



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. Die Kosten für dieses Training sind aktuell im Vereins-Jahresbeitrag enthalten.

(Da das Bambados die Tarife jährlich erhöht, kann es sein, dass irgendwann eine Trainingsgebühr anfallen muss. Aktuell ist das jedoch noch nicht der Fall.)

Teilnahmevoraussetzung	Schwimmer; Schwimmabzeichen Bronze (Freischwimmer) oder vergleichbar.
Alter	Erwachsene und Jugendliche ab ca. 17 Jahre
Termine	Start: Freitag 13.11.2026 Dann immer freitags, jedoch nicht in den Schulferien.
Ort/Treff	19:10 Uhr vor dem Haupteingang Bambados; 19:20 Uhr Einlass.
Trainingszeit	19:30 Uhr bis 21:00 Uhr im Lehrschwimmbecken 1
Mitbringen	• Badebekleidung, Handtuch, Duschsachen • Taucherbrille oder Schwimmbrille + Nasenklemme • ggf. eigene Neoprenspritzdecke
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 01.11.2026 an, wenn ihr regelmäßig kommen möchtet.
Wichtige Hinweise	Die Beckenkapazität ist begrenzt. Die Teilnahme erfolgt nach Eingang der Anmeldungen.
Info + Anmeldung (Koordination)	Marion Leimeister Tel. 0173 9664297 E-mail: marion@leimeister.net

Verantwortlich für Euer Training ist Stefan Leimeister