

Hamburger Kanu-Verband  
Allermöher Deich 36, 21037 Hamburg

Hamburger Kanu-Verband e.V.

Mitglied im Hamburger Sportbund  
und im Deutschen Kanu-Verband

[www.hamburger-kanu-verband.de](http://www.hamburger-kanu-verband.de)

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

Hamburg den 04.01.2026

## **Ausschreibung Fortgeschrittene Rettungstechniken Fremd-/Selbstrettung am 15. März 2026 im Schwimmbad Elbgaustraße (!!!)**

In diesem Kurs vermitteln wir Fahrtenleiter\*innen oder Übungsleiter\*innen Methoden zur schnellen Rettung bei schweren Zwischenfällen. Dies kann beispielsweise eine Kenterung infolge Bewusstlosigkeit (oder umgekehrt), Seekrankheit etc. sein. Hierzu wenden wir fortgeschrittene Rettungstechniken aus dem Seekajakbereich an. Weiterhin üben wir verschiedene Selbstrettungstechniken aus dem Seekajakbereich. Eine Kenterung kann auch erfahrenen Paddler\*innen beispielsweise in Brandungssituationen passieren – und man kann eben nur für seine Gruppe da sein, wenn man in der Lage ist, sich selbst zügig wieder in eine handlungsfähige Lage zu begeben.

### **Inhalte:**

U.a. werden wir das Einschwimmen einer bewegungseingeschränkten Paddler\*in in ein gekentertes Boot (Schöpfmethode) und das Aufrichten einer gekenterten ohnmächtigen Paddler\*in (Hand of god) üben. Es geht um die Vermittlung der Techniken und das Ausprobieren z. B. aus verschiedenen Anfahrtspositionen, als Einzelretter oder als Retterduo. Alles ist hier erlaubt, Ideen sind erwünscht! Als Selbstrettungstechniken üben wir das Hochrollen mit Reservepaddel, Wiedereinsteigen und Hochrollen (Reentry and Roll) sowie den Cowboyeinstieg. Der Kurs kann zur Vorbereitung für den Europäischen Paddelpass Küste Stufe 4 und 5 dienen.

### **Termin:**

15.03.2026 von 13:00-15:00 Uhr im **Schwimmbad Elbgaustraße**, theoretische Vorbereitung erfolgt in Eigenarbeit durch Videos. Die Links schicke ich vorher in die Runde.

### **Zielgruppe:**

Der Kurs richtet sich an alle, die sich aktiv ins Vereinsleben einbringen, indem sie als Betreuer\*innen das Trainingsprogramm mitgestalten oder Gruppenfahrten im Großgewässerbereich anbieten. Es werden Paddelfähigkeiten auf dem Niveau des Europäischen Paddelpasses 3 vorausgesetzt.

**Kosten: Es fallen Kosten von 15,- € für den Kurs an. Diese sind nach der Anmeldung an den HKV zu überweisen, Details werden mit der Anmeldebestätigung mitgeteilt. Wer sich abmelden muss, kann den Betrag für einen anderen Kurs nutzen, Erstattungen werden nicht vorgenommen.**

### **Anmeldung:**

Anmeldungen bitte bis spätestens 28.02.2026 an [kuestengewaeser@freizeit-kanu.de](mailto:kuestengewaeser@freizeit-kanu.de) mit folgenden Informationen: Name und Verein sowie im Fahrtenjahr 2025 von dir angebotene Fahrten, Kurse und Trainings.

Wir freuen uns auf euch!  
Ahoi,  
Wolfhard Baader und Team

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