

Outdoor Sommer Kanu A (Version 6.11.23)

Bachelor «Sportwissenschaft», zweiter Studienabschnitt / FS 2024

Datum:	Montag, 8. Juli - Freitag, 12. Juli 2024
Treffpunkt:	Montag, 8.15 Uhr Einstellhalle ZSSw
Kursschluss:	Freitag, ca. 18.00 Uhr Einstellhalle ZSSw
Ort:	St. Pierre de Boeuf (F)
Kursleitung:	Peter Matti, peter.matti@unibe.ch, Tel: 078 678 70 43
Kursadministration:	Dr. Grazia Lang, grazia.lang@unibe.ch
Transport:	Unisport-Busse / Anhänger
Unterkunft:	Campingplatz in St. Pierre de Boeuf. Teilnehmer:innen organisieren selber Zeltgemeinschaften. Information zur Wassersportanlage: http://www.espaceeauxvives.com/
Verpflegung:	Verpflegung wird gemeinsam organisiert. Einkaufsmöglichkeiten vor Ort.
Voraussetzungen:	Es sind keine spezifischen Vorkenntnisse nötig.
Ziele:	Erlernen der Kajak Grundtechnik auf Flach- und Wildwasser. Kennenlernen der Sicherheitsaspekte im Kanusport. Erleben von verschiedenen Wassersportgeräten.
Prüfung:	In der Kurswoche integriert; Prüfungsinhalte siehe Anhang
Prüfungsanmeldung:	Es muss zwingend während des offenen Prüfungsanmeldefensters die Prüfungsanmeldung im KSL erfolgen.
Testatregelung:	Der Kurs ist vollumfänglich zu besuchen. Ein Teilurlaub ist aus organisatorischen Gründen nicht möglich.
Ausrüstung/ Material:	Thermoleibchen, Surfschuhe, Nasenklemmer, Badezeug, je nach Witterung: Regen-, Wärme- und Sonnenschutz, Frottiertücher, Reservewäsche, Toilettenartikel, persönliches Sanitätsmaterial, Elastik für Brillenträger, Pass oder ID, Zelt, Schlafmatte und Schlafsack.
Kurskosten:	Die Kosten für Unterkunft, Mieten und Autofahrten betragen ca. CHF 180.— und werden <u>nach</u> dem Kurs in Rechnung gestellt. Die Verpflegung ist individuell vor Ort zu bezahlen: Es muss mit ca. EUR 50.— gerechnet werden, bitte bar mitbringen (gemäss Vorbesprechung).

- Annulationsbedingungen:** Abmeldungen nach Anmeldeschluss sind grundsätzlich so schnell wie möglich an Grazia Lang zu richten, weil sie eine Auswirkung auf Übernachtungsplätze und Anzahl Kursleitende haben. Bei Abmeldungen nach dem **1.3.24** werden ohne Arztzeugnis in jedem Fall 100.- Annulationsgebühren erhoben. Falls die tatsächlich anfallenden Kosten höher sind, werden diese verrechnet. Bei Abmeldungen mit Arztzeugnis werden nur tatsächlich anfallende Kosten verrechnet.
- Vorbesprechung:** Am **Montag, 17. Juni 2024 um 12.15-13.00 Uhr** findet **im C001 am ZSSw resp. online via Zoom** eine **obligatorische Vorbesprechung** statt (Information/Organisation Transport, Material, Verantwortlichkeiten, ...).
- J+S Anerkennung:** Es besteht die Möglichkeit, mit einem verkürzten Zusatzkurs von J+S (3 Tage) die Anerkennung als J+S Leiter Kanu (See) zu erlangen.
- Auskunft:** Administrative Auskünfte (An-/Abmeldung, Rechnung, etc.) erteilt Grazia Lang, grazia.lang@unibe.ch
Inhaltliche Auskünfte erteilt Peter Matti, peter.matti@unibe.ch

Institut für Sportwissenschaft
Fachleitung Outdoor

Dr. G. Lang

Bachelor Prüfung „Outdoor Kanu“

Es werden sechs vorgegebene Aufgaben während der Kurswoche bewertet:

- 0 Punkt: nicht erfüllt
- ½ Punkt: erfüllt
- 1 Punkt: gut

Die Summe der Punkte aus den sechs Formen ergibt die Prüfungsnote.

Aufgabe:	
Kanu 1:	Vorwärts, rückwärts paddeln in gerader Linie
Kanu 2:	Pirouette rechts/links mit Bogenschlägen (vorwärts, rückwärts). Ausführung: gestreckter Arm während des Bogenschlags, Einsatz Rumpf
Kanu 3:	Achterfigur mit Aufkanten des Bootes
Kanu 4:	Wildwasserparcours 1: Traversieren bei leichter Strömung
Kanu 5:	Wildwasserparcours 2: Ein- und Ausbiegen in Kehrwasser
Kanu 6:	Eskimotieren beidseitig

Die Kursleitung behält sich vor, bei aussergewöhnlichen Ereignissen (z.B. Wetterkapriolen, hoher Wasserstand, ...) eine Erfahrungsnote zu setzen.

