



Kanotkurs 2019

Vem : Alla både vuxen och ungdom

Plats : Kanohuset Väsman Arena

När : Torsdag vecka 24 kurs 1 vecka 25 kurs 2

Tid : 17.30 – 20.30

Anmälan (mail): ludvikapaddlarklubb@gmail.com

Avgift: Medlemsavgift 100 SEK vuxen och 50 SEK upp till 18 år. För redan medlemmar är det gratis (begränsat deltagarantal)

Säkerhet : Krav simkunnighet 200 m.

Frågor : Bengt Hjort 070 3133773

Mål och Program:

Denna kurs är för dig som vi lära dig paddlingens grunder och hantering av kanoter

För att få tillgång till ett eget kort till klubbhuset måste du ha gått denna kursen.

Du skall även få sjövätt och fått lära dig läsa av väder och sjön

Klubben tillhandahåller flytvästar och följebåt.

Medtag träningskläder, ombyte, vattenflaska och badkläder

Efter att kursen är klar kommer den att följas upp med fler aktiviteter.

Om behov finns kommer fler kurser som denna att arrangeras under paddelsäsongen.

Tisdagar 18.30 körs gemensam paddling, start V 24.

Mer info finns på www.ludvikapaddlarklubb.se samt [facebook](#)

Ludvika Paddlarklubb hälsar alla välkomna