

Paddle Level

Kompetenz. Entwicklung. System

Ausbildungshilfe WW Kajak

Nach den Standards des European Paddle Pass

19. Februar 2020

Impressum

Herausgeber:
Schweizerischer Kanu-Verband SKV
8000 Zürich
Tel: 043 222 40 77
E-Mail: paddlelevel@swisscanoe.ch

Der vollständige oder teilweise Nachdruck bzw. sonstige Veröffentlichung ist nur zu nichtkommerziellen Zwecken unter Angabe der Quelle (Schweizerischer Kanu-Verband) statthaft. Rückmeldungen und Mitarbeit an dem Dokument sind erwünscht.

In diesem Text wird der Einfachheit halber nur die männliche Form verwendet. Die weibliche Form ist selbstverständlich immer miteingeschlossen.

Inhaltsverzeichnis

Grundvoraussetzungen	3
Vorbereitung	5
Technik	10
Umwelt.....	26

Sinn und Zweck des Dokumentes

Dieses Dokument ist eine Ausbildungshilfe und zeigt den Aufbau der Paddle Level Inhalte für WW Kajak von Level 1 (noch Kajak und Canadier gemeinsam) bis WW Kajak Level 5. Level 5 hat noch keine internationale EPP Anerkennung, sondern wird nur als Paddle Level in der Schweiz vergeben.

Grundvoraussetzungen

Thema (Level 1 - 5):	Detailbeschreibung Thema (Level 1 - 5):	Qualität
1, 2, 3, 4, 5: Erklärung zur Sportgesundheit ist unterschrieben	1, 2, 3: Erklärung zur Sportgesundheit gemäss Level ist vor dem Assessment/Ausbildungskurs unterschrieben. Der Veranstalter kann diese anpassen. 4, 5: Erklärung zur Sportgesundheit gemäss Level ist vor dem Assessment/Ausbildungskurs unterschrieben. Der Veranstalter kann diese anpassen. Des Weiteren ist ein Nachweis erbracht, dass der Kandidat dem geplanten Gewässer für den Ausbildungskurs oder das Assessment gewachsen ist.	nicht anwendbar
1: Kondition für 1 stündige Ausfahrten 2: Kondition für 2 stündige Touren 3: Kondition für 3 stündige WW II Touren 4: Kondition für 4 stündige WW III Touren 5: Kondition für 4 Stunden paddeln auf WW IV	1: Der Kandidat kann 1 Std. auf Zahmwasser 1 oder 2 paddeln ohne längere Pause. Dies muss nicht separat abgenommen werden, es wird automatisch durch alle anderen Punkte abgedeckt. 2: Der Kandidat kann 2 Std. auf Zahmwasser 2 oder 3 paddeln mit einer kurzen Pause. Dies muss nicht separat abgenommen werden, es wird automatisch durch alle anderen Punkte abgedeckt. 3: Der Kandidat kann 3 Std. auf WW II paddeln. Dies muss nicht separat abgenommen werden, es wird automatisch durch alle anderen Punkte abgedeckt. 4: Der Kandidat kann 4 Std. auf WW III paddeln. Dies muss nicht separat abgenommen werden, es wird automatisch durch alle anderen Punkte abgedeckt. 5: Der Kandidat kann 4 Std. auf WW IV paddeln, reine Paddelzeit ohne Pausen gezählt. Dies muss nicht separat abgenommen werden, es wird automatisch durch alle anderen Punkte abgedeckt.	1: Einfach 2: Routine 3: Routine 4: Routine 5: Demo
1: Keine 2: Schon längere Touren gemacht haben bis Zahmwasser 3 3: Erfahrung auf mehreren WW II Gewässern 4: Erfahrung auf mehreren WW III Gewässern 5: Erfahrung auf mehreren WW IV Gewässern	1: keine Vorgaben 2: 5 Paddeltouren davon 2 Paddeltouren auf mind. Zahmwasser 3 (ca. 15 km) in den letzten 2 Jahren, Nachweis im Fahrtenbuch. 3: Mindestens 5 Paddeltouren in Eigenregie auf 3 unterschiedlichen Gewässern auf WW II in den letzten 2 Jahren, Nachweis im Fahrtenbuch. 4: Mindestens 20 Touren in Eigenregie auf 5 unterschiedlichen natürlichen Gewässern auf WW III in den letzten 3 Jahren, Nachweis im Fahrtenbuch. 5: Mindestens 3 Jahre Erfahrung im WW fahren. Touren auf WW IV auf mindestens 10 unterschiedlichen natürlichen Gewässern (keine künstlichen Wehrbauten oder WW Kanäle). Die Gewässer wurden bei unterschiedlichen Wasserständen befahren und beinhalten Wuchtwasser sowie auch technische steile Wildbäche. Der Kandidat hat schon Erfahrung mit Gruppenführung auf WW.	1: nicht anwendbar 2: Einfach 3: Einfach 4: Routine 5: Demo

Thema (Level 1 - 5):	Detailbeschreibung Thema (Level 1 - 5):	Qualität
<p>1: Gewässer See ohne Wind oder Wellen oder bis Zahmwasser 2</p> <p>2: Gewässer Zahmwasser 2 oder 3 oder See mit Wind und Wellen</p> <p>3: Gewässer WW II auf unterschiedlichen Abschnitten</p> <p>4: Gewässer WW III auf unterschiedlichen Abschnitten</p> <p>5: Gewässer WW IV auf unterschiedlichen Abschnitten</p>	<p>1: Alle Wasserfertigkeiten werden auf dem See ohne Wind oder Wellen oder bis Zahmwasser 2 gezeigt.</p> <p>2: Alle Wasserfertigkeiten werden auf Zahmwasser 2 oder 3 oder dem See mit leichtem Wind und Wellen gezeigt.</p> <p>3: Alle Wasserfertigkeiten werden auf WW II gezeigt. Das Assessment findet auf unterschiedlichen Gewässerabschnitten statt.</p> <p>4: Alle Wasserfertigkeiten werden auf natürlichem WW III gezeigt. Das Assessment findet auf unterschiedlichen Gewässerabschnitten statt, Streckenlänge gesamt: Mindestens 5 km.</p> <p>5: Alle Wasserfertigkeiten werden auf natürlichem WW IV gezeigt. Das Assessment findet auf unterschiedlichen Gewässerabschnitten, Streckenlänge gesamt: Mindestens 5 km. Entspricht der Wasserstand nicht den Assessment-Anforderungen, wird das Assessment verschoben.</p>	<p>nicht anwendbar</p>
<p>1, 2, 3, 4, 5: Assessment Form</p>	<p>1, 2, 3, 4,5: Formen für Assessments sind im Dokument "Assessments" beschrieben.</p>	<p>nicht anwendbar</p>

Vorbereitung

Thema (Level 1 - 5):	Detailbeschreibung Thema (Level 1 - 5):	Qualität
<p>1: Auswahl des richtigen Kajaks/Canadiers 2: Auswahl des richtigen Kajaks 3: Dem Gewässer angepasstes Bootsmaterial verwenden 4, 5: Dem Einsatz angepasstes Bootsmaterial verwenden</p>	<p>1: Der Kandidat kennt für seinen Einsatzbereich das passende Kajak oder den passenden Canadier. Er kann es/ihn selbständig betriebssicher (manövrierfähig und ausgestattet, so dass Kajak oder Canadier auch nach einer Kenterung nicht sinkt) für die Fahrt vorbereiten. 2: Der Kandidat kennt für seinen Einsatzbereich das passende Kajak. Er kann dieses selbständig betriebssicher (manövrierfähig und ausgestattet, dass Kajak auch nach einer Kenterung nicht sinkt) für die Fahrt vorbereiten. Der Kandidat kennt die Sicherheitselemente (z.B. Rettungsschlaufen, Rettungsleinen, Auftriebskörper) seines Kajaks und diese sind funktionstüchtig. 3: Der Kandidat verwendet ein dem Gewässer angepasstes WW Kajak mit mindestens vorne und hinten je einem stabilen Haltegriff geeignet für Rettungsmanöver. Das Kajak ist betriebssicher (Luftsäcke vorne und hinten, mindestens 60N Auftrieb. Diese sind so verstaut, dass sie bei einer Kenterung im Boot bleiben). Ausgeliehenes Material wird wie das eigene behandelt. 4, 5: Der Kandidat verwendet ein dem Einsatz angepasstes WW Kajak mit mindestens vorne und hinten je einen stabilen Haltegriff geeignet für Rettungsmanöver. Das Kajak ist betriebssicher (Luftsäcke vorne und hinten, mindestens 60N Auftrieb. Diese sind so verstaut, dass sie bei einer Kenterung im Boot bleiben). Ausgeliehenes Material wird wie das eigene behandelt.</p>	<p>1: Einfach 2: Einfach 3: Routine 4: Demo 5: Demo</p>
<p>1: Anpassen des Kajaks/Canadiers und Paddels 2, 3, 4, 5: Kajak persönlich anpassen und Material betriebssicher verstauen</p>	<p>1: Der Kandidat kennt die vorhandenen Einstellmöglichkeiten des Kajaks oder Canadiers und Paddels um es auf die eigenen Bedürfnisse anzupassen und wendet diese an. Der Kandidat weiss wie Material im/auf dem Kajak oder Canadier sicher verstaut wird. 2, 3: Der Kandidat kennt seine persönliche optimale Sitzhaltung im Kajak und passt dieses entsprechend an. Zusätzliches Material (z.B. Wurfsack) wird kenterungssicher so im Kajak verstaut, dass es bei einer Kenterung den Kandidaten nicht beim Aussteigen behindern kann. Falls nötig ist das Material wasserdicht verpackt. 4, 5: Der Kandidat kennt seine persönlich optimale Sitzhaltung im Kajak und passt dieses entsprechend an. Zusätzliches Material (z.B. Wurfsack) wird kenterungssicher so im Kajak verstaut, dass dies bei einer Kenterung den Kandidaten nicht beim Aussteigen behindern kann. Falls nötig ist das Material wasserdicht verpackt. Der Kandidat weiss wie Zusatzfitting am Kajak anzubringen ist.</p>	<p>1: Einfach 2: Einfach 3: Routine 4: Demo 5: Demo</p>

