

## Spielerisches, schmerzfrees, spaßiges Bootfahren

**FÜR WEN?** Angehende Trainer C Freizeitsport des KV-BW  
Übungsleiter und Trainer C, die ihre Lizenz verlängern  
Jeder ab 17 Jahren, der Lust und Interesse hat dazuzulernen.  
**Für Spielbooteinsteiger sowie für den Profi geeignet.**  
Alle die cool im Boot sind oder cool im Boot werden wollen.  
Paddler die anstrengungsfrei, schmerzfrees und spielerisch paddeln wollen.

**WO?** Hüningen (F) bei Basel

**WANN?** 15.07+16.07.2017

**WAS?**



- Richtiges Aufwärmen
- Flachwassertraining
- Sicherheit im Spielboot
- Spielerisches Kajakfahren
- Kajak-Yoga
- Schmerzfrees Paddeln
- Fitnesstraining ohne Gewichte
- Zähneputzen und Paddeln....
- Sinnvolle Trainingsarbeit
- Verbessern des eigenen Könnens
- SPASSSSSSSSSSSS haben!!!

**WIEVIEL?** KVBW - Verbandsmitglieder: 60,-- Euro  
Mitglieder anderer Verbände: 90,-- Euro  
**KOSTEN** inkl. Kanalgebühren: Teilnehmer ohne Verbandsmitgliedschaft: 120,-- Euro

**UND SONST?**

- Verpflegung und Übernachtung in Eigenregie – wegen der Übernahme der Kanalgebühren
- Sichere Eskimorolle erforderlich + Lust mehr im Boot zu wagen.
- Bezahlung der Kursgebühr nur über das Anmeldesystem möglich
- Gegen Gebühr ist das Testen vieler neuen Freestyle-Kajaks möglich
- Trainer: Helmut Wolff – Freestyletrainer Team BaWü +Germany  
+ MA von der Kanuschule vom Canadian – Shop direkt am Kanal.

**GEWUSST?** Bei diesem Lehrgang geht es unter anderem auch darum, wie man Sportler / Jugendliche motiviert und mit ihnen eine gezielte Schulung vom Anfänger bis zum Profi durchführen kann.

**FRAGEN?** [Hewokanu1@web.de](mailto:Hewokanu1@web.de)(Kursinhalte),  
[geschaefsstelle@kanu-bw.de](mailto:geschaefsstelle@kanu-bw.de) (Organisation)



**WOFÜR?** Anerkennung/ Testat/ Lizenz:  
Verlängerung der Übungsleiterlizenz (16 LE),  
Bestandteil der Trainer-C-Ausbildung (Praxis2-Modul)

**GEKENTERT?** Sicheres Beherrschen der Kenterrolle erforderlich

**ANMELDEN?:** 13.06.2015 über die Webseite des Kanuverbandes:  
<http://www.kanu-bw.de/29-ausbildung/271-online-anmeldung.html>

## Erläuterungen zum Kurs.

### Das Kleingedruckte



Liebe angehende Übungsleiter, lieber Interessenten am Kurs,

GRATULATION, Gratulation für die Entscheidung einen Trainerschein zu machen! Als Kajaktrainer zu arbeiten ist eine Herausforderung für Jeden. Nicht das eigene Können steht im Vordergrund sondern das Übermitteln von Freude und das Wecken von Ehrgeiz bei unserem Gegenüber. Sicherlich gehören auch das Motivieren und das Trösten dazu. Die Gegenleistung sind ein Lächeln, ein Dankeschön, ein herzlicher Händedruck und manchmal der Beginn einer Freundschaft fürs Leben.

Keine Angst vor dem Kurs spielerisches, schmerzfreies Bootfahren! Für jeden geeignet, sobald die Rolle sitzt oder so gut wie sitzt. Ich möchte euch eine Alternative zur üblichen Kanulehrmethodik übermitteln, bei der der Spaß im Mittelpunkt steht. Natürlich möchte ich Euch auch ein wenig Handwerkzeug mitgeben, wie man Jugendliche aber auch jung gebliebene sportliche Kanuten auf dem Wasser beschäftigen kann. Gleichzeitig werde ich euch im Kurs auch Alternativen zur Anfängerschulung mitgeben. Die einzige Bedingung sind sportliche Boote, Riverrunner, Spielboote oder Freestyleboote. Sollte euer Verein kein sportliches Boot (gerne auch älter), besitzen könnte dies vor Ort beim Canadian Shop zu einem Sonderpreis geliehen werden. Auch eure sportliche Weiterentwicklung soll nicht zu kurz kommen! Denn als Trainer sollte man ja auch etwas präsentieren können.

Wer bin ich eigentlich?

Hewo werde ich genannt, seit 25 Jahren in der Ausbildung tätig.

Ich war viele Jahre Leiter einer Verbandskajakschule mit ca. 500 Kursteilnehmern pro Jahr.

Sportlich bin ich mehrfacher Deutscher – Meister im Kanufreestyle/Senioren und auch im Squirt.

Als Freestyletrainer bin ich für den KVBW sowie für die Deutsche Nationalmannschaft tätig und habe in den letzten 10 Jahren die Sportler geformt, die für uns die internationalen Medaillen gewonnen haben.

Interesse und Mut etwas Neues kennenzulernen? Dann melde Dich gleich an, da die Plätze der Qualität zuliebe begrenzt sind. Ich freue mich auf dich und auch auf deine Ideen.

Hewo

Mehr Infos über den Kurs (Teilnehmerbericht 2015) unter

<http://www.kanu-bw.de/kanufreestyle/311-spielerisches-schmerzfreies-bootfahren-oder-die-gymnastik-mit-der-zahnbrueste.html>