

# MHW 2/23 Windsurfen – SUP

# 07.08.-11.08.2023

**Kursleitung** Maurus Netzer  
**Administration** Dounia Chervet      **Telefon** 058 467 63 57  
**Kursort** Magglingen, Ipsach      **mhw@baspo.admin.ch**

	Montag, 07.08.2023	Dienstag, 08.08.2023	Mittwoch, 09.08.2023	Donnerstag, 10.08.2023	Freitag, 11.08.2023
ab 07.00		Morgenessen Magglingen	Morgenessen Magglingen	Morgenessen Magglingen	Morgenessen Magglingen 07.30 Abgabe Unterkunft
08.00		<b>Programminhalte:</b> - Input Meteosituation - Fachausbildung: Windsurfen oder SUP, Grundelemente und persönliche Fahrtechnik - Fachausbildung: Windsurfen oder SUP, Vertiefung der Manöver - Materialkenntnisse: Windsurfen oder SUP			
10.00	Treffpunkt auf der Wassersportanlage in Ipsach (WSAI)				
12.00	Mittagessen WSA Ipsach	Mittagessen WSA Ipsach	Mittagessen WSA Ipsach	Mittagessen WSA Ipsach	Mittagessen WSA Ipsach
13.30	<b>Programminhalte:</b> - Input Meteosituation - Fachausbildung: Windsurfen oder SUP, Grundelemente und persönliche Fahrtechnik - Verhalten in schwierigen Situationen, Vorfahrts- und Vortrittsregeln - SUP: Sensibilisierung für Sicherheit, d.h. Gefahrenerkennung sowie entsprechende Verhaltensweisen erlernen - Kleine Wettkampfformen, Spielformen mit Brett und Rigg - SUP, Halbtages- oder Tagesausflug in der Umgebung, meteoabhängig - Reflexion der Unterrichtsaspekte im Wassersport				17.00 Uhr Kursende in Ipsach WSAI
ab 18.00	Abendessen Magglingen	Abendessen Magglingen	Abendessen Magglingen	Abendessen Magglingen	

Änderungen vorbehalten!

WSAI: Wassersportanlage Ipsach