

## Kajak for voksne (18+)

Som frigivet seniormedlem af PAGAJ kan du tage en tur i kajak, lige når du har lyst.

Hver torsdag aften og søndag formiddag er der fællesroning, hvor vi ror sammen på Vandkraftsøen og op ad Storåen. Udover de ugentlige aktiviteter, tager vi også på mange længere ture fx til Mariager Fjord, Rømø, Venø samt vores årlige tur til Norge eller Sverige.

## Begynderkurser havkajak Ipp2 Niveau.

Hvert år i løbet af foråret afholder vi begynderkurser for nye medlemmer. Du skal tilmelde dig ét af vores begynderhold, hvis du vil være medlem af klubben.

På et begynderkursus øver vi roteknik og sikkerhed. Først i svømmehallen, senere på Vandkraftsøen og til sidst på ture på Limfjorden. Vi introducerer dig også til klubben og vores mange aktiviteter, så du kan føle dig velkommen og tage del i vores gode fællesskab.

Et havkajakkursus, som løber over ca. 6 uger i hold på 10-12 personer ved uddannede kajakinstruktører. Formålet med kurset er at du bliver i stand til at færdes sikkert på vandet, redde dig selv og andre kajakroere, samt at ro fremad i et fornuftigt tempo i let vind. Det forventes, at du deltager i alle lektioner og at du er indstillet på, at der skal arbejdes for at opnå målene for kurset. Kurset afsluttes med en prøve på fjorden, hvor du skal vise, at du kan lave de redninger, som kræves for at få et IPP 2 bevis.

Den første aften mødes vi i klubben, hvor du hører om klubben, ser forskellige kajakker og udstyr, og til sidst ror vi en lille tur. De næste tre lektioner foregår i svømmehallen i Ulfborg torsdage kl. 19- 21. Her skal vi øve redningsøvelser. Gå evt. ind på YouTube, søg på redningsøvelser i havkajak, så du kan se hvordan det foregår. Derefter er der to lektioner, hvor vi øver teknik på søen eller fjorden. Vi slutter af med en dag på fjorden, hvor vi ror en tur og laver prøven. Tidspunktet for de sidste 3 lektioner fastlægges vi den første aften sådan at alle kan deltage.

Vi glæder os til at se jer. Hvis der er spørgsmål om havkajakkurset, så skriv til pagajkursus@gmail.com.

## Prisen for et begynderkursus inkl. prøve, ligger på kr. 2.810,-

Når du har bestået IPP2 prøven, fortsætter som medlem, det inkludere:

- Medlemskab af Kajakklubben PAGAJ resten af indmeldelsesåret (værdi kr. 1.960)
- Adgang til at bruge kajakker, svømmeveste, pagajer mm.
- Adgang til at bruge klubbens faciliteter, herunder bl.a. motionsrum og sauna.
- Adgang til at deltage i klubbens mange arrangementer og kajakture
- Gratis adgang til svømmehallen i Holstebro onsdage fra kl. 19:00 til 21:00 året rundt (sommerferien undtaget), hvor der kan svømme trænes og øves tekniktræning i kajakkerne.
- Mulighed for at deltage i et gratis omskolingskursus til turkajak i det efterfølgende år eller senere
- Briknøgle til klubben (udleveres ved frigivelse af instruktøren)

Hvis du allerede er frigivet i en anden klub, henvender du dig blot til klubbens kasserer.

## Tilmelding sker online, på Pagaj.dk

Du tilmelder dig nemt og hurtigt et begynderkursus online hvor du finder det kursus, du gerne vil tilmeldes.

Vores næste begynderkurser for havkajak har holdstart d. 19. april 2022. og 31 maj 2022  
Begge opstartsdage mødes vi kl. 19 i Kajakklubben Pagaj, Søvej 8, 7500 Holstebro

På første kursusaften fastlægges I sammen datoerne for det videre kursusforløb.



## Yderligere information

Hvis du er i tvivl om kajak er noget for dig, så afholder vi **Åbent Hus Kr. Himmelfartsdag**, hvor du gratis kan komme og prøve en tur i kajak og få en snak med andre medlemmer af klubben,

Nye turkajakroere: Vi forventer at starte nye hold omkring maj 2022.

Du er også velkommen til at kontakte tur- og havkajakinstruktørerne på telefon.

Bent Thybo  
Instruktør – havkajak  
Tlf.: 30 74 88 40

Tyge Lundø Dahl  
Instruktør – turkajak  
Tlf.: 30 22 18 23