

Buchtip: „Kanufahren“

Großer Spaß im kleinen Boot

Mit Schritt-für-Schritt-Anleitungen verhilft der Kanu-Experte und ehemalige Olympiateilnehmer Jürgen Gerlach vor allem Anfängern zu einem problemlosen Einstieg in den Kanusport. Einsteigerinfos zu Techniken, Ausrüstung und Zubehör machen den Praxisband „Kanufahren“ zu einem unverzichtbaren Ratgeber für den ultimativen Spaß auf dem Wasser

Der Einstieg in den Kanusport ist nicht schwer. Und er lohnt sich. Ob Wildwasser, Seenlandschaft oder Meeresküste - beim Kanufahren zeigt sich die Welt aus einer ganz neuen Perspektive. Wer ein Boot mit reiner Körperkraft vorantreiben will, muss allerdings ein paar Grundtechniken beherrschen. Auch mit Wasser und Wind, dem Wetter, der Ausrüstung sowie Sicherheitsmaßnahmen muss der Kanufahrer vertraut sein.

Dieses Lehrbuch richtet sich in sieben Kapiteln in erster Linie an Anfänger. Sie erhalten darin alle wichtigen Informationen, damit ihnen der Einstieg in den Kanusport problemlos gelingt. Aber auch Fortgeschrittene bekommen wichtige Anregungen und Tipps, beispielsweise zu den Themen „Kanuwandern“ oder „Bootstransport“, um noch tiefer in die Materie einsteigen zu können.

Anhand von Fotos werden Fahrtechniken und Manöver im Kanu oder Kanadier Schritt-für-Schritt erklärt. Wo ein Foto nicht ausreicht, helfen einfache, aber aussagekräftige Illustrationen weiter. Abgerundet wird das Buch durch ein Adressverzeichnis von Kanuverbänden und Kanufachgeschäften, über die Kanufahrer zusätzliche Informationen und Tipps erhalten können.

Jürgen Gerlach
„Kanufahren“

Perfekt paddeln mit dem Kajak und Kanadier

128 Seiten, 100 Fotos und 50 farbige Abbildungen,
Format 14,8 x 21 cm, kartoniert
€ 19,90 (D) / € 20,50 (A) • (ISBN 978-3-667-11266-8)
Delius Klasing Verlag, Bielefeld

Erhältlich im Buchhandel oder unter der Hotline (0521) 559 955