



Ausschreibung zum Nachwuchslehrgang des BKV Ressort Wildwasserrennsport

Termin: 18.- 21.05.2024

Ort: A 8923 Palfau, Österreich, Fluss Salza,

Lehrteam/

Leitung: Wolfgang Kennel

Zielgruppe: Schüler B bis Junioren



Ausrüstung: WW-Rennboot, Helm, Schwimmweste, Schuhe, Auftriebskörper, Sicherheitsausrüstung

Übernachtung: Campingplatz

Kosten: 125,- Euro pro Teilnehmer

Verpflegung: gemeinsames Frühstück, Abendessen und Mittagessen

Inhalte:

- Gemeinschaftliches Paddeln auf dem Wildwasser
- Begehung und Befahrung der Sprintstrecke und der Classikstrecke.
- Renntaktik, mentale Vorbereitung auf einen Wettkampf
- Manschaftstraining und -taktik

Anmeldung: bis 12. Mai 2024

Infos: Wolfgang Kennel, Feldkirchener Str. 27, 85540 Haar, Tel. 0178/2093983,
E-Mail: wildwasserrennsport@kanu-bayern.de

Ablauf:

18.05.2024 Abfahrt München 05.30 Uhr
Kennenlernen und Einteilung der Trainingsgruppen
Strecke kennenlernen
Gemeinsames Abendessen

19. - 20.05.2024

08:00 Frühstück
09:00 Abfahrt zur Rennstrecke
09:30 Uhr Training auf der Strecke
12.00 Uhr Mittagspause
14.00 Uhr Abfahrt zur Rennstrecke
16:30 Uhr Abschlussbesprechung
17:00 Uhr Gymnastik
18:00 Uhr Abendessen
19:00 Uhr Videoanalyse, Taktikbesprechung, mentale Wettkampfvorbereitung

Bayerischer Kanu-Verband e.V.



Angeschlossen dem Deutschen Kanu-Verband und dem Bayerischen Landes-Sportverband



21.05.2024

08:00 Frühstück
09:00 Abfahrt zur Rennstrecke
09:30 Uhr Training auf der Strecke
12.00 Uhr Mittagspause
13:00 Uhr Training auf der Strecke
17:00 Uhr Heimfahrt

Wolfgang Kennel
Ressortleiter Wildwasserrennsport