Thema (Level 1 - 5):	Detailbeschreibung Thema (Level 1 - 5):	Qualität
<p>1: Pflege und Kontrolle des Kajaks/Canadiers nach Gebrauch 2, 3: Pflege und Kontrolle des Kajaks und Paddelsportgeräte kennen 4, 5: Pflege und Kontrolle, Paddelsportgeräte kennen, Reparaturen</p>	<p>1: Der Kandidat weiss wie sein Kajak oder Canadier nach dem Gebrauch zu pflegen ist. Er kontrolliert nach der Fahrt den einwandfreien Zustand seines Kajaks oder Canadiers. 2, 3: Der Kandidat weiss wie sein Kajak nach dem Gebrauch zu pflegen ist. Er kontrolliert nach der Fahrt den einwandfreien Zustand seines Kajaks. Der Kandidat kennt verschiedene Paddelsportgeräte und deren Einsatz. 4, 5: Der Kandidat weiss wie sein Kajak nach dem Gebrauch zu pflegen ist. Er kontrolliert nach der Fahrt den einwandfreien Zustand seines Kajaks. Der Kandidat kennt verschiedene Paddelsportgeräte und deren Einsatz. Er weiss wie einfache Reparaturen an Paddel, Kajak und Ausrüstung zu machen sind.</p>	<p>1: Einfach 2: Einfach 3: Routine 4: Routine 5: Demo</p>
<p>1: Handhabung der Spritzdecke (nur für Kajak) 2, 3: Routinierte Handhabung der Spritzdecke 4, 5: Routinierte Handhabung der Spritzdecke auf WW</p>	<p>1: Der Kandidat beherrscht die Handhabung der Spritzdecke. Die Schlaufe für die Notöffnung ist immer von aussen erreichbar. Die Spritzdecke wird zuerst hinten angesetzt und dann nach vorne aufgespannt. 2, 3: Der Kandidat beherrscht routiniert die Handhabung der Spritzdecke. Die Schlaufe für die Notöffnung ist immer von aussen erreichbar. 4, 5: Der Kandidat beherrscht routiniert die Handhabung der Spritzdecke auf WW. Schliessen und Öffnen kann auch in kleinen oder unruhigen Kehrwassern gezeigt werden. Die Schlaufe für die Notöffnung ist immer von aussen erreichbar.</p>	<p>1: Einfach 2: Routine 3: Routine 4: Routine 5: Demo</p>
<p>1: Witterungsschutz für das Paddeln 2: Der Tour und Witterung angepasste Bekleidung 3, 4, 5: Geeignete Schutzkleidung für WW</p>	<p>1: Der Kandidat kleidet sich der Situation angepasst (Schutz vor UV-Strahlen, Kälteschutz) 2: Der Kandidat kleidet sich der Situation angepasst und beachtet auch Besonderheiten von längeren Touren. 3: Der Kandidat trägt Kleider und Schuhwerk, der Witterung und WW II angepasst, die auch eine Rettung ermöglichen (z.B. wind- und wasserdichte Kleidung) 4: Der Kandidat trägt Kleider und Schuhwerk, der Witterung und WW III angepasst, die auch eine Rettung ermöglichen (z.B. wind- und wasserdichte Kleidung) 5: Der Kandidat trägt Kleider und Schuhwerk, der Witterung und WW IV angepasst, die auch eine Rettung ermöglichen (z.B. wind- und wasserdichte Kleidung).</p>	<p>1: Einfach 2: Einfach 3: Routine 4: Demo 5: Demo</p>

<p>1: Einstieg Tourenplanung unter Anleitung 2: Eigenständige Tourenplanung 3, 4, 5: Eigenständige Tourenplanung auf WW</p>	<p>1: Der Kandidat kann unter Anleitung kleinere Touren selber planen. Er informiert sich vor der Fahrt bei lokalen Anbietern und folgt deren Empfehlungen. 2: Der Kandidat hat schon unter Eigenregie Touren durchgeführt. Er kennt Gewässerinformationen. Er kann Halbtagestouren mit einer Gruppe die gleich gut paddelt planen. Der Kandidat kennt sicherheitsrelevante Aspekte auf seinem Level und sorgt in der Planung für genügend Reserven. Er kennt das Fahrtenbuch und kann dieses anwenden. Bei längeren Touren werden Pausen eingeplant. 3: Der Kandidat weiss, wo er für die für ihn relevanten Gewässer den Pegelstand nachschauen kann. Er kennt Besonderheiten in der Tourenplanung auf WW II. Er kennt Sicherheitsaspekte die auf WW II auftreten können oder einen Einfluss haben. Der Kandidat sorgt bei der Planung für genügend Sicherheitsreserven. Er kennt Gruppenorganisation auf dem fliessenden Wasser. Gruppenabsprachen werden vor dem Einstieg gemacht. Der Kandidat kann mit einer Gruppe gleich guter Paddler als Gruppenmitglied eine Fahrt auf WW II organisieren und daran teilnehmen. Er kennt das Fahrtenbuch und wendet dieses an. Bei längeren Touren werden Pausen eingeplant. 4: Der Kandidat weiss, wo er für die für ihn relevanten Gewässer den Pegelstand nachschauen kann. Er kennt Besonderheiten in der Tourenplanung auf WW III. Er kennt Sicherheitsaspekte die auf WW III auftreten können oder einen Einfluss haben. Der Kandidat sorgt bei der Planung für genügend Sicherheitsreserven und Pausen. Er kennt Gruppenorganisation auf dem fliessenden Wasser. Gruppenabsprachen werden vor dem Einstieg gemacht. Der Kandidat kann mit einer Gruppe gleich guter Paddler als Gruppenmitglied eine Fahrt auf WW III organisieren und daran teilnehmen. Er kennt das Fahrtenbuch und wendet dieses an. Er kann selbständig Einstieg, Ausstieg und Verstellen von Fahrzeugen organisieren. Er weiss der Tour und Witterung angepasst, was für Material zur Tour benötigt wird (z.B. Essen, warmes Getränk). Er kann mit Kartenmaterial, Flussführern, Flussapps oder -programmen umgehen. Er kann Stellen im Bach evaluieren an denen er sich orientieren kann (z.B. Brücken). Bei längeren Touren werden Pausen eingeplant.</p>	<p>1: Einfach 2: Einfach 3: Routine 4. Routine 5: Demo</p>
---	---	--

	<p>5: Der Kandidat weiss, wo er für die für ihn relevanten Gewässer den Pegelstand nachschauen kann. Er kennt Besonderheiten in der Tourenplanung auf WW IV. Er kennt Sicherheitsaspekte die auf WW IV auftreten können oder einen Einfluss haben. Der Kandidat sorgt bei der Planung für genügend Sicherheitsreserven und Pausen. Er kennt Gruppenorganisation auf dem fliessenden Wasser und kann auch eine Gruppe leiten. Gruppenabsprachen werden vor dem Einstieg gemacht. Der Kandidat kann eine Gruppe Paddler auf WW IV führen. Er kennt das Fahrtenbuch und wendet dieses an. Er kann selbständig Einstieg, Ausstieg und Verstellen von Fahrzeugen organisieren. Er weiss der Tour, Witterung und Gruppe angepasst was für Material zur Tour benötigt wird (z.B. Essen, warmes Getränk). Er nimmt auch Material für die Gruppe mit. Dem Kandidaten ist bewusst, dass zu viel oder falsches Material fast so gefährlich sein kann wie fehlendes Material. Er kann mit Kartenmaterial, Flussführern, Flussapps oder -programmen umgehen. Er kann Stellen im Bach evaluieren an denen er sich orientieren kann (z.B. Brücken). Bei längeren Touren werden Pausen eingeplant.</p>	
<p>1: Gesundheitsverträgliches Anheben und Tragen eines Kajaks/Canadiers mit Hilfestellung 2: Gesundheitsverträgliches Anheben und Tragen eines Kajaks 3, 4, 5: Geübtes Anheben und Tragen eines Kajaks</p>	<p>1: Der Kandidat zeigt gesundheitsverträgliches Anheben, Tragen und Absetzen des Kajaks/Canadiers. Die Kraft kommt aus den Beinen und nicht aus dem Rücken. Nutzung von Hilfestellung ist empfohlen. 2, 3, 4, 5: Der Kandidat zeigt ohne Hilfestellung gesundheitsverträgliches Anheben, Tragen und Absetzen des Kajaks. Die Kraft kommt aus den Beinen und nicht aus dem Rücken.</p>	<p>1: Einfach 2: Einfach 3: Routine 4: Routine 5: Demo</p>
<p>1: Kajak/Canadier nach Fahrt sichern 2: Sicherer Kajaktransport auf dem Auto 3, 4, 5: Sicherer Kajaktransport auf dem Auto und Anhänger</p>	<p>1: Der Kandidat versteht das Konzept vom Sichern eines Kajaks oder Canadiers nach einer Fahrt. Entweder mit sicherem Verstauen oder Anbinden mit einem sicheren Knoten. 2: Der Kandidat weiss wie sein Kajak sicher auf einem Autodach oder Anhänger befestigt wird, ohne dass dies Schaden nimmt. Material wie Paddel usw. ist sicher verstaut. 3, 4: Der Kandidat kann selbständig sicher verschiedene Kajaks auf einem Autodach und Anhänger befestigen ohne dass diese Schaden nehmen. Material wie Paddel usw. ist sicher verstaut. Er kennt das Merkblatt Ladungssicherung des SKV mit den wichtigsten Vorschriften und Tipps und wendet diese an. 5: Der Kandidat kann selbständig sicher verschiedene Kajaks auf einem Autodach und Anhänger befestigen ohne dass diese Schaden nehmen. Material wie Paddel usw. ist sicher verstaut. Er kennt das Merkblatt Ladungssicherung des SKV inklusive der Gesetzesauszüge und wendet dieses an.</p>	<p>1: Einfach 2: Routine 3: Routine 4: Routine 5: Demo</p>

