

FRILUFTS FRÄMJANDET



Upptäck paddling!

Friluftsförbundet Strömstad anordnar en introduktion till kajakpaddling för sommarlovslediga barn och ungdomar. Vi kommer att visa grunderna i att paddla kajak och förmedla en första positiv känsla för att paddla.

Detta kommer vi att göra:

- Träna på att lyfta, bära och lägga i kajaken
- Träna på att ta oss i och ur kajaken
- Visa och tala om grunderna i att paddla men inte paddla på egen hand på djupt vatten
- Leka mycket balansövningar
- Prata om allemansrätten – vad man får och inte får göra – och inte minst hur vi kan värna om miljö och natur

Vem kan vara med?

Lämplig ålder för att vara med är tolv år eller äldre. Du som är yngre är välkommen tillsammans med en vuxen.

Du måste kunna simma minst 200 meter.

Ta med egen flytväst – har du ingen så säg det när du anmäler dig, se nedan.

När? Torsdag den 29 juni kl 08–12.

Var? Hamnen vid Seläter

Ingen kostnad men du måste anmäla dig så att vi vet hur många kajaker som behövs.

Frågor och anmälan till Olle Haglund tel 070-334 61 02