



Kurset: **”PADLEVETT”**

Erstatter de ”vanlige” onsdagsturene
Du får godkjent 12 km til Distansepokalen

Ons. 24.mai:

Kameratredning v/Lars Verket Kl.17.30 og 18.30
Ha på ullundertøy, vådrakt og ta med skift.

Ons. 31.mai:

1.hjelp v/John Arne Reinertsen
Kl.17.30 og 18.30
Du trenger ikke padletøy denne dagen.
Hvis regn blir det inne på Høyfjellet.

Ons.7.juni:

Myk trafikant på sjøen v/ Leni Nilsen
Kl.17.30 og 18.30

- **H**vor nærme land padler vi ?
 - **H**vordan tar vi hensyn til strøm,vær og vind ?
 - **H**va med motorisert ferdsel ?
 - **H**vordan padle samlet og sikkert ?