



Målsetning:

”å introdusere deltakeren til kajakken og utstyret. Etter endt kurs har deltakeren gjennom enkel praktisk øvelse lært å bruke kajakk, åre, trekk og vest. Kurset skal motivere for videre opplæring i padling.”

Etter kurset kan du bruke klubbens kajaker på Store Stokkavann.

Fra klubbens side vil vi legge til at du skal få oppleve glede og føle selvtillit og trygghet ved å kunne beherske kajakken under rolige forhold.

Smilet skal være like stort ved slutten av kurset som ved starten !

Sikkerhet:

SKK setter sikkerheten ved kajakkpadling høyt og vi understreker at du på ingen måte er utlært etter endt kurs. Intro-kurset tilbyr en basisopplæring i hvordan å behandle og ferdes i kajakk.

Parkering:

Vi presiserer at det **ikke er lov å kjøre fram til lokalene**. Parker her og følg skilt til Dyrnes naturlåve/Stavanger friluftssenter

<http://stavangerkajakk.no/index.php/grupper/flattvann/kart-og-turbeskrivelser>

Kurset varer i ca. 3 timer og starter presis, det er viktig at du får med hele kurset og beregner tid til parkering.

Pris:

For medlemmer i SKK koster kurset kr 250,- og faktura sendes ut i forkant. Det er bindende påmelding på alle kurs og avbestilling må skje minst 2 uker før kursstart.

Praktisk informasjon

Kurset blir avholdt i Store Stokkavannet ved Stavanger Friluftssenter.

Det kan være kaldt i vannet, så vi anbefaler at dersom du har egen våtdrakt, så kan du bruke denne. Eventuelt kan du låne dette av oss.

Ett av punktene i kurset er ”hvordan komme seg ut av kajakken ved velt”, så dere vil bli våte i løpet av kurset.

Dette skjer under kontrollerte forhold med instruktør ved siden av.

Du må ha med: sko som tåler å bli våte. Padlesko er bra, men gamle joggesko fungerer og. De må sitte fast på foten ved velt.

En lett og vindtett jakke, caps hvis det regner og varme klær og sko til å ha på etter kurset. Bruker du briller, så ha en snor i dem slik at du ikke mister dem ved velt.

Termos med varm drikke kan gjøre livet lettere hvis du blir kald.

Vi starter presis, så møt opp i god tid!

Velkommen til kurs

Dette kurset er inngangsporten til padling og til videre kursene i kursstigen. Se www.vaattkort.no og våre nettsider: www.stavangerkajakk.no for mer informasjon om kurs og kontaktpersoner.