<p>3, 4: Verständigung auf dem WW mit Hand und Paddel 5: Verständigung auf dem WW mit Hand, Paddel und Pfeife</p>	<p>3: Der Kandidat kennt die wichtigsten Hand- und Paddelsignale und kann diese anwenden. Signale werden in der Gruppe besprochen bevor man auf dem Wasser ist. Dem Kandidaten ist bewusst, dass andere Gruppen auf dem Wasser andere Zeichen haben oder diese anders verstehen können.</p> <p>4: Der Kandidat kennt die Hand- und Paddelsignale und wendet diese an. Signale werden in der Gruppe besprochen bevor man auf dem Wasser ist. Dem Kandidaten ist bewusst, dass andere Gruppen auf dem Wasser andere Zeichen haben oder diese anders verstehen können.</p> <p>5: Der Kandidat kennt die Hand-, Paddel- und Pfeifsignale und wendet diese an. Signale werden in der Gruppe besprochen bevor man auf dem Wasser ist. Dem Kandidaten ist bewusst, dass andere Gruppen auf dem Wasser andere Zeichen haben oder diese anders verstehen können.</p>	<p>3: Einfach 4: Routine 5: Demo</p>
--	--	--

Technik

Thema (Level 1 - 5):	Detailbeschreibung Thema (Level 1 - 5):	Qualität
<p>1: 50m geradeausfahren und stoppen 2: 200m geradeausfahren mit effizienter Paddeltechnik und stoppen 3, 4, 5: Effizienter und flüssiger Grunds Schlag anwenden auf WW</p>	<p>1: Der Kandidat hält Kajak oder Canadier über eine Strecke von 50 Meter auf einer Linie. Eine gewisse Abweichung vom Kurs wird erwartet, Kajak oder Canadier müssen sich aber immer in einer Vorwärtsbewegung befinden. Der Kandidat zeigt Ansätze einer gesundheitsverträglichen und effizienten Körperhaltung. Der Wasserdruck beim Grunds Schlag ist auf der hohlen Seite des Paddelblatts. Die Zugphase des Paddelblattes geht bis ca. zur Hüfte. Stoppen des Kajaks oder Canadiers aus voller Fahrt muss vorgeführt werden. Die Bewegung von Kajak oder Canadier in eine andere Richtung muss innerhalb von vier Paddelschlägen ersichtlich sein. Beim Stoppen ist der Wasserdruck auf der gebauchten Seite des Paddelblatts.</p> <p>2: Der Kandidat hält das Kajak über eine Strecke von 200 Meter auf einer Linie. Aufrechte und natürliche Haltung. Vorzeigen eines flüssigen Paddelrhythmus. Ansatz von Oberkörperrotation ist ersichtlich. Der Kandidat hält das Kajak die ganze Zeit auf geradem Kurs. 50 Meter der Strecke werden in schnellem Tempo zurückgelegt. Der Kandidat kann die Kraft vom Paddel über den Rumpf und die Beine ins Kajak bringen. Stoppen des Kajaks aus voller Fahrt muss vorgeführt werden. Die Bewegung des Kajaks in eine andere Richtung muss innerhalb von vier Paddelschlägen ersichtlich sein. Beim Stoppen ist der Wasserdruck auf der gebauchten Seite des Paddelblatts.</p> <p>3: Der Kandidat zeigt auf WW II andauernd Grunds schläge, die flüssig und der Situation angepasst sind. Elemente wie gezieltes Einsetzen des Paddels ins Wasser, gut ersichtliche Oberkörperrotation, Einsatz der Beine, natürliche aufrechte Oberkörperposition, gute Beschleunigung und Erreichen und Halten einer höheren Geschwindigkeit und gute Kontrolle des Kajaks werden angewandt. Beim Assessment werden physische Voraussetzungen und persönlicher Stil des Kandidaten berücksichtigt.</p> <p>4: Der Kandidat zeigt auf WW III andauernd Grunds schläge, die flüssig und der Situation angepasst sind. Elemente wie gezieltes Einsetzen des Paddels ins Wasser, gut ersichtliche Oberkörperrotation, Einsatz der Beine, natürliche aufrechte Oberkörperposition, gute Beschleunigung und Erreichen und Halten einer höheren Geschwindigkeit und gute Kontrolle des Kajaks werden angewandt. Beim Assessment werden physische Voraussetzungen und persönlicher Stil des Kandidaten berücksichtigt.</p>	<p>1: Einfach 2: Routine 3: Routine 4: Routine 5: Demo</p>

Thema (Level 1 - 5):	Detailbeschreibung Thema (Level 1 - 5):	Qualität
	<p>5: Der Kandidat zeigt auf WW VI andauernd Grundschräge, die flüssig und der Situation angepasst sind. Elemente wie gezieltes Einsetzen des Paddels ins Wasser, gut ersichtliche Oberkörperrotation, Einsatz der Beine, natürliche aufrechte Oberkörperposition, gute Beschleunigung und Erreichen und Halten einer höheren Geschwindigkeit und gute Kontrolle des Kajaks werden angewandt. Beim Assessment werden physische Voraussetzungen und persönlicher Stil des Kandidaten berücksichtigt.</p>	
<p>1: Rückwärtspaddeln über eine Strecke von 25 m und Stoppen 2: 25m rückwärtspaddeln zu einem festgelegten Punkt und stoppen 3, 4, 5: In der Strömung anhalten und rückwärts traversieren auf WW</p>	<p>1: Es muss das Kajak oder Canadier über eine Distanz von 25 Meter rückwärts gepaddelt werden. Umfeld in Fahrtrichtung ist immer unter Kontrolle. Druckseite des Paddels ist die gebauchte Seite, Ansatz von Oberkörperrotation ist ersichtlich. Stoppen des Kajaks oder Canadiers aus voller Fahrt muss vorgeführt werden. Die Bewegung des Kajaks oder Canadiers in eine andere Richtung muss innerhalb von vier Paddelschlägen ersichtlich sein. 2: Der Kandidat demonstriert kontrolliertes Rückwärtspaddeln mit angemessenem Tempo zu einem vordefinierten Punkt über eine Distanz von 25 Meter. Hüftrotation und Blick in Fahrtrichtung sind ersichtlich, Druckseite des Paddels ist die gebauchte Seite. Das Boot wird aus der Fahrt mit 4 Paddelschlägen zum Stehen gebracht. 3: Der Kandidat fährt in der Strömung auf ein Hindernis zu, stoppt und traversiert vom Hindernis weg. Die Bootsspitze zeigt immer flussabwärts. Dies wird in einer Stromschnelle (WW II) gezeigt. Der Kandidat bleibt die ganze Zeit in der Hauptströmung, kein Rückwärtsbefahren eines Kehrwassers nötig. Der Blick ist immer in Fahrtrichtung. Dies kann auch verwendet werden, um eine bessere Übersicht bei schlecht einsehbaren Stellen zu erlangen oder bei Unterspülungen. 4: Der Kandidat zeigt auf WW III in der Strömung an einer geeigneten Stelle, dass er anhalten kann und rückwärts weg traversieren. Dies wird gebraucht, um von einer Stelle weg zu kommen oder die Geschwindigkeit zu reduzieren um den Abstand in der Gruppe einzuhalten oder eine Stelle einzusehen. 5: Der Kandidat zeigt auf WW IV in der Strömung an einer geeigneten Stelle, dass er anhalten kann und rückwärts weg traversieren. Dies wird gebraucht, um von einer Stelle weg zu kommen oder die Geschwindigkeit zu reduzieren um den Abstand in der Gruppe einzuhalten oder eine Stelle einzusehen.</p>	<p>1: Einfach 2: Routine 3: Einfach 4: Routine 5: Demo</p>
<p>1: Erste Ansätze seitliches Versetzen des Kajaks/Canadiers 2: Kajak seitlich versetzen 3, 4, 5: Effizientes seitliches Versetzen auf WW</p>	<p>1: Etwas Oberkörperverdrehung zum Paddel hin ist ersichtlich. Ganzes Paddelblatt soll versenkt sein, der Paddelschaft ist möglichst senkrecht. Erholungsphase mit dem Blatt im oder aus dem Wasser ist akzeptiert. Klare Seitwärtsbewegung des Kajaks oder Canadiers ist ersichtlich, leichtes Abdrehen zur Spitze oder zum Heck ist akzeptiert.</p>	<p>1: Einfach 2: Einfach 3: Routine 4: Routine 5: Demo</p>

