

INFOS KAJAK-BASISKURSE

Kajakausrüstung des Universitätssports Tipps für die richtige Benutzung

Geht an alle Teilnehmer/innen der Kajak-Basiskurse

Boot

- Die Kajaks immer tragen (kein Schleppen)!
- Paddelbrücke statt Trockenstart über Steine beim Einsteigen!
- Ein mit Wasser vollgefülltes Boot nie über eine Kante oder einen Stein ziehen.
- Nicht auf Süllrand sitzen: die Schenkelstütze kann brechen.

Prüfe, bevor du losfährst:

- Sind beide Schlaufen (Spitze und Heck) in Ordnung?
- Sind die Flügelmuttern zur Befestigung der Fussstütze angezogen?
- Sind die Auftriebskörper aufgeblasen?
- Ist der Heckzapfen eingesetzt?

Paddel

Das Paddel ist für das bequeme Paddeln möglichst leicht konstruiert. Verletzungen am Schaft können einen Paddelbruch zur Folge haben:

- Nicht am Boden liegen lassen. So legen oder stellen, dass man nicht auf die Paddel tritt.
- Paddel nicht werfen

Schwimmweste

Schaumstoffe in der Schwimmweste sind für den Auftrieb im Wasser verantwortlich. Werden diese längere Zeit zusammengedrückt, kann dadurch der Auftrieb der Weste reduziert werden:

- Schwimmweste nicht als Sitzpolster verwenden.

Material im Bootsraum

- Ausrüstungsgegenstände nach Gebrauch wieder komplett an die entsprechenden Haken und Bügel hängen
- Information über Schäden/Mängel an die Leitenden weitergeben

Sport-/Bewegungsangebot siehe www.sport.unibe.ch
