

## Stufe 3 Blaues Paddel

Den EPP Deutschland-Stufe 3 erhalten Personen, die das Kanu-Fahren auf Zahmwasser bereits erlernt haben und ihre Kenntnisse nunmehr soweit vertieft haben, dass sie besser gerüstet an mäßig schwierigen Fahrten auf Binnengewässern, Wildwasser bzw. an der Küste teilnehmen können.

### **Voraussetzungen:**

Die teilnehmenden Personen müssen versichern, dass sie sicher schwimmen können und dass keine gesundheitlichen Umstände bekannt sind, die die Ausübung des Kanusports beeinträchtigen können. Sie füllen eine Erklärung zur Sportgesundheit und zum Haftungsausschluss aus, bei Minderjährigen ist die Unterschrift einer erziehungsberechtigten Person erforderlich.

Der Besitz des EPP Deutschland-Stufe 2 ist keine Voraussetzung, wird aber empfohlen!

### **Bootsmaterial:**

Kajak oder Canadier (soweit für den jeweiligen Gewässertyp geeignet)

### **Revier:**

Binnengewässer, Wildwasser II bzw. Küste I bis II

### **Vergabe des EPP Deutschland:**

Der EPP Deutschland-Stufe 3 wird durch die Teilnahme und Erfüllung der Anforderungen in entsprechenden Kursen der DKV-Kanu-Vereine oder durch Teilnahme an einer Prüfungsfahrt der DKV-Kanu-Vereine unter Nachweis der geforderten Kenntnisse erworben. Kurse und Prüfungsfahrten müssen rechtzeitig vorab und mit Angabe der verantwortlichen Kursleitung in der DKV-Terminatenbank eingetragen sein ([www.kanu.de](http://www.kanu.de) > Service > Termine > Termin eintragen).

Die verantwortliche Leitung der Kurse bzw. Fahrten muss mindestens DKV-Trainer/in C Breitensport und im Besitz des EPP Deutschland-Stufe 4 des Prüfungsfachgebietes sein.

Die Bescheinigung über die erfolgreiche Teilnahme an einer geführten Kanu-Fahrt bzw. einer entsprechenden Ausbildung erfolgt durch einen speziellen Nachweis (EPP Deutschland-Ausweis in Blau).

### **Begleitende Materialien:**

Die nachfolgenden Materialien sollten der teilnehmenden Person ausgehändigt werden:

- DKV-Flyer, insbesondere über Umwelt und Sicherheit
- DKV-Verlagsprospekt
- Aufnahmeformular des Vereins oder für eine Einzelmitgliedschaft im LKV (sofern kein DKV-Mitglied)

Die teilnehmenden Personen sollten insbesondere auf die verschiedene Ausbildungsliteratur bzw. Filme aus der GmbH und das Angebot an Informationen auf der DKV-Homepage hingewiesen werden.

**Kenntnisse und Fähigkeiten:**

Die bei Erwerb der 2. Stufe des EPP Deutschland verlangten Kenntnisse und Fähigkeiten müssen vorhanden sein. Weiter wird verlangt:

## TOURING

### A. Ziel

Der/die ausgebildete Touringfahrer/in kann als kompetente/r Paddler/in alleine und als **Gruppenmitglied** an **Tagestouren** bei **moderaten Bedingungen** auf Binnengewässern (Wanderflüssen, Strömen und Seen) teilnehmen.

### B. Voraussetzungen

**Formal** – DKV-Ökologiekurs und DKV-Sicherheitskurs **Großgewässer/Touring** oder adäquate Nachweise (jeweils nicht älter als 3 Jahre); Touringerfahrung auf unterschiedlichen Gewässern (kleine Wanderflüsse, Ströme, Seen)

**Empfehlung** – EPP 2; Workshops zur Theorie: Ausrüstung, Fahrtenplanung, Wetter; Workshop zur Praxis: Paddeltechnik; Erste Hilfe 9 UE

### C. Kenntnisse und Fertigkeiten

#### C.1. Ausrüstung

**Ziel** – Der/Die Kandidat/in kann die Ausrüstung so wählen, zusammenstellen und beurteilen, dass sie die Anforderung einer Touringfahrt erfüllt und die Sicherheit für sich und die Fahrtteilnehmer/innen gewährleistet.