Thema (Level 1 - 5):	Detailbeschreibung Thema (Level 1 - 5):	Qualität
	<p>2: Der Kandidat versetzt das Kajak 5 Meter seitwärts. Dies kann durch Wriggen oder Ziehschlag gezeigt werden. Bewegung des Kajaks ist kontinuierlich und kontrolliert. Oberkörper wird in die Richtung des Paddels abgedreht. Der obere Arm ist nicht tiefer als Schulterhöhe. Unterer Arm ist gestreckt am Anfang des Ziehschlages oder Wriggens, die obere Hand dient nur als Drehpunkt, das Paddel ist möglichst senkrecht im Wasser.</p> <p>3: Der Kandidat kann das Kajak mittels wriggen und Ziehschlag effizient seitwärts bewegen, ohne dass das Kajak abdrehen. Der Oberkörper ist zu Paddel hin abgedreht. Der Paddelschaft ist vertikal und das Paddelblatt völlig eingetaucht.</p> <p>Der Kandidat kann aus der Fahrt auf WW II das Kajak mittels Ziehschlag seitwärts versetzen als würde er einem Hindernis im Fluss ausweichen. Der Kandidat kann mittels wriggen sein Kajak in einem Kehrwasser seitlich versetzen.</p> <p>4: Der Kandidat kann das Kajak mittels wriggen und Ziehschlag effizient seitwärts bewegen ohne dass das Kajak abdrehen. Der Oberkörper ist zu Paddel hin abgedreht. Der Paddelschaft ist vertikal und das Paddelblatt völlig eingetaucht.</p> <p>Der Kandidat kann aus der Fahrt auf WW III das Kajak mittels Ziehschlag seitwärts versetzen als würde er einem Hindernis im Fluss ausweichen. Der Kandidat kann mittels wriggen sein Kajak in einem Kehrwasser seitlich versetzen.</p> <p>5: Der Kandidat kann das Kajak mittels wriggen und Ziehschlag effizient seitwärts bewegen, ohne dass das Kajak abdrehen. Der Oberkörper ist zu Paddel hin abgedreht. Der Paddelschaft ist vertikal und das Paddelblatt völlig eingetaucht.</p> <p>Der Kandidat kann aus der Fahrt auf WW IV das Kajak mittels Ziehschlag seitwärts versetzen als würde er einem Hindernis im Fluss ausweichen. Der Kandidat kann mittels wriggen sein Kajak in einem Kehrwasser seitlich versetzen.</p>	
<p>1: Bogenschlag vorwärts und rückwärts anwenden können</p> <p>2: Drehung mit tiefer Paddelstütze aus der Fahrt</p> <p>3, 4: Flüssige Drehung mit tiefer Paddelstütze auf WW</p> <p>5: Flüssige Drehung auf WW</p>	<p>1: Drehen im Uhrzeigersinn und Gegenuhrzeigersinn mit angemessenen vorwärts und rückwärts Bogenschlägen. Körperrotation muss ersichtlich sein. Kraftübertragung über Rumpf und Beine ist ansatzweise ersichtlich.</p> <p>2: Das Kajak soll mit einem Bogenschlag gefolgt von einer tiefen Paddelstütze gewendet werden. Die Drehung wird durch einen kräftigen und effizienten Bogenschlag auf der Kurvenaußenseite eingeleitet. Kraftübertragung über Rumpf und Beine ist ersichtlich. Das Kajak wird auf die Kurveninnenseite gekantet und das Paddel ist in einer tiefen Paddelstütze, das Paddelblatt ist auf Hüfthöhe oder etwas weiter vorne. Das Paddel ist möglichst parallel zum Wasser, soweit es das Kajak zulässt. Die gebauchte Seite des Blattes liegt auf dem Wasser auf. Das Kajak macht eine langsame</p>	<p>1: Einfach</p> <p>2: Einfach</p> <p>3: Routine</p> <p>4: Routine</p> <p>5: Demo</p>

Thema (Level 1 - 5):	Detailbeschreibung Thema (Level 1 - 5):	Qualität
	<p>und stabile Wende. Dies wird beidseitig gezeigt.</p> <p>3: Die Drehung wird durch einen kräftigen und effizienten Bogenschlag auf der Kurvenaussenseite eingeleitet. Das Kajak wird stabil auf die Kurveninnenseite gekantet und das Paddel ist leicht auf dem Wasser aufgesetzt, bereit für eine tiefe Paddelstütze. Dies wird beidseitig bei der Fahrt in oder aus einem Kehrwasser auf WW II gezeigt. Das Kajak wird aus der Fahrt mit möglichst wenig Verlust der Geschwindigkeit gedreht.</p> <p>4: Die Drehung wird durch einen kräftigen und effizienten Bogenschlag auf der Kurvenaussenseite eingeleitet. Das Kajak wird stabil auf die Kurveninnenseite gekantet und das Paddel ist leicht auf dem Wasser aufgesetzt, bereit für eine tiefen Paddelstütze. Dies wird beidseitig bei der Fahrt in oder aus einem Kehrwasser auf WW III gezeigt. Das Kajak wird aus der Fahrt mit möglichst wenig Verlust der Geschwindigkeit gedreht.</p> <p>5: Die Drehung wird durch einen kräftigen und effizienten Bogenschlag auf der Kurvenaussenseite eingeleitet. Das Kajak wird stabil auf die Kurveninnenseite gekantet und das Paddel ist bereit für eine tiefen Paddelstütze, ist aber deutlich über dem Wasser. Dies wird beidseitig bei der Fahrt in oder aus einem Kehrwasser auf WW IV gezeigt. Das Kajak wird aus der Fahrt mit möglichst wenig Verlust der Geschwindigkeit gedreht.</p>	
<p>1, 2: Paddeln einer 8 mit Grund- und Bogenschlägen</p> <p>3: Präzises paddeln einer liegenden Figur-8 vorwärts und rückwärts</p> <p>4, 5: Effizienter und flüssiger Bogenschlag anwenden auf WW</p>	<p>1: Der Kandidat paddelt eine vorgegeben 8-Figur mit Grundschlägen und Bogenschlägen, um die Grundfertigkeiten des Manövrierens mit dem Kajak oder dem Canadier zu demonstrieren.</p> <p>2: Der Kandidat paddelt mit flüssigen Paddelschlägen eine vorgegeben 8-Figur mit Grundschlägen und Bogenschlägen um die Grundfertigkeiten des Manövrierens mit dem Kajak zu demonstrieren. Der Kandidat versucht die Figur so schnell wie möglich zu fahren ohne zu grosse Beeinträchtigung der Technik. Kraftübertragung über Rumpf und Beine ist ersichtlich.</p> <p>3: Der Kandidat paddelt präzise und effizient eine vorgegeben 8-Figur vorwärts und dann rückwärts mittels Bogen- und Grundschlägen. Dies wird auf stehendem Gewässer gezeigt. Der Kandidat versucht die Figur so schnell wie möglich zu fahren ohne zu grosse Beeinträchtigung der Technik. Kraftübertragung über Rumpf und Beine ist ersichtlich.</p> <p>4: Der Kandidat zeigt auf WW III andauernd vorwärts und rückwärts Bogenschläge die flüssig und der Situation angepasst sind. Elemente wie gezieltes Einsetzen des Paddels ins Wasser, Oberkörperrotation, Einsatz des Rumpfes und der Beine, natürliche aufrechte Oberkörperposition, gute Beschleunigung und Erreichen und Halten einer höheren Geschwindigkeit und gute Kontrolle des Kajaks werden angewandt. Beim</p>	<p>1: Einfach 2: Einfach 3: Routine 4: Routine 5: Demo</p>

Thema (Level 1 - 5):	Detailbeschreibung Thema (Level 1 - 5):	Qualität
	<p>Assessment werden physische Voraussetzungen und persönlicher Stil des Kandidaten berücksichtigt.</p> <p>5: Der Kandidat zeigt auf WW IV III andauernd vorwärts und rückwärts Bogenschläge die flüssig und der Situation angepasst sind. Elemente wie gezieltes Einsetzen des Paddels ins Wasser, Oberkörperrotation, Einsatz des Rumpfes und der Beine, natürliche aufrechte Oberkörperposition, gute Beschleunigung und Erreichen und Halten einer höheren Geschwindigkeit und gute Kontrolle des Kajaks werden angewandt. Beim Assessment werden physische Voraussetzungen und persönlicher Stil des Kandidaten berücksichtigt.</p>	
<p>1: Erster Einsatz Steuerschlag hinten</p> <p>2: Steuerschlag hinten anwenden können</p> <p>3, 4, 5: Effizientes Ausführen des Steuerschlags hinten auf WW</p>	<p>1: Während der Vorwärtsbewegung des Kajaks oder Canadiers, wird das Paddel auf einer Seite eingesetzt. Paddelblatt soll fast vollständig eingetaucht sein, der vordere Arm entspannt auf Bauchhöhe, der Paddelschaft ist parallel zum Kajak oder Canadier. Das Kajak oder der Canadier soll auf geradem Kurs bleiben mit dem Paddel immer auf der gleichen Seite des Kajaks oder Canadiers.</p> <p>2: Das Kajak auf eine gute Geschwindigkeit beschleunigen und dann mittels Steuerschlag hinten geradeaus durch eine Lücke steuern. Besitzt das Kajak eine Steueranlage, kennt der Kandidat die Steueranlage und kann diese anwenden. Das Kajak auf eine gute Geschwindigkeit beschleunigen und dann mittels Steueranlage geradeaus weiter steuern.</p> <p>3: Der Kandidat kann den Steuerschlag hinten anwenden um in der Ausfahrt aus einem Kehrwasser auf WW II das Abfallen der Bootspitze zu verhindern oder auf einer Linie in ein Kehrwasser zu fahren ohne dass das Kajak abdreht.</p> <p>4: Der Kandidat kann den Steuerschlag hinten effizient und natürlich in WW III beidseitig anwenden. Er kann 20 m geradeaus fahren und nur auf einer Seite paddeln.</p> <p>5: Der Kandidat kann den Steuerschlag hinten effizient und natürlich in WW IV beidseitig anwenden. Er kann 20 m geradeaus fahren und nur auf einer Seite paddeln.</p>	<p>1: Einfach 2: Einfach 3: Routine 4: Routine 5: Demo</p>
<p>3, 4, 5: Steuerschlag vorne auf WW</p>	<p>3: Die Vorstellung ist das Kajak um das Paddel zu drehen. Die Drehung wird eingeleitet durch einen Bogenschlag auf der Kurvenaussenseite, das Kajak ist gegen die Strömung oder das Kehrwasser aufgekantet. Das ganze Paddelblatt wird etwa auf Kniehöhe in einem bequemen Abstand zur Bugwelle eingesetzt. Die hohle Paddelfläche zeigt zum Kajak abgewinkelt gegen aussen. Oberkörperrotation zum Paddel hin ist ersichtlich. Die obere Hand ist vor dem Kopf positioniert. Das Kajak wird um das Paddel mit Hilfe des gegenüberliegenden Knies gedreht. Das Kajak wird aus der Fahrt mit möglichst Geschwindigkeitsverlust gedreht. Das Kajak ist gegen die Strömung oder das Kehrwasser aufgekantet. Dies wird beidseitig aus oder in ein Kehrwasser auf WW II gezeigt.</p>	<p>3: Einfach 4: Routine 5: Demo</p>

