



Kanotkurs ungdom 2019

Vem : Killar och Tjejer 10 - 16 år

Plats : Kanohuset Väsman Arena

När : Måndag, Tisdag och Fredag vecka 24, 25 och 26

Tid : 9.00 – 11.00

Anmälan (mail): ludvikapaddlarklubb@gmail.com

Avgift : Gratis

Säkerhet : Krav simkunnighet 200 m.

Frågor : Bengt Hjort 070 3133773

Mål och Program:

Att få ungdomar att lära sig paddla kanot.

Klubben har ca.50 st. kanoter för kanotskolan

Klubben tillhandahåller flytvästar och följebåt.

Teknikträning:

- Ungdomarna skall lära sig paddla såväl enmans kanoter som besättningskanoter (2 och 4 mans kanoter)
- Få sjövätt och lära sig läsa av väder och sjön
- Träffa nya kompisar och samtidigt få kontakt med kanotsporten

Efter kanotskolan är klar kommer det att följas upp med fler aktiviteter.

Ta med: träningskläder, ombyte, vattenflaska och badkläder

Mer info finns på www.ludvikapaddlarklubb.se samt klubbens facebookside

**Ludvika Paddlarklubb hälsar alla ungdomar
välkomna till Kanotskolan 2019**