



Kanosymposiet 20.-22. september 2019 på Klostermølle ved Mossø i Midtjylland nær Ry/ Skanderborg

Kanosymposiet 2019 arrangeres i et samarbejde mellem Kanosamrådet og Natur og Ungdom ud fra deres hovedsæde på Klostermølle (Klostermøllevej 48 A, 8660 Skanderborg). Klostermølle bliver vores base for symposiet. Klostermølle ligger lige, hvor Gudenåen løber ind i Mossø. I det følgende finder du programmet, som vi har forsøgt at gøre varieret og spændende så alle kan finde noget, som kan gøre deres kanopadling mere spændende og kvalificeret. Prøv strømmende vand, freestyle, kanoteknik efter eget valg, plantelivet langs åen, kanolege med og uden børn, solopadling og m.m. Seneste frist for tilmelding er 25. august. En måned før symposiet udsendes deltagerbrev med praktisk information, parkeringsinformationer, workshopbeskrivelser m.v.

Foredrag fredag aften: 620 km på Horton River, Northwest Territories. I selskab med bjørne, ørne, islom og 1 millionmilliard myg og knot. Tid til jagt og fiskeri, tosomhed og fintænkning



Praktisk info:

Tilmelding: Senest 25. august via nemtilmeld på dette link:

<https://kanosamraadet.nemtilmeld.dk/>

Man medbringer egen kano, hvis man har. Hvis du ikke har egen kano, skal du sende en mail til larsborch@tdcadsl.dk, om at du gerne vil låne. Har du børn med, skal du være opmærksom på selv at sørge for padler og rednings-/svømmeveste i børnestørrelse.

Overnatning foregår i egne telte eller indendørs i køjesenge (der er 27 pladser i flersengsrum indendørs). Det er vigtigt, at du selv medbringer spisegrej, sengetøj/sovepose og linned samt et viskestykke mv. og egen mad på nær til lørdag aften. Bemærk den ene lejrplads er også åben for andre kano- og kajaksejlere på Gudenåen.

Mad: Du sørger selv for mad hele weekenden – aftensmaden lørdag er dog inkl. i prisen. Mad kan laves på etablerede bålpladser eller på eget medbragt kogegrej.

Medbring: Egen kano, hvis man har, udstyr til kanoaktiviteter, overnatning, bespisning, mad til weekenden på nær lørdag aften og personligt udstyr.

Prisen for arrangementet inkl. aftensmad lørdag aften, workshops og overnatning er 500,-/voksen (fra 16 år) og 250,-/barn fra 5-15 år. Yngre børn er gratis. Overnatning i køjesenge indendørs er med i prisen og efter først til mølle princippet, dog har deltagere med børn forsteret til indendørs overnatning. Evt. lånekano er gratis.

Opdatering af instruktørstatus: For at blive opdateret skal man deltage i hele symposiet, herunder deltage i én teknikworkshop og én redningsworkshop. Se nærmere over listen af workshops. Bemærk at man kan IKKE blive opdateret, hvis ens instruktørstatus er udløbet. Besked om opdatering markeres i tilmeldingen. BEMÆRK opdatering koster 100 kr til en ny registrering og nyt plastikkort. Det betales på symposiet via mobilpay efter endt opdatering. Vær opmærksom på, at kanoinstruktørbeviset kun er gældende med et mindre end to år gammelt førstehjælpsbevis. Førstehjælpsbeviset, skal som minimum være "førstehjælp ombord på mindre fartøjer og i søsport" (8 t).

Spørgsmål om symposiet rettes til Lars Borch 21600302

larsborch@tdcadsl.dk. Dog skal de mere praktiske spørgsmål rettes til Thomas Holgaard, der er naturvejleder på Klostermølle på 22594270 eller thomas@fjeldsport.dk

Program:
(Opdateres løbende)