Thema (Level 1 - 5):	Detailbeschreibung Thema (Level 1 - 5):	Qualität
	<p>4: Die Vorstellung ist, das Kajak um das Paddel zu drehen. Die Drehung wird eingeleitet durch einen Bogenschlag auf der Kurvenaussenseite, das Kajak ist gegen die Strömung oder das Kehrwasser aufgekantet. Das ganze Paddelblatt wird etwa auf Kniehöhe in einem bequemen Abstand zur Bugwelle eingesetzt. Die hohle Paddelfläche zeigt zum Kajak abgewinkelt gegen aussen. Oberkörperrotation zum Paddel hin ist ersichtlich. Die obere Hand ist vor dem Kopf positioniert. Das Kajak wird um das Paddel mit Hilfe des gegenüberliegenden Knies gedreht. Das Kajak wird aus der Fahrt mit möglichst wenig Verlust der Geschwindigkeit gedreht. Dies wird beidseitig aus oder in ein Kehrwasser auf WW III gezeigt.</p> <p>5: Die Vorstellung ist das Kajak um das Paddel zu drehen. Die Drehung wird eingeleitet durch einen Bogenschlag auf der Kurvenaussenseite, das Kajak ist gegen die Strömung oder das Kehrwasser aufgekantet. Das ganze Paddelblatt wird etwa auf Kniehöhe in einem bequemen Abstand zur Bugwelle eingesetzt. Die hohle Paddelfläche zeigt zum Kajak abgewinkelt gegen aussen. Oberkörperrotation zum Paddel hin ist ersichtlich. Die obere Hand ist vor dem Kopf positioniert. Das Kajak wird um das Paddel mit Hilfe des gegenüber liegendem Knie gedreht. Das Kajak wird aus der Fahrt mit möglichst wenig Verlust der Geschwindigkeit gedreht. Dies wird beidseitig aus oder in ein Kehrwasser auf WW IV gezeigt.</p>	
<p>1: Tiefe Paddelstütze zur Vermeidung der Kenterung 2: Mit tiefer Paddelstütze Kajak stabilisieren können, Ansätze von weiteren Stütztechniken 3, 4, 5: Verschiedene Stütztechniken auf WW anwenden</p>	<p>1: Das Kajak oder der Canadier bis fast zur Kenterung aufgekantet und mittels tiefer Paddelstütze wieder in Grundposition gebracht. Das Kajak oder der Canadier wird hauptsächlich mittels seitlicher Hüftbiegung in die stabile Position gebracht und nicht mittels Armstreckung. 2: Das Kajak wird in eine instabile Position gebracht und mittels effizienter tiefer Paddelstütze wieder in waagrechte Position gebracht. Das Kajak wird mittels seitlicher Hüftbiegung in die stabile Position gebracht und nicht mittels Armstreckung. Ansätze der Stabilisierung des Kajaks mittels zeigen mittels flachen Wriggens werden gezeigt. Das Kajak soll mit Aufkanten aus der stabilen Position gebracht werden. Der Paddelschaft ist möglichst horizontal, die hohle Paddelfläche auf dem Wasser, bei jedem Richtungswechsel des Paddelblattes wird das Paddel so gedreht, dass kein Wasser auf die Oberseite des Paddel Blattes kommt. Beide Arme sind natürlich angewinkelt. Auf dieser Stufe soll der Kandidat Wriggen als Balance und Übung zur Paddelkontrolle vorzeigen können.</p>	<p>1: Einfach 2: Einfach 3: Routine 4: Routine 5: Demo</p>

Thema (Level 1 - 5):	Detailbeschreibung Thema (Level 1 - 5):	Qualität
	<p>3: Der Kandidat kann mittels verschiedener Stütztechniken in verschiedenen Situationen die Balance zurückgewinnen. Der Kandidat zeigt tiefe und hohe Stützschläge inklusive wriggen. Das Kajak wird deutlich aus dem Gleichgewicht gebracht für die Demonstration der hohen und tiefen Paddelstütze. Dies wird aus der Fahrt gezeigt und danach wird weiter gepaddelt. Das Wriggen wird mit möglichst waagrechtem Paddel und deutlich erkennbarer Abstützung auf dem Paddelblatt gezeigt.</p> <p>4: Der Kandidat wendet auf WW III die hohe und tiefe Paddelstütze an um Kenterungen zu vermeiden. Er tut dies vorausschauend sowie auch schnell reagierend. Bei der hohen Paddelstütze sind die Ellbogen immer tiefer als die Schulter.</p> <p>5: Der Kandidat wendet auf WW IV die hohe und tiefe Paddelstütze an um Kenterungen zu vermeiden. Er tut dies vorausschauend sowie auch schnell reagierend. Bei der hohen Paddelstütze sind die Ellbogen immer tiefer als die Schulter.</p>	
<p>1: Auf der Kante fahren können</p> <p>2: Stabil auf der Kante fahren können</p> <p>3, 4, 5: Kanteneinsatz im WW</p>	<p>1: Der Kandidat kann das Kajak oder den Canadier aus der Fahrt gut sichtbar auf eine Kante stellen und mindestens 4 gleichmässigen Paddelschlägen auf der Kante fahren ohne mit dem Kajak oder Canadier zurück zu fallen.</p> <p>2: Der Kandidat kann eine über eine Distanz von mindestens 10 Metern das Kajak relativ stabil mit einem Winkel um die 30 Grad aufgekantet paddeln. Der Schwerpunkt des Körpers bleibt im Kajak zentriert. Dies wird beidseitig gezeigt.</p> <p>3: Der Kandidat nutzt das Aufkanten des Kajaks im WW II um die Strömungskräfte auf die Seite des Kajaks zu minimieren.</p> <p>4: Der Kandidat nutzt das Aufkanten des Kajaks im WW III um die Strömungskräfte auf die Seite des Kajaks zu minimieren.</p> <p>5: Der Kandidat nutzt das Aufkanten des Kajaks im WW um die Strömungskräfte auf die Seite des Kajaks zu minimieren oder gezielt Widerstand zu suchen.</p>	<p>1: Einfach</p> <p>2: Einfach</p> <p>3: Routine</p> <p>4: Routine</p> <p>5: Demo</p>
<p>3, 4, 5: Ausschlingen aus dem Kehrwasser auf WW</p>	<p>3: Der Kandidat beachtet beim Ausschlingen Faktoren wie Strömungsgeschwindigkeit, Grösse des Kehrwassers und Flussverlauf. Die Startposition im Kehrwasser, der Austrittswinkel zur Strömung und die Geschwindigkeit sind den zuvor genannten Faktoren angepasst. Das Kajak ist gegen den Wasserdruck aufgekantet. Der Kandidat kann das Ausschlingen mit anschliessender Traverse und auch das Einschlingen in die Strömung und Weiterfahrt demonstrieren. Das Manöver kann flüssig vorgeführt werden.</p>	<p>3: Routine</p> <p>4: Routine</p> <p>5: Demo</p>

Thema (Level 1 - 5):	Detailbeschreibung Thema (Level 1 - 5):	Qualität
	<p>4: Der Kandidat beachtet auf WW III Strömungsgeschwindigkeit und Flussbeschaffenheit, um Winkel und Position rechtzeitig so einzusetzen, dass der Kandidat flüssig aus dem Kehrwasser ausfahren kann. Er kann Ausschlingen und Traversieren aus dem Kehrwasser vorzeigen. Er kann dies mit verschiedenen Paddelschlägen vorzeigen und auch nur mit dem Bootswinkel arbeiten ohne Steuerschläge zu verwenden. Ansatzweise ist ersichtlich, dass der Kandidat mit Gewichtsverlagerung das Kajak über die Strömungsgrenzen hebt und nicht hineinbohrt.</p> <p>5: Der Kandidat beachtet auf WW IV Strömungsgeschwindigkeit und Flussbeschaffenheit, um Winkel und Position rechtzeitig so einzusetzen, dass der Kandidat flüssig aus dem Kehrwasser ausfahren kann. Er kann Ausschlingen und Traversieren aus dem Kehrwasser vorzeigen. Er kann dies mit verschiedenen Paddelschlägen vorzeigen und auch nur mit dem Bootswinkel arbeiten ohne Steuerschläge zu verwenden. Der Kandidat bestimmt mittels Gewichtsverlagerung wann und mit welchem Widerstand das Kajak auf die Strömung trifft.</p>	
<p>3, 4, 5: Einschlingen ins Kehrwasser auf WW</p>	<p>3: Beim Einschlingen ins Kehrwasser aus der Strömung berücksichtigt der Kandidat frühzeitig die Strömung und antizipiert. Er verwendet effizient angemessene Paddelschläge während des ganzen Manövers. Der Kandidat wählt der Situation angepasste Geschwindigkeit und Bootswinkel. Er fährt das Kehrwasser möglichst weit oben an und nutzt den Widerstand des stationären Wassers für die Drehung. Das Kajak ist gegen den Wasserdruck aufgekantet. Das Kajak kommt ganz im Kehrwasser zum Stehen und die Spitze schaut flussaufwärts. Das Kajak ist parallel zur Kehrwasserlinie.</p> <p>4: Der Kandidat beachtet auf WW III Strömungsgeschwindigkeit und Flussbeschaffenheit um Winkel und Position rechtzeitig so einzusetzen, dass der Kandidat flüssig ins Kehrwasser einfahren kann. Er kann dies mit verschiedenen Paddelschlägen vorzeigen und auch nur mit dem Bootswinkel arbeiten ohne Steuerschläge zu verwenden. Ansatzweise ist ersichtlich, dass der Kandidat mit Gewichtsverlagerung das Kajak über die Strömungsgrenzen hebt und nicht hineinbohrt.</p> <p>5: Der Kandidat beachtet auf WW IV Strömungsgeschwindigkeit und Flussbeschaffenheit um Winkel und Position rechtzeitig so einzusetzen, dass der Kandidat flüssig ins Kehrwasser einfahren kann. Er kann dies mit verschiedenen Paddelschlägen vorzeigen und auch nur mit dem Bootswinkel arbeiten ohne Steuerschläge zu verwenden. Der Kandidat bestimmt mittels Gewichtsverlagerung wann und mit welchem Widerstand das Kajak auf die Strömung trifft.</p>	<p>3: Routine 4: Routine 5: Demo</p>

