

HAVKAJAKKURSUS – INTROAFTEN 25-04-2019 kl 1900.

DAGSORDEN:

1. Velkomst og præsentation. Kaffe.
2. Vordingborg Ro- og Kajakklub – hvem er vi og vores målsætning.
3. Hjemmeside - <https://vo-roklub.dk> , Facebook, Conventus. – meld Jer ind i FB-gruppen – Vordingborg ro- og kajakklub.
4. Muligheder i klubben – havkajak, turkajak, robåde, rospinning, motionsrum, udsigt. Klubaftener, morgenroerne.
5. Håndtering af kajakker, udstyr og klubbens inventar – omhu og ansvar.
6. Rundvisning i klubben - herunder introduktion af roseddel.
7. Det kommende kursus – datoer, plan og kommitment.
8. Forløb af kurset. Indhold.
9. Udlevering/henvisning til udsendt materiale. – vedtægter, husreglement, sikkerhedsbestemmelser, starthæfte havkajakroer. Klubbens hjemmeside.
10. Vordingborg Ro- og kajak klub er medlem i både DKF og DGI.
11. Gode tips på Youtube.
12. Redninger i svømmehal. Tidspunkt, sted.
13. Kursusweekend. Omklædt og klar kl 09.00 – mød gerne 08.30.
14. Opfølgingsaftener – kajakture. 3 følgende torsdage 9.-16.-23./maj. Disse aftener er obligatoriske.
15. Kajakretter.
16. IPP bevis – efter 100 km og frigivet.
17. Frigivelsesdag – 100 km – afsluttende kajaktur, redninger og svømning, grillfest.
18. Påklædning i svømmehallen og i åbent vand.
19. Sikkerhed - <http://kano-kajak.org/klubbensledelse/sikkerhed/sosportens-sikkerhedsrad>
20. Instruktører.
21. Kage på kurset.
22. Tak for i aften.

Kontakt: Anders Bille mobil 26217798, Stig Jensen mobil 20772318Stig

Jensen 22-03-2019.