

SUP board

Formål

På dette kursus bliver du undervist med fokus på at kunne bruge SUP i undervisningen, gennemføre aktiviteter i meget beskyttet farvand samt kunne videreformidle følgende:

- ✓ Grundlæggende viden om board og boardets funktioner samt leash og paddel.
- ✓ Grundlæggende håndtering af udstyr
- ✓ Sikkerhed på boardet og i vandet, naturhensyn, søvejsregler samt regler for færdsel langs danske kyster
- ✓ Teori og praksis
- ✓ Forskellige padleteknikker, balance og øvelser
- ✓ Leg og sjov på boardet

Målgruppe

Lærere, pædagoger og andre der ønsker at bruge SUP-boards med børn og unge i meget beskyttet farvand.

Antal deltagere

8-10 personer

Underviser

Mogens Hadberg-Rasmussen

Ved spørgsmål – kontakt Mogens på mail: mogha@ishoj.dk

Kursets varighed

1 undervisningsdag fra kl. 9.00-17.00

Vi håber at kunne afholde kurset i foråret 2021. Vi vil fastsætte en konkret dato sammen med de tilmeldte, når vi har nok tilmeldinger til at gennemføre kurset.

Mødested

Havhytten, Ishøj strand

Pris

750 kr. Prisen dækker kursus, lån af SUP-board, våddragt, neoprensko samt div. udstyr.