Thema (Level 1 - 5):	Detailbeschreibung Thema (Level 1 - 5):	Qualität
<p>3, 4, 5: Vorwärtstraversieren auf WW</p>	<p>3: Der Kandidat kann in einer moderaten WW II Stelle über eine Strecke von 10m ohne Höhenverlust traversieren. Die Bootsspitze zeigt Flussaufwärts. Der Bootswinkel ist der Situation angepasst und stabil.</p> <p>4: Der Kandidat kann in der Strömung auf WW III sein Kajak flussaufwärts wenden und seine Position zu den Ufern hin verändern, ohne Höhe zu verlieren.</p> <p>5: Der Kandidat kann in der Strömung auf WW IV sein Kajak flussaufwärts wenden und seine Position zu den Ufern hin verändern, ohne Höhe zu verlieren. Er zeigt dies an einer Stelle mit unterschiedlichen Strömungsgeschwindigkeiten. Der Kandidat kann auch auf WW IV mit Hilfe der Strömung vom einen zum anderen Ufer traversieren.</p>	<p>3: Routine 4: Routine 5: Demo</p>
<p>3: Durch kleine Wellen surfen 4: Befahren von mittleren Wellen 5: Befahren von grösseren Wellen</p>	<p>3: Der Kandidat kann eine ca. 30 cm hohe Welle mittels einer Traverse flussaufwärts queren.</p> <p>4: Der Kandidat kann auf WW III verschiedene Wellen für Traversen nutzen. Die Traverse kann an einem Stück gezeigt werden. Der Kandidat kann in mittleren Wellen surfen, sprich seine Position bestimmen ohne die Welle zu verlassen.</p> <p>5: Der Kandidat kann Wellen auf WW IV für Traversen nutzen und seine Position in der Welle bestimmen. Er weiss wie er in Flussrichtung seine Position mittels Gewichtsverlagerung verändern kann und wendet dies an.</p>	<p>3: Einfach 4: Routine 5: Demo</p>
<p>3: Befahrung kleiner Walzen 4: Befahren von mittleren Walzen 5: Befahren von grösseren Walzen</p>	<p>3: Es ist entscheidend, dass der Kandidat gefährliche (z.B. Kastenwehre) und ungefährliche Walzen unterscheiden kann. Der Kandidat findet selber eine ungefährliche Walze und fährt in diese hinein und wieder hinaus. Ein aufrechte Körperposition und Stabilisierung mittels Paddel werden gezeigt. Das Kajak wird leicht aber andauernd auf der flussabwärts liegenden Bootskaute belastet. Die Paddelstütze wird aktiv gebraucht um durch die Walze zu traversieren. Es ist wichtiger, dass der Kandidat eine Walze bezüglich der Gefahr einschätzen kann, als dass er die Befahrung einer Walze beherrscht.</p> <p>4: Es ist entscheidend, dass der Kandidat gefährliche (z.B. Kastenwehre) und ungefährliche Walzen unterscheiden kann. Der Kandidat findet selber eine ungefährliche Walze und kann durch diese traversieren. Ein aufrechte Körperposition und Stabilisierung mittels Paddel werden gezeigt. Das Kajak wird leicht aber andauernd auf der flussabwärts liegenden Bootskaute belastet. Die Paddelstütze unterstützt um durch die Walze zu traversieren. Der Kandidat kann sich vorwärts und auch rückwärts in der Walze zu ihrem Ende bewegen.</p>	<p>3: Einfach 4: Routine 5: Demo</p>

Thema (Level 1 - 5):	Detailbeschreibung Thema (Level 1 - 5):	Qualität
	<p>5: Es ist entscheidend, dass der Kandidat gefährliche (z.B. Kastenwehre) und ungefährliche Walzen unterscheiden kann. Der Kandidat kann auch durch kräftige Walzen traversieren. Ein aufrechte Körperposition und Stabilisierung mittels Paddel werden gezeigt. Das Kajak wird leicht aber andauernd auf der flussabwärts liegenden Bootskante belastet. Die Paddelstütze unterstützt die Traverse durch die Walze. Der Kandidat kann die hohe und tiefe Paddelstütze anwenden. Der Kandidat kann sich vorwärts und auch rückwärts in der Walze zu ihrem Ende bewegen. Bei einer Kenterung in der Walze sucht er aktiv mit dem Paddel die tiefe Strömung um aus der Walze gezogen zu werden.</p>	
<p>3, 4, 5: Strömung für die Linienwahl auf WW nutzen</p>	<p>3: Der Kandidat nutzt die Strömung für die Linienwahl auf WW II und kann diese antizipieren. Der Kandidat nutzt Wellen oder kleine Walzen für Traversen.</p> <p>4: Der Kandidat nutzt die Strömung für die Linienwahl auf WW III und kann diese antizipieren. Er kann das Gelände und die Strömung nutzen um komplexe Linien zu fahren.</p> <p>5: Der Kandidat nutzt die Strömung für die Linienwahl auf WW IV und kann diese antizipieren. Er kann das Gelände und die Strömung nutzen um mit diesen zu spielen. Er agiert statt zu reagieren.</p>	<p>3: Einfach 4: Routine 5: Demo</p>
<p>4: Ansätze von Boofen zeigen 5: Boofen beherrschen</p>	<p>4: Der Kandidat zeigt Ansätze von Boofen über kleinere Stufen oder in Kehrwasser mit Höhenunterschied.</p> <p>5: Der Kandidat kann über Stufen boofen um mit dem Kajak flach zu landen. Der Kandidat kann den Landungswinkel der Situation anpassen.</p>	<p>4: Einfach 5: Routine</p>

Sicherheit

Thema (Level 1 - 5):	Detailbeschreibung Thema (Level 1 - 5):	Qualität
<p>1: Beachtung von Gefahren bei Touren bzw. deren frühzeitiges Erkennen</p> <p>2: Kenntnis und beachten der Gefahren bei längeren Touren</p> <p>3, 4, 5: Kennen von Gefahren auf WW sowie entsprechendes Handeln</p>	<p>1: Der Kandidat kennt die wichtigsten Gefahren bei Touren (wie z.B. Gewässer (Schwierigkeit, Temperatur), Schiffsverkehr, Wetter, Material sicher verstauen im/am Kajak oder Canadier) bzw. weiss wie er sie frühzeitig erkennt. Der Kandidat kennt den Einfluss von Wetterwechseln und handelt entsprechend, z.B. bei aufkommendem Wind und Wellen.</p> <p>2: Der Kandidat hat Kenntnis der Gefahren bei längeren Touren (insbesondere Wehranlagen, Hochwasser, Flussverlauf, Äste oder andere Hindernisse im Wasser, etc.) auf Zahmwasser 3 und See mit Wellengang. Der Kandidat hat Grundkenntnisse über Einflussfaktoren auf die Sicherheit (Gewässer und Umwelt, Material und Personelles). Der Kandidat hat Grundkenntnisse, wie er sich Sicherheitsreserven erarbeiten kann für eine sicherheitsbewusste Ausführung des Paddelsports. Der Kandidat hält sich in der Strömung fern von Ästen, Seilen oder dergleichen, die unterspült sind. Er beachtet auch Wetterwechsel die seine Tour beeinflussen können.</p> <p>3: Der Kandidat kennt und beachtet Gefahren auf WW II frühzeitig. Der Kandidat kennt Gruppenmodelle auf Wildwasser und deren Vor- und Nachteile. Der Kandidat kennt Rettungsmodelle für Rettung aus dem Kajak und von Land aus und deren Vor- und Nachteile. Der Kandidat kennt Einflussfaktoren auf die Sicherheit (Gewässer und Umwelt, Material und Personelles). Der Kandidat weiss wie er sich Sicherheitsreserven erarbeiten kann für eine sicherheitsbewusste Ausführung des Paddelsports. Der Kandidat erkennt potenzielle Gefahren im WW II und handelt entsprechend (z. B. unfahrbare Wehranlagen, zu schwierige Stellen, grosse Rückläufe und Stufen, etc.). Der Kandidat hält sich in der Strömung fern von Ästen, Seilen oder dergleichen, die unterspült sind. Kann der Kandidat einem Stein in der Strömung nicht ausweichen kantet er das Kajak zum Stein hin und nicht von diesem weg. Dies wird vorgezeigt. Der Kandidat beachtet auch Wetterwechsel oder Änderungen des Pegelstands während der Fahrt und handelt entsprechend.</p> <p>4: Der Kandidat kennt und beachtet Gefahren auf WW III frühzeitig. Der Kandidat kennt Gruppenmodelle auf Wildwasser und deren Vor- und Nachteile. Der Kandidat kennt Rettungsmodelle für Rettung aus dem Kajak und von Land aus und deren Vor- und Nachteile. Der Kandidat kennt Einflussfaktoren auf die Sicherheit (Gewässer und Umwelt, Material und Personelles). Der Kandidat weiss wie er sich Sicherheitsreserven erarbeiten kann für eine sicherheitsbewusste</p>	<p>1: Einfach</p> <p>2: Einfach</p> <p>3: Routine</p> <p>4: Routine</p> <p>5: Demo</p>

