



KAJAK Kenterrollentraining für Erwachsene im Bambados (Anfänger und Übende)

Das Training eignet sich um die Kenterrolle zu erlernen und kontrolliert zu üben. Außerdem kann man Wassergewöhnung trainieren, zum Beispiel kontrolliertes, sicheres Aussteigen und Verhalten unter Wasser.



Beachtet bitte:

Das Rollentraining ist ein wichtiges Grundlagentraining für unseren Sport. Daher trägt der Verein aktuell die kompletten Kosten dafür. Das Bambados hat die Tarife für diese Saison erheblich erhöht. Es kann sein, dass eine kleine Trainingsgebühr anfällt, sofern die Kosten noch weiter steigen.

Teilnahme- voraussetzung	Schwimmer; Schwimmabzeichen Bronze (Freischwimmer) oder vergleichbar
Alter	Erwachsene und Jugendliche ab ca. 17 Jahre
Termine	Start: Freitag 14.11.2025 Dann immer freitags, jedoch nicht in den Schulferien
Ort/Treff/Einlass	19.10 Uhr vor dem Haupteingang, Bambados; 19:20 Einlass
Trainingszeit	19:30 bis 21:00 im Lehrschwimmbecken 1
Mitbringen	• Badebekleidung, Handtuch, Duschsachen • Taucherbrille oder Schwimmbrille + Nasenklemme • ggf. eigene Neoprenspritze
Ausrüstung	Boote und Paddel werden gestellt sowie einige Spritzdecken
Sonstiges	Die Einlasskarten berechtigen zur Teilnahme am Rollentraining im Lehrschwimmbecken, jedoch nicht zur Nutzung der anderen Schwimm- und Spaßbereiche im Bambados. Die Einlasskarten bekommt ihr von uns gegen 10€ Pfand.
Anmeldung	Meldet Euch bis spätestens 24.10.2025 an, wenn ihr regelmäßig kommen möchtet.
Wichtige Hinweise	Die Beckenkapazität ist begrenzt. Die Teilnahme erfolgt nach Eingang der Anmeldungen.
Info + Anmeldung (Koordination)	Marion Leimeister, Telefon: 0951 9685304 od. 0173 9664297 E-mail: marion@leimeister.net

Verantwortlich für Euer Training ist Stefan Leimeister