



Seekajak

Von Emily Cott



Inhalt

- Sicheres Seekajak
- Ausrüstung
- Navigation + Tidengewässer
- Wetterdaten
- Persönliche Skills
- Verhalten
 - in der Gruppe
 - Auf dem Wasser
- Rettungstechniken
- Sommerurlaub

Sicheres Seekajak

- Unsinkbar
- Rundumleine, Toggels
- Lenzmöglichkeit
- Kompass
- Steuer, besser Skeg



Ausrüstung

- Sicheres Seekajak
- Schwimmweste, Pfeife, Reservepaddel, Seekarte, Bootswagen
- Paddelkleidung nach Wetterlage + Wechselkleidung
- (dress for water not for air)
- Erste Hilfe
- Reperaturset
- Ausstattung für den Seenotfall
- Smartphone
- Beleuchtung



Navigation und Tiedengewässer

- Sonnenaufgang/untergang
 - Seekarte
 - Aktueller Tidenkalender
 - Strömungsatlas
 - Aktuelle Wasserstände
- 12er-Regel = „Daumenregel“, mit der die Höhe des Wasserstandes bei Gezeitengewässern näherungsweise ermittelt werden kann. Sie wird hauptsächlich angewandt, um herauszubekommen, von wann bis wann eine bestimmte Wattfläche unter Wasser liegt bzw. mit einem Boot überfahren werden kann. Sie setzt die Kenntnis folgender Daten voraus:
 - Hochwasserzeit (HWZ)
 - Mittleres Hochwasser über Seekartennull (MHW/SKN)
 - Mittlerer Tidenhub (MTH),
 - Wathöhe (= trockenfallende Höhe über SKN / z.B. 17 = 1,70 m)
 - und: gewünschten Wassertiefe über Grund (= ca. 0,50 m bei Seekajaks)
 - > Tide hat einen sinusförmigen Verlauf
 - > Dauer = ca. 12,25 h

Wetterdaten

- Aktuelle Wetterdienste nutzen
- Immer spontan die Situation neu bewerten



Persönliche Skills

- Sei immer ehrlich zu dir selbst!
- Kommuniziere immer mit den anderen über deine Probleme
- Akzeptiere, dass man zum Lernen auch mal seine Komfortzone verlassen muss
- Organisiere dich selbstständig, nutze die Gruppe als Backup
- Behandle die anderen so, wie du auch behandelt werden willst
- Höre auf den Fahrtenleiter, er ist weisungsbefugt



Verhalten

- In der Gruppe:
 - Suche dir einen Buddy, der deinem Leistungsniveau entspricht
 - Auf dem Wasser hören, an Land diskutieren
 - Am Anfang Briefing und am Ende Debriefing
- Auf dem Wasser:
 - Bleibe **IMMER** in Kommunikationsnähe
 - > wesentlicher Sicherheitsaspekt

Rettungstechniken

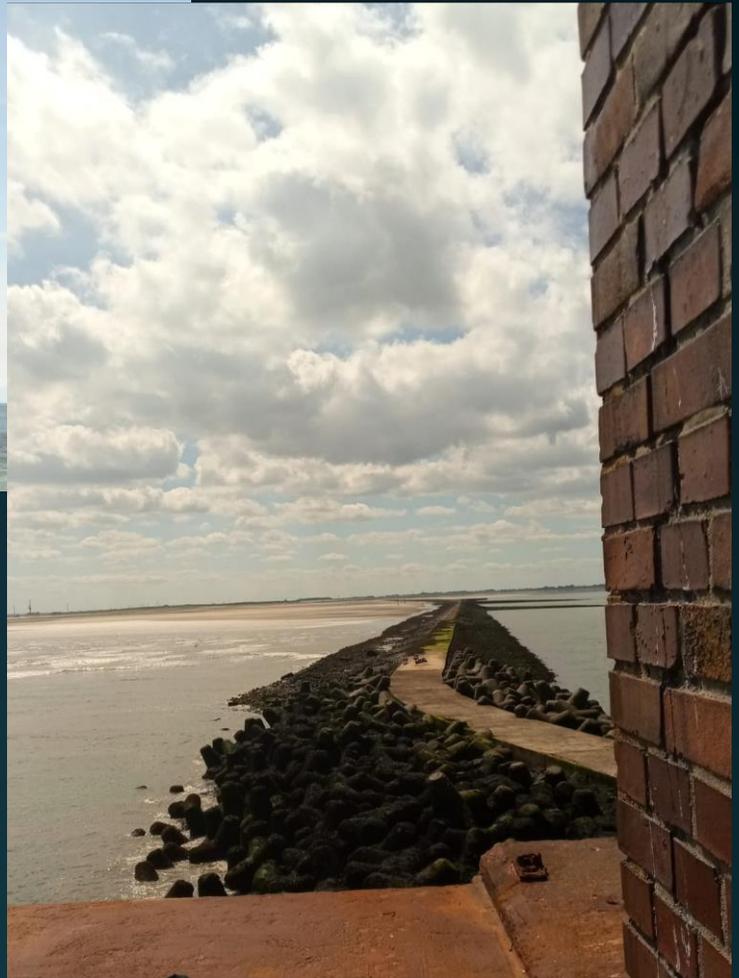
- „Keep it simple!“
- Erste Wahl: Kenterrolle
- Reentry and Roll
- Cowboy Einstieg
- Heel Hook
- T-Lenzung
- Schöpfmethode
- „Hands of God“
- Schleppmethoden
- Im Fall eines Seenotfalls gibt es weitere Maßnahmen (UKW, Handy, optische Mittel)



Sommerurlaub













Fazit

- Diese Präsentation ist nur ein kleiner Überblick und nicht mit einem Kurs eines ausgebildeten Fahrtenleiters zu vergleichen
- Solche Kurse werden aus unserem Verein bspw. Von Lars Everding angeboten

- Quelle: Lars Everding