	<p>Ausführung des Paddelsports. Er kann Anzeichen von Unterspülungen erläutern.</p> <p>Der Kandidat erkennt potenzielle Gefahren im WW III und handelt entsprechend (z. B. unfahrbare Wehranlagen, zu schwierige Stellen, grosse Rückläufe und Stufen, etc.). Der Kandidat hält sich in der Strömung fern Unterspülungen. Kann der Kandidat einem Stein in der Strömung nicht ausweichen kantet er das Kajak zum Stein hin und nicht von diesem weg. Dies wird vorgezeigt. Er überblickt die Strecke vor sich, reagiert rechtzeitig und passt seine Linienwahl dem Gewässer an. Der Kandidat beachtet auch Wetterwechsel oder Änderungen des Pegelstands während der Fahrt und handelt entsprechend.</p> <p>5: Der Kandidat kennt und beachtet Gefahren auf WW frühzeitig. Der Kandidat kennt Gruppenmodelle auf Wildwasser und deren Vor- und Nachteile. Er kann eine Gruppe ähnlich guter Paddler auf WW III-IV leiten. Der Kandidat kennt Rettungsmodelle für Rettung aus dem Kajak und von Land aus und deren Vor- und Nachteile. Der Kandidat kennt Einflussfaktoren auf die Sicherheit (Gewässer und Umwelt, Material und Personelles). Der Kandidat weiss, wie er sich Sicherheitsreserven erarbeiten kann für eine sicherheitsbewusste Ausführung des Paddelsports.</p> <p>Der Kandidat erkennt potenzielle Gefahren im WW IV und handelt entsprechend (z. B. unfahrbare Wehranlagen, zu schwierige Stellen, grosse Rückläufe und Stufen, etc.). Der Kandidat hält sich in der Strömung fern Unterspülungen. Kann der Kandidat einem Stein in der Strömung nicht ausweichen kantet er das Kajak zum Stein hin und nicht von diesem weg. Dies wird vorgezeigt. Er überblickt die Strecke vor sich, reagiert rechtzeitig und passt seine Linienwahl dem Gewässer an. Der Kandidat beachtet auch Wetterwechsel oder Änderungen des Pegelstands während der Fahrt und handelt entsprechend. Er kann sich auch in die anderen Paddler der Gruppe hineinversetzen und trifft seine Entscheidungen so, dass die ganze Gruppe sicher auf dem Bach unterwegs ist. Er kann schwächere Paddler bei der Linienwahl beraten. Er beachtet bei seinen Entscheidungen Können wie auch Ausrüstung der anderen Paddler. Der Kandidat kann auch die Verfassung, z.B. Ermüdung oder Überforderung, der Mitpaddler beurteilen und gibt nötigenfalls Empfehlungen um eine sichere Weiterfahrt zu ermöglichen. Der Kandidat ermöglicht eine Gruppenatmosphäre in der Ängste (z. B. vor Schlüsselstellen) angesprochen werden und darauf reagiert wird (z.B. mit Umtragen). Der Kandidat überlegt sich vor der Tour, ob es Zwangspassagen gibt und wie die Evakuierungsmöglichkeiten in einem Notfall sind.</p>	
--	--	--

<p>3: Grundkenntnisse der 1. Hilfe, insbesondere bei Unterkühlung 4: Sich mit 1. Hilfe in der Natur auskennen 5: 1. Hilfe Verantwortung für eine Gruppe übernehmen</p>	<p>3: Der Kandidat hat Grundkenntnisse der 1. Hilfe, insbesondere bei Unterkühlung. Er weiss, was nach einer Bergung zu tun ist. 4: Der Kandidat kennt die Gefahr von Unterkühlung (Hypothermia), mögliche Ursachen und ihre Symptome. Er kann kleinere Verletzungen wie Schnitte im Finger versorgen. Er weiss wie externe Hilfe alarmiert wird. BLS-AED Brevet ist empfohlen 5: Der Kandidat kennt die Gefahr von Unterkühlung (Hypothermia), mögliche Ursachen und ihre Symptome. Er kann kleinere Verletzungen wie Schnitte im Finger versorgen. Er weiss was im Falle einer ausgekugelten Schulter zu tun ist. Er weiss wie externe Hilfe alarmiert wird. Er ist im Besitz eines gültigen BLS AED Brevets.</p>	<p>3: Einfach 4: Routine 5: Demo</p>
<p>3: Als Mitglied einer Gruppe auf WW paddeln 4: In einer Gruppe auf WW paddeln 5: Gruppen auf WW leiten</p>	<p>3: Als Mitglied einer Gruppe auf WW II paddeln können. Reihenfolge und Abstand können eingehalten werden. Falls nötig mittels rückwärts und/oder flussaufwärts Paddeln die Abstände anpassen können. Vorderer und hinterer Paddler werden beachtet. Abstände werden bei Schlüsselstellen oder zu kleinen Kehrwassern angepasst. 4: Als Mitglied einer Gruppe auf WW III auf jeder Position paddeln können, auch Gruppe anführen oder als letzter Paddler. Reihenfolge und Abstand können eingehalten werden. Falls nötig mittels rückwärts und/oder flussaufwärts Paddeln die Abstände anpassen können. Vordere und hintere Paddler werden beachtet. Abstände werden bei Schlüsselstellen oder zu kleinen Kehrwassern angepasst. 5: Als Mitglied einer Gruppe auf WW IV auf jeder Position paddeln können, auch Gruppe anführen oder als letzter Paddler. Reihenfolge und Abstand können eingehalten werden. Falls nötig mittels rückwärts und/oder flussaufwärts Paddeln die Abstände anpassen können. Vordere und hintere Paddler werden beachtet. Abstände werden bei Schlüsselstellen oder zu kleinen Kehrwassern angepasst. Der Kandidat kann auch eine Gruppe von schwächeren Paddlern anführen und diese unterstützen.</p>	<p>3: Einfach 4: Routine 5: Demo</p>
<p>1, 2: Tragen von Schwimmweste 3, 4, 5: Tragen von Schwimmweste mit Rettungsmaterial und Helm</p>	<p>1, 2: Der Kandidat trägt immer eine passende Schwimmweste (Schwimmhilfe, Mindestauftrieb 50N, gemäss Norm SN EN ISO 12402-5 oder SN EN 393). Die Schwimmweste sitzt passend, damit man daran bei Bewusstlosigkeit aus dem Wasser gezogen werden kann. 3, 4, 5: Der Kandidat trägt immer eine passende Schwimmweste (Schwimmhilfe, Mindestauftrieb 50N, gemäss Norm SN EN ISO 12402-5 oder SN EN 393). Die Schwimmweste sitzt passend, damit man daran bei Bewusstlosigkeit aus dem Wasser gezogen werden kann. Der Kandidat kennt wichtige Merkmale einer Schwimmweste wie stabile Schultergurte. Die Schwimmweste ist mit Cowtail, Messer und Pfeife ausgerüstet. Das Cowtail ist an einem Sicherheitsgurt mit spezieller Schnellauslösung befestigt.</p>	<p>1: Routine 2: Routine 3: Demo 4: Demo 5: Demo</p>

	Der Kandidat trägt immer einen passenden, CE zertifizierten Helm. Der Helm ist so eingestellt, dass er auch bei einer Kenterung in der Strömung richtig sitzt.	
3: Mitführen eines Wurfsackes 4: Zusätzliches Sicherheitsmaterial für WW als Gruppe mitführen 5: Zusätzliches Sicherheitsmaterial als Gruppenführer mitführen	3: Der Kandidat führt einen Wurfsack und ein Flussmesser mit. 4: Der Kandidat führt einen Wurfsack und ein Flussmesser mit. Die Gruppe führt mindestens eine Flussapotheke mit. 5: Der Kandidat führt einen Wurfsack und ein Flussmesser, eine Flussapotheke und Material für einen Flaschenzug mit. Falls die Tour in eine abgelegene Schlucht ohne Ausstiegsmöglichkeit geht, führt die Gruppe mindestens ein Ersatzpaddel mit. Der Kandidat kennt sich in der Materialkunde des Sicherheitsmaterials aus. Er kennt Vor- und Nachteile und weiss wann welches Material Sinn macht.	3: Routine 4: Routine 5: Demo
1: 100m schwimmen auf Flachwasser oder im Hallenbad 2: Schwimmen mit Schwimmweste auf bewegtem Wasser 3, 4, 5: Schwimmen in WW	1: Der Kandidat kann ohne Schwimmhilfen 100 m in Flachwasser oder im Hallenbad schwimmen. Keine Zeitlimite. 2: Der Kandidat kann mit Schwimmweste 100 m auf Flachwasser mit leichten Wellen oder auf Zahmwasser schwimmen. Keine Zeitlimite. 3: Der Kandidat kennt passives und aktives Schwimmen im WW II und zeigt dieses vor. 4: Der Kandidat zeigt aktives Schwimmen in WW III und nützt Strömung und Kehrwasser. Er springt der Umgebung (Wassertiefe) angepasst ins Wasser. Er beachtet und vermeidet gefährliche Stellen nach Möglichkeit auch beim Schwimmen. 5: Der Kandidat zeigt aktives Schwimmen über eine längere Distanz in WW III und nützt Strömung und Kehrwasser. Er springt der Umgebung (Wassertiefe) angepasst ins Wasser. Er beachtet und vermeidet gefährliche Stellen nach Möglichkeit auch beim Schwimmen.	1: Einfach 2: Einfach 3: Einfach 4: Routine 5: Routine
1: Selbstrettung und Bergung von Kajak/Canadier und Material 2: Selbstrettung und Bergung von Kajak und Material 3, 4, 5: Kenterung mit Bergung von Kajak und Paddel auf WW	1: Der Kandidat ist fähig, bei einer Kenterung eine Selbstrettung durchzuführen. Der Kandidat kentert und steigt ohne Hektik unter Wasser aus. Kontakt zum Kajak/Canadier wird schnell wiederhergestellt. Das Paddel bleibt unter Kontrolle oder der Kandidat schwimmt mit dem Kajak/Canadier zum Paddel. Der Kandidat schwimmt zum Ufer. Um das Kajak/Canadier zu leeren darf Hilfe angefragt werden, der Kandidat behält das Kommando. 2: Der Kandidat kentert und steigt ohne Hektik unter Wasser aus. Kontakt zum Kajak wird schnell wiederhergestellt. Das Paddel bleibt unter Kontrolle oder der Kandidat schwimmt mit dem Kajak zum Paddel. Der Kandidat schwimmt ca. 10 m zum Ufer. Um das Kajak zu leeren darf Hilfe angefragt werden, der Kandidat behält das Kommando. 3: Der Kandidat kentert in einer WW II Stelle und behält Kontrolle über Paddel und Kajak. Mit Hilfe begibt er sich an Land. An Land leert er sein Kajak selbständig.	1: Einfach 2: Routine 3: Einfach 4: Routine 5: Routine

