

Rollentraining im Happyland Klosterneuburg WS 2022/23

Freies Training mit eigener Ausrüstung für Mitglieder der Naturfreunde Höflein, des Paddelklub Edelweiss und des Union Kanuklub Wien. Kosten: € 20 für Erwachsene, € 10 für Jugendliche bis 18 Jahre. Gäste (sowohl Erwachsene als auch Jugendliche) zahlen € 25.

Voranmeldung:

Die Anmeldung auf unserer Groupidoo Seite ist aufgrund der begrenzten Teilnehmerzahl verpflichtend. Falls Ihr noch keinen Zugang zu dieser Groupidoo Seite habt, schreibt uns eine Mail an info@paddelklub.at.

Leitung:

Bei jeder Trainingseinheit gibt es einen oder zwei Leiter, die für den geregelten Ablauf des Trainings verantwortlich sind und die auch Euren Beitrag kassieren. Es gilt freies Üben ohne bestimmten Trainer (außer Ihr nehmt an dem vom Paddelklub Edelweiss angebotenen Kenterrollen Grundkurs teil - siehe unten). Bei Bedarf helfen wir uns gegenseitig mit Tipps und Übungen.

Ablauf:

- Ihr müsst Euer Kajak vor dem Training gründlich abspritzen und reinigen, z.B. im Garten des Edelweiss Bootshauses. **Nach dieser Reinigung darf das Kajak nicht mehr im Freien auf den Boden gelegt werden. Die durch ein Ablegen aufs Gras oder auf die Straße verursachte Verschmutzung ist im Badewasser noch lange nachweisbar und das Hallenbad kann die behördlichen Hygienevorschriften nicht mehr erfüllen!**
- Ihr müsst um 20:15 am Parkplatz beim Happyland sein, und Euer Kajak direkt vom Autodach durch die Blechtüre (links vom Haupteingang) zur Glastüre vor dem Sportbecken tragen. **Erst im Hallenbad dürft Ihr Euer Kajak auf den Boden legen!** Wir empfehlen, dass Ihr Euch gegenseitig beim Abladen und Reintragen der Kajaks helft.
- Nachdem Ihr Euch die Schuhe ausgezogen habt, könnt Ihr die Kajaks durch die Glastüre zum Sportbecken tragen und dort am Rand ablegen. **Die Fluchtwege müssen dabei immer frei bleiben!**
- In der Halle des Sportbeckens gibt es noch eine provisorische Reinigungsmöglichkeit für Eure Kajaks und zwar beim Waschbecken der erste Hilfe Kammer zwischen der Damen- und der Herrendusche.
- Ab ca. 20:30 müsst Ihr beim Kassabereich sein, damit der Leiter der Trainingseinheit von Euch die Teilnahmegebühr kassieren kann.
- Um 20:40 gehen wir geschlossen ins Bad. **Wer zu spät kommt, kann nicht mehr hinein!**
- Wir ziehen uns in den Sammelgarderoben um und gehen zum Sportbecken rauf.
- Um 21:00, bzw. sobald die Wasserballer mit ihrem Training fertig sind, dürfen wir ins Wasser und mit unserem Training beginnen.
- Es gelten die üblichen Regeln zur Schonung des Beckens: Kajaks ins Wasser heben und mit Paddelstütze einsteigen, kein Schleifen über den Beckenrand! So üben, dass Ihr den Beckenrand weder mit Boot noch mit Paddel berührt!
- Am Ende der Trainingszeit, also um 22:30 müssen wir aus dem Becken raus. Kajaks gut ausleeren, durch die Glastür raustragen und dort ablegen.
- Danach Duschen, Föhnen und Umziehen, die abgelegten Boote nehmen und das Bad verlassen.
- **Um 22:55 Uhr müssen wir unbedingt aus dem Happyland draußen sein.**

Kenterrollen Grundkurs:

An folgenden Terminen bietet der Paddelklub Edelweiss zeitgleich mit dem freien Rollentraining einen Grundkurs zum Erlernen der Rolle an:

1. Kenterrollen-Grundkurs: Einheit A – 25.11.2022, B – 2.12.2022, C – 9.12.2022 und D – 16.12.2022.
2. Kenterrollen-Grundkurs: Einheit A - 13.01.2023, B – 20.01.2023, C – 27.01.2023 und D – 03.02.2023.
3. Kenterrollen-Grundkurs: Einheit A - 17.02.2023, B – 24.02.2023, C – 03.03.2023 und D – 10.03.2023.

Bei jedem Grundkurs bauen die vier Einheiten aufeinander auf, Interessenten müssen also unbedingt ab dem ersten Termin teilnehmen. Die Kursgebühr beträgt € 55,- und ist bei der Anmeldung zu zahlen (Paddelklub Edelweiss: BAWAG-PSK, IBAN: AT48 6000 0000 0776 6756, BIC: OPSKATWW – Verwendungszweck: Kenterrollenkurs+Name). Erst mit der Einzahlung ist die Anmeldung definitiv! Anmeldung zum Kenterrollen Grundkurs unter <https://airtable.com/shrhS0KKMqisGxQQ0s> . Am Kurs können nur für Mitglieder des Paddelklub Edelweiss, des Union Kanuklub Wien oder der Naturfreunde Höflein teilnehmen.

Bei der ersten Einheit (25.11.2022, bzw. 13.01.2023, bzw. 17.02.2023) treffen sich alle Teilnehmer des Kenterrollenkurses schon um 19:00 Uhr im Bootshaus zur Vorbesprechung und zum Trockentraining. Bei Bedarf könnt Ihr Euch Kajaks, Paddel und Spritzdecken vom Paddelklub ausleihen. Nehmt bitte, zusätzlich zu Eurem Kajak, noch eine Taucher- oder Schwimmbrille mit. Um Mitfahr- bzw. Transportmöglichkeit zum Happyland müsst Ihr Euch selbstständig kümmern.

Leihmaterial:

Bei Bedarf könnt Ihr Kajaks, Spritzdecke und Paddel vom Paddelklub Edelweiss ausleihen. Die zusätzlichen Kosten von € 5 pro Termin zahlt Ihr beim Leiter des Rollentrainings. Ihr müsst das entliehene Material selbstständig vom Bootshaus holen und danach wieder zurückbringen und versorgen.