

Tegeler See

Wer möchte versuchen, die Scheu vor dem kalten Wasser zu verlieren und zu lernen, dass es auch Spaß machen kann, sich unterhalb lauwarmer Wassertemperaturen im Wasser zu bewegen?

Unter Kaltwasserbedingungen werden wir uns auf dem Boot bewegen und uns mit einigen Brownschen Übungen ‚warmmachen‘. Dabei kommen wir schon mit dem Nass in Berührung, das ein oder andere Abrutschen vom Boot ist vorprogrammiert.

Als Steigerung versuchen wir dann, ohne Panik zu kentern und unter Wasser auszusteigen. Und natürlich geht alles immer wieder einher mit dem Üben von Wiedereinstiegstechniken - bis die Finger steif werden.

Wer Rollen kann, sollte dies unbedingt tun, denn Rollen im kalten Wasser erspart einem im Ernstfall eine sonst unvermeidliche Notsituation.

In der Gruppe macht es mehr Spaß und gibt dieses Sicherheitsgefühl, an denen es einem einzelnen Paddler oftmals mangelt und ihn somit davon abhält, unter Kaltwasserbedingungen alleine im Wasser zu üben. So können auch Dinge ausprobiert werden, bei denen sich eine leichte Unterkühlung nicht gleich zur Lebensbedrohlichkeit ausweitet. Wir sind nicht weit weg vom Verein und können jederzeit schnell reagieren.

Es erfolgt eine Einweisung, trotzdem paddelt und übt jeder auf eigene Gefahr.

Fragen + Anmeldung bei Garci oder Steven (Telefonnummern in der Mitgliederliste im internen Bereich oder unter medienwart@tkv.berlin)