

KCRJ Kursangebot 2025

Anfängerkurs für Kinder & Jugendliche

Datum:

Der Kurs beginnt am **14. Mai 2025** und dauert bis zum **24. September 2025** und wird für interessierte Kinder und Jugendliche mit den Jahrgängen 2016 bis 2012 durchgeführt.

Zeit:

Mittwochs, 13.30 – 15.30 Uhr oder 18:00 – 20:00 Uhr

Die Kurse finden wöchentlich statt und dauern bis zum 24. September 2025 (letzter Trainingstag). Während den Sommerferien des Kantons St. Gallen (05.07.2025 bis 10.08.2025) finden die Kurse normal statt.

Ort:

Wassersportzentrum Rapperswil-Jona, Lidoplatz 20, 8640 Rapperswil
Garderoben mit Duschen sind im Wassersportzentrum vorhanden. Sämtliches Boots- und Paddelmaterial wird vom Kanuclub Rapperswil-Jona zur Verfügung gestellt.

Kursinhalt:

Der Schwerpunkt des Kurses liegt beim Erlernen des Paddelns im Flachbodenkajak, im Poloboot sowie im Regatta Kajak. Auch der Umgang mit dem Bootsmaterial sowie dem notwendigen Zubehör ist Teil des Kurses. Dabei wirst du von ausgebildeten J+S Leitern gecoacht und im Motorboot begleitet. Komm vorbei und erkunde in verschiedenen Bootstypen und Disziplinen den Obersee!

Voraussetzungen:

Voraussetzung für den Kurs ist eine gute körperliche Verfassung und die Fähigkeit 300 Meter im offenen Gewässer frei schwimmen zu können.

Mitnehmen:

- Paddeltaugliche Kleider (Badehose, Tuch, kurzes/langes Sportshirt, je nach Wetter eine Mütze/Sonnenbrille und eine Regenjacke)
- Flip-Flops oder ähnliches (wir müssen über Kieselsteinweg vom Bootshaus zum See laufen)
- Sportschuhe für draussen
- Trinkflasche
- Wechselkleider/Badetuch

Witterung:

Die Kurse finden unabhängig vom Wetter statt. Bei sehr schlechtem Wetter/Sturm werden wir das Training an Land oder im Bootshaus durchführen.

Infrastruktur:

Garderoben mit Duschen sind im Wassersportzentrum vorhanden. Sämtliches Boots- und Paddelmaterial wird vom Kanuclub Rapperswil-Jona zur Verfügung gestellt.

Kurskosten:

CHF 200, ihr erhaltet nach dem Kurs eine Rechnung

Versicherung:

Versicherung ist Sache der Teilnehmer.

Anmeldung:

Ab sofort möglich durch Ausfüllen des Online-Formulars auf www.kcrj.ch. Ein Kurseinstieg nach Kursbeginn ist möglich.

Kontaktperson:

Bei Fragen könnt ihr euch jederzeit an Sascha Trachsel (coach@kcrj.ch) wenden.