

Velkomen til Padlekurs med Njord. På eit kurs med oss er læring og moro i hovudtema. Eit av kurset sine hovudmål er å fremje padleglede og å oppmuntre til at du som deltakar seinare vil nytte kunnskapen og erfaringa som du tilegnar deg etter kurset. Kurset vil ta form som ein padletur, så tek vi ting etter kvart.

På eit Introduksjonskurs vil all padling skje innaskjers og i skjerma farvatn, vi vil ikkje ta deg med ut i bølger, det er tema for andre kurs ☺. Om du er redd for å måtte rulle rundt og komme deg ut av kajakken så er ikkje dette obligatorisk, men vi anbefalar at alle prøver ☺.

Ein av tinga vi vil gå gjennom på kurset er redningar, kva gjer du om du eller ein kamerat hamnar i vatnet ufrivilleg? Redning og trening på dette vil vi legge til slutten av dagen, slik at vi er våte i kortast mogleg tid. På grunn av denne delen av kurset vert det noko bading. I den samband er det viktig at du har med deg ein del personleg utstyr og klesskift, hugs vatnet er litt kaldt så ta med varme ekstra klede!

Utstyrspakka vi leverer til kurset:

- Kajak
- Åre
- Padlevest
- Spruttrekk
- Våt-drakt (Long John / Jane)
- Padlejakke
- Årepose
- Pumpe
- Neoprensko
- Tørrbag



Anbefalt personleg utstyr

- Tørt klesskift som er klar når ein kjem på land
- Stillongs i ull, gjerne eit par stk
- Ulltrøye, gjerne eit par stk
- Ullsokkar, gjerne eit par sett
- Tjukk fleece eller ullgenser
- Varm jakke til pausane
- Hue og/eller neoprenhette
- Hanskar
- Solkrem og solbriller
- Handklede
- Mat
- Drikke, kald og varm
- Snacks
- Kamera (helst vasstett)



Vi i Njord ser fram til å ta deg med ut på vatnet i nokre kjekke timar ☺.