Kano- og kajakklubben Gudenaa

Du udvider dine kompetancer på vandet ved leg

De bedste hilsner

Aktivitetsudvalget

AnneMarie, Dorthe, Nils, Christian og Hans Martin

Sæson 2023

Årets 1. legedag

Dato: Lørdag 24. juni

Tidspunkt: Kl: 9.00

Sted: Klubben

Program:

Vi starter med rundstykker
Kl. 9.00 og hygger lidt
Kl. 10.00 går vi på vandet
Kl. 13.00 Tændes grillen.
Klubben giver pølser, falafler og salat.

Tema:

- Opvarmning
- 8-talsroning
- Kaste med bold
- 360 grader
- Håndroning
- Mindst en makkerredning
- Prøve andre kajakker
- Prøve en 4-kajak
- Prøve en 2-kajak
- Prøve en Kap-kajak
- Prøve en Kap-kano

Vi ses :-)

Tilmelding på Facebook eller seddel i klubhuset