Bereitschaft sich weiterzuentwickeln und sich ein bisschen selbst zu fordern.

- **Was und wie werden wir vermitteln?**

Praxis, Praxis, Praxis. Mit einem Team aus drei Ausbildern + Assistenz wollen wir eine bestmögliche Betreuungsrelation vermitteln und mit Euch auf See die erforderlichen Praktiken und Techniken vermitteln und bereits vorhandene Kompetenzen verfeinern und vertiefen. Es wird keine klassische Prüfung geben, sondern wir gehen zusammen paddeln und trainieren auf See. Am Ende weiß dann jede(r) wo er/ sie steht und wo ggf. noch Entwicklungsperspektiven sind. Basis bilden wie beschrieben die Richtlinien des DKV. Ergänzt wird dies noch nach Anmeldung um ein umfangreiches Infopaket das sogenannte "Kursbuch EPP3 Küste".

## Grobablauf

### **Freitag Vormittag (genaue Uhrzeit wird noch angegeben)**

Treffen vermutlich an der Ostrampe am Hafen von Neßmersiel. Überfahrt mit Gepäck und erste Praxis.

### **Samstag - Sonntag**

Vertiefung und Action, Action, Action ...

### **Sonntag**

Reflektion der Inhalte vom Vortag, weitere Übungsinhalte und Fahrt zurück.



## Voraussetzung

Es ist kein Kajak-Anfängerkurs. Technische Voraussetzung ist ein EPP3 - Niveau, die entsprechende Fitness und Ausrüstung.

Seefähiges Boot und Ausrüstung

Campingausrüstung

Verpflegung für zwei Tage

Trockenanzug / Neopren

Lust auf Meer und die Bereitschaft Neues auszuprobieren

## Teilnehmer

maximal 8

## Kosten

Kursgebühr = 140,- €

zzgl. Kosten für EPP Urkunde und Übernachtung (insg. ca 20,- €)

## Trainer

Christian Dingenotto, Kanu-Trainer B, Küstenreferent des LKV Niedersachsen, EPP-Referent DKV, BC 4 - Star, BC Level 1 Coach,

Clemens Hegger, Kanu-Trainer C, Ausbilder WSV Norden

Sabine Hegger, Kanu-Trainerin C, Ausbilderin WSV Norden

Annette Schiller-Tjaden, Kanu-Trainer Assistenz, Ausbilderin WSV Norden

Kontakt für Anmeldung und Rückfragen

<b>Sabine und Clemens Hegger</b>
<a href="mailto:sabine.hegger@gmx.net">sabine.hegger@gmx.net</a>
0172 8479989

Mit der Anmeldung bekommt ihr eine Bestätigungsmail mit der Kontoverbindung. Nach Überweisung der Kursgebühr ist die Teilnahme fest gebucht.



## Zur Vorbereitung

### Infomail

Weitere Infos erhalten die Teilnehmer nach Anmeldung in Form einer umfangreichen Infomail eines „Kursbuches EPP 3“.

### Vertiefend

Umfassende Sammlung vom DKV Küstenreferenten Udo Beier zum tiefer einsteigen

<http://www.kanu.de/dg/links/freizeitsport/kueste.xhtml>

Relevantes zum EPP Deutschland

[https://www.kanu.de/go/dkv/\\_ws/mediabase/downloads/freizeit/EPP%20Deutschland/1\\_EPP-Voraussetzungen\\_zum\\_Erwerb\\_Gesamt.pdf](https://www.kanu.de/go/dkv/_ws/mediabase/downloads/freizeit/EPP%20Deutschland/1_EPP-Voraussetzungen_zum_Erwerb_Gesamt.pdf)

### Englische Literatur

Das Ausbildungssystem der BCU hat einen hohen professionellen Anspruch. Die Ausbilder sind in der Regel kommerzielle Anbieter. Hieraus hat sich eine Fülle von sehr guten Büchern und Filmen entwickelt. Eine kleine Auswahl, vielleicht auch für den vorweihnachtlichen Wunschzettel.

### Filme

- Nick Cunliffe: Sea Kayak Essentials (DVD)
- Justine Curgenvén: This is the Roll I

### Bücher

- Doug Cooper: Sea kayak handling / Rough Water Handling
- British Canoe Union: Coaching Handbook