

Vårens siste Bassengtrening 21. april

Dato/Tid

Dato(er) - 21.04.2018

15:00 - 17:00

Sted

[Langhus bad](#)

Beskrivelse

Det blir bassengtrening lørdag 21. april kl. 15-17 i Langhus bad. Det blir egentrening; du øver på selvvalgte øvelser og spør andre om hjelp når du trenger det. Vi hjelper hverandre med redningsteknikker, rulla, osv.

Klubben stiller med livredder og hallansvarlig. Hvis du vil bruke din egen kajak må den være rengjort GRUNDIG både ut- og innvendig. Husk at redningsvest og spruttrekk også skal være rengjort. Ta gjerne med lange shorts, langermet trøye, svømmebriller/dykkermaske – da blir flere av øvelsene enklere og behageligere.

Vennligst fyll ut i avkryssingsboksen om du tar med egen kajak eller om du vil låne av klubben (så vi slipper å ta med flere kajaker enn vi trenger).

Spørsmål rettes til [post\(at\)drobakkajak.no](mailto:post(at)drobakkajak.no)

Ansvarlig: Richard, tlf. 90722521, [richard\(at\)drobakkajak.no](mailto:richard(at)drobakkajak.no)

NB! Tilbudet er kún for medlemmer i Drøbak kajakklubb

Det er 12 plasser totalt. 4 er reservert og 8 plasser er ledig. 0 avventer godkjenning.

Påmelding

Bestilling er stengt for dette arrangementet.

*Replace with
your logo*

Drøbak kajakklubb

Vi padler tur med havkajak
<https://drobakkajak.no>
