

ESKIMOTIER-KURS

Nie mehr schwimmen...

... dafür eine Nase voll Wasser!

Preis
CHF 270.–

mit Roll-
Erfolgs-Garantie!!

Daten
jeweils Montag
20.00 - 21.45 Uhr
5 Abende:

1.3.2010
8.3.2010
15.3.2010
22.3.2010
29.3.2010

Hallenbad im Schulhaus
Wasserstelzen in Riehen
(vgl. Plan auf Rückseite)



Die Eskimorolle: kinderleicht sieht sie aus und völlig ohne Kraft. Eine Erfindung der Eskimos, um im Falle einer Kenterung auf der hektischen Robbenjagd im eiskalten Wasser nicht zu erfrieren. Eine genialer aber komplexer Bewegungsablauf. Alles unter Wasser ohne Atem und im Kopfstand.

Doch in unserem Eskimotierkurs lernst du nicht nur rollen, sondern du erhöhst ganz generell deine Sicherheitsreserven. Respektinflössende Manöver draussen auf dem Fluss kannst du stressfrei im warmen Hallenbad trainieren. So üben wir das Kentern und Aussteigen unter Wasser, lernen auch kopfunter bequem im Boot zu sitzen, mit dem Boot zu schwimmen und nähern uns Schritt für Schritt der Eskimorolle.

...und vielleicht kannst du die Rolle, aber sie funktioniert nicht immer oder nicht auf Anhieb, oder nur im Hallenbad aber nicht in der Strömung, und nur auf eine Seite oder du hast Lust auf ein paar neue Tricks.

Programm

Das Erlernen der Eskimorolle braucht intensive Betreuung und findet deshalb in kleinen Gruppen statt. Der Kurs geht über 5 Wochen (jeweils am Montagabend). **Erfolgsgarantie! - Wem diese Kursdauer nicht reicht, um die Eskimorolle zu erlernen, darf gratis im nächsten Kurs weitermachen!**

Ausrüstung

Die Boote liegen im Hallenbad bereit. Du bringst dein Badezeug mit. Hilfreich, wenn du Schwimmbrille und Nasenklemmer besitzt.

Leistungen

Unterricht, Ausrüstung, Eintritt Hallenbad.
Versicherung ist Sache der Teilnehmer/innen.

Kontaktadresse

GLOBEPADDLER GmbH
Postfach, 4002 Basel
Tel. 061 - 361 44 33, 079 - 465 83 92, info@globepaddler.ch

Auto/Velo: Vom Bad. Bahnhof/Eglisee auf der Äusseren Baselstrasse (Velo- weg/ parallel zu Tramlinie Nr. 6). In Riehen rechts in den Keitenweg abbiegen. Nach der Bahnunterführung befindet sich das Schulhaus Wasserstelzen auf der linken Seite.

Mit öffentlichem Verkehrsmittel: Vom Bad. Bahnhof mit Tram Nr. 6 bis Haltestelle Haberermatten in Riehen. Dort auf den Kleinbus Nr. 45 (Haltestelle in der Rauracherstrasse vis-à-vis) bis zur Haltestelle Wasserstelzen.

Der Eingang zum Hallenbad befindet sich im niedrigen Zwischen-gebäude zwischen den grossen Schulhausern hinter dem Pausenplatz (Glas-/Holztüre). Das Hallenbad und die Garderoben liegen im 1. Untergeschoss.



Haltestelle BVB Haberermatten:
- Tram 6, z.T. Tram 2
- Bus 31, 34
- Umsteigen in Bus 45

Hallenbad Schulhaus Wasserstelzen
BVB Haltestelle "Wasserstelzen" von Bus 45