	<p>4: Der Kandidat kentert auf einer WW III Stelle und behält Kontrolle über Paddel und Kajak. Mit Hilfe begibt er sich an Land. An Land leert er sein Kajak selbständig.</p> <p>5: Der Kandidat kentert auf einer WW III-IV Stelle und behält Kontrolle über Paddel und Kajak. Mit Hilfe begibt er sich an Land. An Land leert er sein Kajak selbständig.</p>	
<p>2: Wiedereinstieg im tiefen Wasser mit Hilfe</p> <p>3, 4: Wiedereinstieg im langsam fließenden Wasser mit Hilfe</p> <p>5: Wiedereinstieg im langsam fließenden Wasser ohne Hilfe</p>	<p>2: Im tiefen Wasser aus dem Kajak springen, Kontakt zum Kajak wird behalten. Wieder zurück ins Kajak einsteigen. Der Kandidat kann Hilfe von einer zweiten Person annehmen.</p> <p>3, 4: Im langsam fließenden Wasser (ZW) zurück ins Kajak einsteigen. Der Kandidat kann Hilfe von einer zweiten Person annehmen.</p> <p>5: Der Kandidat kann im langsam fließenden Wasser (ZW) ohne Hilfe in sein Kajak einsteigen, ohne dass dieses mit Wasser vollläuft.</p>	<p>2: Einfach</p> <p>3: Einfach</p> <p>4: Routine</p> <p>5: Routine</p>
<p>2: Sich am Spitz eines anderen Kajaks aufdrehen können</p> <p>3: Einseitiges Aufrollen im WW</p> <p>4: Zuverlässig Aufrollen im WW</p> <p>5: Beidseitig zuverlässig Aufrollen im WW</p>	<p>2: Der Kandidat ist im umgedrehten Kajak im Wasser und dreht sich an der Spitze eines anderen Kajaks mittels Hüftknick auf.</p> <p>3: Der Kandidat zeigt in WW II eine Rolle. Beim Kentern ist das Paddel in einer natürlichen Position. Die Rolle muss nur auf einer Seite gezeigt werden.</p> <p>4: Der Kandidat zeigt in WW III zuverlässig eine 360 Grad Rolle. Beim Kentern ist das Paddel in einer natürlichen Position. Die Rolle muss nur auf einer Seite gezeigt werden.</p> <p>5: Der Kandidat zeigt in mindestens WW III beidseitig zuverlässig die Rolle. Beim Kentern ist das Paddel in einer natürlichen Position.</p>	<p>2: Einfach</p> <p>3: Routine</p> <p>4: Routine</p> <p>5: Demo</p>
<p>2: Erste Grundlagen Fremdrettung</p> <p>3, 4, 5: Rettung aus dem Kajak auf WW</p>	<p>2: Der Kandidat ist Teil einer Rettungsübung im tiefen Wasser ohne Assistenz. Der Kandidat kann einen Rettling 50 Meter abschleppen (Rettling hält sich mit seinem Kajak an der Rettungsschleufe). Des Weiteren kann der Kandidat jemandem beim Wiedereinstieg ins Kajak helfen.</p> <p>3: Der Kandidat zeigt Kenntnisse einer Rettung aus dem Kajak und kann mit Gruppenmitgliedern ein Rettungsmanöver auf WW II ausführen.</p> <p>4: Der Kandidat kann Rettungen auf WW III ausführen. Er kann einen Gekenterten inklusive Material 10 Meter auf WW III abschleppen. Er kennt verschiedene Arten der Rettung (z.B. Cowtail, Kajak mit dem eigenen Kajak rausschieben, zwei Paddel halten) mit ihren Vor- und Nachteilen. An ruhigen Stellen kann er ein Kajak leeren und beim Wiedereinstieg helfen. Der Kandidat kennt verschieden Varianten das Boot zu leeren und wendet sie den Umständen entsprechend an. Der Kandidat kann einen bewusstlosen Paddler an Land bringen.</p>	<p>2: Einfach</p> <p>3: Einfach</p> <p>4: Routine</p> <p>5: Demo</p>

	<p>5: Der Kandidat kann selber Rettungen auf WW III-IV ausführen und auch anleiten. Er kann einen Gekenterten inklusive Material 10 Meter auf WW III-IV abschleppen. Er kennt verschiedene Arten der Rettung für Mensch und Material (z.B. Cowtail, Kajak mit dem eigenen Kajak rausschieben, zwei Paddel halten) mit ihren Vor- und Nachteilen und kann diese anwenden. An ruhigen Stellen kann er ein Kajak leeren und beim Wiedereinstieg helfen. Der Kandidat kennt verschieden Varianten das Boot zu leeren und wendet die für den Umständen entsprechend an. Der Kandidat kann einen bewusstlosen Paddler an Land bringen. Er kann einen gekenterten und bewusstlosen Paddler wieder aufdrehen. Er kann sichere Strategien anwenden um verlorenes Material wieder einzusammeln (Paddler, Paddel, Boot).</p>	
<p>3: Kenntnisse in der Benutzung des Wurfsacks 4: Wurfsackrettung auf WW 5: Wurfsackrettung auf WW und Flaschenzugbergung</p>	<p>3: Der Kandidat kennt das Rettungsmittel Wurfsack und kann dieses anwenden. Er weiss, wie er sich als Schwimmer und als Retter verhalten muss. 4: Der Kandidat kann eine Rettung mit Wurfsack auf WW III durchführen mit einem Schwimmer 10 m vom Ufer entfernt. Beim Werfen landet das Seil über dem Schwimmer und der Werfer gerät bei der ganzen Rettung nicht aus dem Gleichgewicht. Er zeigt dies als Schwimmer und als Retter. Er kennt verschiedene Arten der Wurfsackrettung. 5: Der Kandidat demonstriert geübtes Retten mit Wurfsack auf WW III-IV mit einem Schwimmer 10 m vom Ufer entfernt. Beim Werfen landet das Seil über dem Schwimmer und der Werfer gerät bei der ganzen Rettung nicht aus dem Gleichgewicht. Er zeigt dies als Schwimmer und als Retter. Er kann verschiedene Arten der Wurfsackrettung demonstrieren. Er kann einen Flaschenzug bauen.</p>	<p>3: Einfach 4: Routine 5: Demo</p>

Umwelt

Thema (Level 1 - 5):	Detailbeschreibung Thema (Level 1 – 5):	Qualität
<p>1, 2: Sich nach den Grundregeln im Kanusport verhalten</p> <p>3, 4, 5: Gesetzgebung im Zusammenhang mit dem Kanufahren kennen</p>	<p>1: Der Kandidat kennt die Grundregeln im Paddelsport (siehe SKV Dokument) und verhält sich immer danach. Er muss nicht den gesamten Inhalt des Dokuments in eigenen Worten wiedergeben können, sondern die wichtigsten Punkte kennen.</p> <p>2: Der Kandidat kennt die Grundregeln im Paddelsport (siehe SKV Dokument) und verhält sich immer danach. Er kann den Inhalt des Dokumentes in eigenen Worten wiedergeben.</p> <p>3-4: Vertiefte Kenntnisse über die Gesetzgebung im Zusammenhang mit dem Kanufahren haben, Signalisation, Regeln Bootstransport auf dem Auto und Anhänger kennen.</p> <p>5: Vertiefte Kenntnisse über die Gesetzgebung im Zusammenhang mit dem Kanufahren haben, Signalisation, Regeln Bootstransport auf dem Auto und Anhänger kennen. Auch die Regeln in Nachbarländern kennen.</p>	<p>1: Einfach 2: Routine 3: Routine 4: Routine 5: Demo</p>
<p>1, 2: Der Situation angepasstes Ablegen und Anlanden</p> <p>3, 4, 5: An- und Ablegen auf WW</p>	<p>1: Der Kandidat zeigt korrektes Anlanden abhängig von Wind, Strömung und Art des Steges oder Ufers. Die Kontrolle muss während des Aussteigens beibehalten werden. Keine Schäden an Ufer und Material werden verursacht.</p> <p>2: Der Kandidat zeigt korrektes Anlanden abhängig von Wind, Strömung und Art des Steges oder Ufers. Die Kontrolle muss während des Aussteigens beibehalten werden. Keine Schäden an Ufer und Material werden verursacht. Beim Weg zum Ufer hinterlässt er keine bleibenden Spuren.</p> <p>3: Der Kandidat erkennt gut Einstiegs- und Ausstiegsstellen auf WW II und benützt diese. Ein- und Ausstieg vom Kajak sind sicher und effizient. Keine Schäden an Ufer oder Material werden verursacht. Beim Weg zum Ufer und zurück hinterlässt er keine bleibenden Spuren.</p> <p>4: Der Kandidat erkennt gut Einstiegs- und Ausstiegsstellen auf WW III und benützt diese. Ein- und Ausstieg vom Kajak sind sicher und effizient. Keine Schäden an Ufer oder Material werden verursacht. Beim Weg zum Ufer und zurück hinterlässt er keine bleibenden Spuren.</p> <p>5: Der Kandidat erkennt gut Einstiegs- und Ausstiegsstellen auf WW IV und benützt diese. Ein- und Ausstieg vom Kajak sind sicher und effizient. Keine Schäden an Ufer oder Material werden verursacht. Der Kandidat kann auch an schwierigen Stellen ein- und aussteigen. Beim Weg zum Ufer und zurück hinterlässt er keine bleibenden Spuren.</p>	<p>1: Einfach 2: Routine 3: Routine 4: Routine 5: Demo</p>

Thema (Level 1 - 5):	Detailbeschrieb Thema (Level 1 – 5):	Qualität
<p>1, 2: Siehe erster Punkt 3, 4, 5: Fundierte Kenntnisse über Störwirkungen des Kanusports</p>	<p>1, 2: Sind im ersten Punkt enthalten. 3, 4, 5: Fundierte Kenntnisse über mögliche Störwirkungen des Kanusports (Natur und Mensch) und die sich daraus ergebenden Verpflichtungen. Insbesondere für WW-Fahrten.</p>	<p>3: Routine 4: Routine 5: Demo</p>