



## Fahrtechnik auf Fließgewässer mit der Möglichkeit zum Erwerb des EPP 2

Zeit: **21.05. - 24.05.2020**

### **Beschreibung**

Dieser Kurs richtet sich an alle die wenig Erfahrung im Fließgewässer aber dies gerne mal Kennenlernen wollen. – Zahnwasser bis Wildwasser I-II. Unser Basislager ist auf dem Gelände des TUS Mantinghausen. Von hier aus werden wir verschiedene Touren auf verschiedenen Abschnitten der Lippe unternehmen. Zwischendurch wird ein Sicherheitstraining durchgeführt. Bei Interesse ist eine Abnahme bis EPP 2 möglich. Während der Touren werden wir unter anderem Kehrwasser ein- und ausfahren, Traversieren, Kanten, Lehnen, sicherer Ein und Ausstieg im Fließgewässer, kentern ... üben, abgestimmt auf die individuellen Kompetenzen.



## Groblauf

### Donnerstag

Treffen beim TUS Mantinghausen möglichst mittags, Einrichten vor Ort, Kennenlernen, Erste kurze Fahrt auf der Lippe

### Freitag und Samstag

Fahrten und Übungen auf der Lippe, Sicherheitstraining, Theorie, Abnahme EPP

### Sonntag

Tour auf Heder oder Pader, Mittags Abschluss

## Kenntnisse und Ausrüstung

Grundkenntnisse im Kajak, Unterwasserausstieg,

Wildwasserkajak (sollte keins zur Verfügung stehen, kann das evtl. gegen eine geringe Leihgebühr zur Verfügung gestellt werden)

Campingausrüstung, Verpflegung für Selbstversorger

Neopren, Paddelschuhe, Schwimmweste, (wer hat, Wurfsack), evtl. Paddeljacke, Spritzdecke

Lust auf Paddeln auf einen der schönsten deutschen Flüsse

## Teilnehmer

maximal 10

## Kosten

Kursgebühr = 50,- €, für Mitglieder des WSV Norden keine Kursgebühr

zzgl. Kosten für EPP Urkunde und Übernachtung (entsprechend der Preise der DKV Kanustation)

## Trainer

Clemens Hegger, Kanu-Trainer C

Sabine Hegger, Kanu-Trainerin C

Kontakt für Anmeldung und Rückfragen

<b>Sabine und Clemens Hegger</b>
sabine.hegger@gmx.net
0172 8479989

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

## Zur Vorbereitung

### EPP Deutschland

Umfangreiche Informationen zum EPP mit Downloadmöglichkeit der Bedingungen zum EPP 2.

<https://www.kanu.de/FREIZEITSPORT/Infothek-fuer-Paddler/EPP-Deutschland-52128.html>