



Inbjudan till tekniklinik i Lissfors!

Freestyle & River running

När?

Start fredagen den 29 juli kl. 08:00 till lördagen den 30 juli kl. 18:00. (Dagarna innan SM)

För vem?

Vuxna över 18 år som vill utveckla sina freestyle kunskaper eller river running.

Förkunskap?

Säker roll, behärska att paddla Lissfors samt surfa valsen i Lissfors.

Utrustning?

Ta med din egen paddelutrustning; kajak, paddel, paddelkläder mm.

Pris?

700kr/person. Då ingår 4 coachade paddelpass.

Upplägg?

1 – 3 freestyle pass – utveckla freestyle kunskaper

1 – 2 pass river running – utveckla klass 4 teknik i Lissfors/Fänforsen.

1 pass river running/play – paddla Fänforsen i freestyle båt och utveckla river running/play kunskaper (wave wheel etc)

Anmälan:

Skicka ett mail till forspaddlingskommitten@kanot.com med ditt namn, epost, telefon nr. klubbens namn och adress.

Uppge vid anmälan hur många pass freestyle/river running du är intresserad av, så återkommer vi med exakt upplägg efter sista anmälningsdag.

Klubben faktureras kostnaden.

Anmälan senast fredagen den 1 Juli 2016.

Arrangörer: Forspaddlingskommittén.

Frågor? forspaddlingskommitten@kanot.com

