Hamburger Kanu-Verband e.V.

Mitglied im Hamburger Sportbund
und im Deutschen Kanu-Verband

www.hamburger-kanu-verband.de

Hamburger Kanu-Verband
Allermöher Deich 36, 21037 Hamburg

Anna Zorndt und Wolfhard Baader
Küstenbeauftragte Hamburger Kanu-Verband
Anna: Tel.:01577-7583569
Wolli: Teil.: 0172-8839841

Hamburg den 18.11.2021

Ausschreibung
Workshop Grönlandrolle Layback 05.-06.03.2022

Am Samstag-Sonntag, den 05.-06.03.2022, veranstalten wir einen Workshop zum Erlernen der Grönland Layback Roll.

Ziel des Workshops:
Wir wollen euch die Grönland Layback Rolle beibringen. Das ist die wohl bekannteste Grönlandrolle, die man zurückgelehnt mit dem Rücken fast auf dem Heck abschließt. Diese wird mit einem Grönlandpaddel ausgeführt und von uns auch nur damit gelehrt. Die Rolle ähnelt der Bogenschlagrolle, wie sie mit Europaddel durchgeführt wird. Daher ist ein späterer Umstieg auf Europaddel in der Regel kein Problem. Zum Lernen nehmen wir aber erstmal ein Grönlandpaddel, da dies unserer Erfahrung nach einiges vereinfacht.

Für wen ist der Workshop:
Der Workshop richtet sich an RollanfängerInnen, die noch keine Rolle beherrschen. Sie sollten in der Saison 2021 mindestens 500 km gepaddelt sein, einige davon bereits auf dem Salzwasser.

Formale Voraussetzungen:
Veranstalter ist der Hamburger Kanuverband, die Ausschreibung richtet sich ausschließlich an Mitglieder von Hamburger Kanuvereinen sowie die Einzelmitglieder. Es gelten die 2G Regeln.

Ablauf:
Samstag, 05.03.2022
16:00-20:00 Uhr: Trockenes Treffen beim HKC, Theorie und Trockenübungen
Sonntag, 06.03.2022
08:00 Uhr: Treffen auf dem Parkplatz des St. Pauli Schwimmbad
09:00-11:00 Uhr: Wasserzeit
11:15-13:45 Uhr: Pause und Troubleshooting
14:00-16.00 Uhr: Wasserzeit

Kosten:
Die Kosten beetragen 50 Euro pro Person, bei Anmeldungsbestätigung zu zahlen. Bei Absagen kann das Geld erstattet werden, wenn sich Ersatzteilnehmende von der Warteliste finden lassen.

Anmeldung:
Der Anmeldezeitraum startet für alle ab dem 15.01.2022. Anmeldungen vorab können leider nicht berücksichtigt werden. Bitte meldet euch per Mail bei kueste@hamburger-kanu-verband.de an. Aus der Mail sollte hervorgehen:

- Vollständiger Name, E-Mail Adresse sowie Vereinszugehörigkeit
- Nachweis des Genesenenstatus oder der vollständigen Impfung
- Info, ob du 2022 für einen A3/EPP3 Küste Kurs angemeldet bist oder dies vorhast.
- Paddelkilometer 2021, wie viel davon auf dem Salzwasser
- Paddelst du normalerweise Euro oder Grönlandpaddel
- Deine Körpergröße und Körpergewicht sowie deinen Bootstyp (Wir werden die Gruppen größenpassend einteilen und einige von euch dann bitten, das eigene Boot für das Üben mit der Kleingruppe mitzubringen).
- Gern auch eine Info, ob du schon Rollübungserfahrung hast und wenn ja, welche.

Wir freuen uns auf euch!
Ahoi,
Anna Zorndt und Wolfhard Baader

Seid ihr schon für unseren Newsletter angemeldet? Darin informieren wir über unsere Ausschreibungen und anderes Neues aus dem Bereich Seekajak. Dafür anmelden könnt ihr euch mit einer Mail an kueste@hamburger-kanu-verband.de mit Betreff "Newsletter" sowie eurem Namen und eurem Verein in der Mail.