

Grunnkurs Hav **ANBEFALES!**

Bli trygg i kajak. Vi lærer sikkerhet, redning og teknikk.

(Et nyttig og grundig kurs på 16 timer)

Deltakeren introduseres til kajakken og utstyret. Etter endt kurs har deltakeren gjennom enkel praktisk øvelse lært å bruke kajak, åre, trekk og vest. I tillegg er deltakeren kjent med enkle sikkerhetsrutiner og øvelser, samt hvordan effektivt manøvrere kajakken. Normalt blir kursene lagt opp som helgekurs, hvor vi drar på «tur» med godt humør, pauser, mat og innlagte øvelser.

(Husk at våttkort kan være greit å ha dersom man vil leie kajak)



Dette kurset går over 2 dager
(lørdag og søndag)

Det legges opp til en passelig mix
av teori og praktiske øvelser på et
passelig nivå som alle vil klare.

Våre grunnkurs er beregnet for
alle – også de med liten eller ingen
padleerfaring

(Man trenger ikke være medlem av Søgne Kajakklubb for å delta på våre kurs)

Kurs-dato:

Lørdag 31. August kl 09:00 – 17:00

Søndag 01. Sept. kl 09:00 – 17:00

(Det tas forbehold om endringer)

(Minimum 5 deltakere – Max 12 pr. kurs)

Priser:

Grunnkurs: 1.500,- (medlemmer 1.000,-)

Leie av kajak: 200,- (medlemmer gratis)

Våttkort: 100,- (gjennomført kurs kvalifiserer til Våttkort NPF)

Møtested: Søgne Kajakklubb

Kursleder: Jørn Erik Ødegård, Godkjent aktivitetsleder NPF

For mer info: Jørn Erik tlf. 993 69 925

Påmelding: www.sogne-kajakklubb.no

Møt opp i god tid !