

Ludvika Paddlarklubb Ungdomskurs 2020

Tider :

Start 15 juni Mån , ONS , Tors kl : 13.00 – 15.00 hela sommaren om ändring meddelas det på Ludvika Paddlarklubbs Face Book

Syfte :

Att få ungdomar flickor och pojkar att upptäck kanotsporten och samtidigt komma igång med en lättare fysisk aktivitet som blir regelbunden.

Få ungdomarna att ha roligt med nya kompisar och befintliga kompisar.

Ungdomar flickor och pojkar ca. 10 – 16 år

Klubben prioriterar inte den som är duktigaste utan den som visar bäst intresse

Det är inte ett krav att vara med på alla kursdagar.

Kursen :

Kursen är gratis.

Att lära sig paddla med allt som det medför tex. säkerhet , paddelteknik , hantera kanoten , sjövätt , väderavläsning ,hur man tävlar mm.

Vi börjar med breda stadigare kanoter för att senare efter förmåga gå över till smalare kanoter som går mycket lättare

Vi kör ca. 1 tim. lite seriöst och avslutar med mer lek och bad och då kan deltagarna om dom vill prova lite ostadigare kanoter.

Det finnes ca. 50 st. kanoter som klubben tillhandahåller

Säkerhet :

Alla kommer alltid ha flytväst. Klubben handhåller flytvästar .

Följebåt eller följ kanot vid alla tillfällen

Alltid nära land

Vid blåsväder har vi möjlighet att sticka iväg till en annan sjö eller plats.

Klubben har tillgång till minibuss med tillhörande kanotvagn.

Om fara för coronaviruset kvarstår följer vi de rekommendationer som utfärdas.

Kanot är en alldeles ypperlig sport för att skydda sig från coronaviruset dels är det alltid avstånd mellan deltagarna och inga andra kommer i närheten.

Utflykter :

Vi kommer att ha lite olika aktiviteter inom kursen det kan vara badresa skogspromenad lite naturvätt åka till klubbens Bärholmarna eller någon annat intressant område i Ludvika (klubben har tillgång till en minibuss

Under hela kurstiden kommer eventuella ändringar på klubbens face book.

Välkomna till Ludvika Paddlarklubbs sommarkurs

Frågor : bengt.hjort.hjpower@telia.com 070 3133773