Hvornår	Workshops eller andet	Varighed
Fredag: Fra 17.00	Ankomst, lejrslagning, madlavning, hygge, tilmelding til workshops m.m.	3 timer
20.00-21.30	Foredrag: 620 km på Horton River, Northwest Territories. I selskab med bjørne, ørne, islom og 1 millionmilliard myg og knot. Tid til jagt og fiskeri, tosomhed og fintænkning ved Morten B. Jespersen.	Ca1.5 time
Lørdag: 9.30	Merete: Solopadling (også i tandem kano) Thomas: Styr dig LIGE, padleteknik for mindre erfarne Mathilde/ Sanne: Kanolege med børn Maria: Freestyle padling Michael: Paddelfremstilling, lav din egen paddel.	? ? ? ? ?
12-13.30	Frokostpause	1,5
13.30-17.00 (17.30)	Merete: Leg og læring (uden børn) Martin: Kanoteknik, hvor deltagerne er med til vælge teknikkerne Bjørn: Gennemgang og opdatering omkring redninger (opdatering) Pernille: Fælles bålmadlavning af den fælles aftensmad	? ? ? ?
18.30-??	Fælles aftensmad Fælles hygge, aften padling mv.	
Søndag: 9.30	Lars: Botanik langs åen Bjørn: Padleteknik, opdatering (opdatering) Mathilde/ Sanne: Sejlads på strømmende vand Kenneth Hald: Redninger samt turledelse, bugsering, flere kanoer i spil mv. (opdatering)	Ca2.5 time ? ? 2,5 time
12.30-14.30	Frokost, afslutning og oprydning	2 timer

Workshops og beskrivelser 2019:

Workshops 2019:

Man tilmelder sig workshops fredag aften.

Martin Strunge: Teknik, hvor deltagerne er med til at vælge teknikkerne

Maria Laurberg Strunge: Freestyle kanopadling

Lars Borch: Botanik langs åen (søndag)

På Gudenåen fra Mossø og mod Ry er der en stor mangfoldighed af planter. Vi padler stille og roligt, mens vi kigger og bestemmer så mange vi kan. Vi skal bl.a. se Danmarks giftigste plante gifttyden. Måske kommer der lidt kulturhistorie med i puljen også.

Mathilde og Sanne Jensen: Sejlds på strømmende vand (med start i Vorvadsbro)

Mathilde og Sanne Jensen: Kanolege med børn

Merete Fischer: Leg og læring. (uden børn)

Hvorfor skal vi lege?

Gennem en legende tilgang, fysisk udfoldelse og ikke mindst det, at vi har det sjovt sammen opnår vi sekundær læring som:

Balance og koordination

Kropsbevidsthed og mestring

Kommunikation og samarbejde

Så på denne workshop skal vi afprøve sjove relevante lege, hvor deltagerne også får mulighed for at præsentere deres lege.

Vi skal snakke om hvilke fokuspunkter vi kan have for de forskellige lege og øvelser.

Merete Fischer: Solopadling (også i tandem kano)

Hvilke teknikker er hensigtsmæssige, når vi både skal være for- og bagpadler. Vi øver teknikker til at klare vind, strøm og manøvrering gennem en teknikbane.

Der vil blive arbejdet med padleposition, trim, tiltning og sammensatte tag.

Hvis ikke alle har en kano må vi deles om dem der er og skiftes undervejs.

Bjørn Thomsen: Redninger i forbindelse med opdatering (opdatering)

Bjørn Thomsen: Teknik i forbindelse med opdatering (opdatering)

Kenneth Hald: Redninger samt turledelse, bugsering, flere kanoer i spil mv. (Opdatering)

Michael Rasmussen: Padlefremstilling. Vi hugger og saver os ind til den padle, der gemmer sig i tømmeret. Det bliver one piece padler udfra skabeloner og lidt personlig tilpasning. Vi bruger økser, fuksvans og lidt andet simpelt håndværktøj. Det tager godt 10 timer med sav og økse, så man når nok ikke i mål med projektet på kanosymposiet. Medbring: SKARP lille økse. Det må forventes ekstra betaling for materialer på 200 kr, som betales på symposiet på mobilpay. OBS! max 10 deltagere!

Pernille Fog: Bålmad. En workshop for både børn og voksne. Vær med til at tilberede lørdagens fælles aftensmad over åben ild. Vi skal blandt andet plukke bær, sanke urter, moste æbler, langtidsstege råvildt, kærne smør, bage og meget mere. Workshoppen starter efter frokost lørdag.

Thomas Holgaard: Styr dig LIGE. På denne workshop gennemgår vi forskellige styretag til kanoen, så du lære at padle ligeud i stedet for zigzag! Workshoppen vil være for begyndere eller let øvede, som gerne vil lære noget mere om det padletekniske i kanoen.

Forskellige former for dynamiske styretag som j-tag, d-tag, kort om statiske "ror" og evt. sideforflytning. (lørdag formiddag)