**Bestandteile** – Einer-Kajak, kanu-touring typisches Boot, unsinkbar, Paddel, Ersatzpaddel

*Am Paddler / An der Paddlerin* – Paddelkleidung (dress for the water not for the air), Spritzdecke, Schwimmweste/ evtl. Helm, Notfallmittel (z.B.: Smartphone – wasserdicht verpackt), Schleppleine; ggf. Contact-Tow, geeignetes Schneidemittel (z.B. Messer oder Scheren), Triller-Pfeife

*Mitführen* – Ersatzkleidung, Essen und Trinken, Einfaches Reparaturkit, Einfaches Erste-Hilfe-Kit, Kälteschutz, Biwacksack oder Notplane, Hilfsmittel Bootstransport (Gurte oder Bootswagen)

**Qualität** – Routine (s.a. Erläuterung unter E.5.)

**Prüfungshinweis** – Es kann eine Aufgabe sein, ein fremdes Boot, eine/n fremde/n Paddler/in für eine Tour auszustatten.

#### C.2. Persönliche Paddelfertigkeiten

Der/Die Kandidat/in soll die Fähigkeit zeigen, das Boot kundig unter den beschriebenen Bedingungen durch die Verbindung von Körper, Boot und Paddel zu kontrollieren. Dies schließt die Anwendung der verschiedenen weiter unten aufgeführten Techniken ein. Der/Die Paddler/in soll die Aktionen aus der aktiven Bereitschaftshaltung (Paddelbox) heraus entwickeln und alle Schläge auf beiden Seiten zeigen.

##### **C.2.1. Beladen des Bootes, Heben und Tragen, Starten und Landen**

**Ziel** – Der/Die Kandidat/in kann die Ausrüstung sinnvoll und windneutral im Boot verstauen. Der/Die Kandidat/in kann die Ausrüstung sicher zum und vom Wasser verbringen. Der/Die Kandidat/in kann in ein schwimmendes Kajak an den regional gegebenen Fluss-/Seenabschnitten ein- und aussteigen.

**Technik** – Auswahl eines geeigneten Start- und Landeplatzes; Gebrauch von Bootswagen und Tragegurten, Starten und Landen bei Strömung und leichtem Wellengang, Ein- und Ausstieg mit Auslegertechnik

**Qualität** – Routine

**Prüfungshinweis** – Bei starkem Wellenschlag können Erleichterungen zugelassen werden

### C.2.2. Effizientes Vorwärtspaddeln

**Ziel** – Der/Die Kandidat/in kann unter biomechanischen Gesichtspunkten effizient und ökonomisch im Kajak Vortrieb erzeugen.

**Technik** – Aktives Sitzen, Kraftschluss zum Boot; Oberkörperrotation, Beinarbeit, Eintauchen, obere Führhand, Ellenbogen; 4 Phasen des Paddelschlags: Eintauchphase; Durchzugphase; Aushubphase; Wechselphase

**Qualität** – Routine

**Prüfungshinweis** – Aktives Sitzen und Oberkörperrotation muss erkennbar sein

### C.2.3. Rückwärts paddeln, Stoppen

**Ziel** – Der/Die Kandidat/in ist in der Lage unter Prüfungsbedingungen (siehe E.3.) ein Ziel effizient in 25 m Entfernung anzusteuern. Der/Die Kandidat/in kann ein Kajak aus voller Fahrt vor einem Hindernis stoppen.

**Technik** – Rückwärtsschlag mit effizientem Umsetzen des Paddels, rückwärtiges Geraadesausfahren und Kurshalten, maximal drei Schläge genügen, um das Boot zum Stehen bzw. in eine leichte Rückwärtsbewegung zu bringen

**Qualität** – Routine

**Prüfungshinweis** – Der Nachweis der Technik kann in ein Rettungsmanöver integriert werden

### C.2.4. Kurshalten

**Ziel** – Der/Die Kandidat/in kann ein Kajak in Wind und Welle (auch von der Seite oder Achtern) und Strömung durch Kanten und Trimmen (Decklast; Steuer, Skeg) auf den vorgegebenen Kurs führen und dauerhaft halten

**Technik** – Kanten, Heckruder, Ankanten bei leichtem Seitenwind, asymmetrische Paddelhaltung, J- Schlag, S- Schlag

**Qualität** – Einfach

### C.2.5. Richtungswechsel

**Ziel** – Der/Die Kandidat/in kann ein Kajak unter moderaten Wellen- und Windbedingungen in alle Richtungen sowohl um 90° sowie um 360° drehen.

**Technik** – Kanten (Edging) Lehnen (Leaning), Bogenschlag; Bugruder; Heckruder, Konterschlag, Schlagkombinationen

**Qualität** – Einfach

**Prüfungshinweis** – 360° Wende durch Kombination von Bogenschlag/Kanten sowie flache Stütze Rückwärts/Lehnen

### C.2.6. Seitwärts versetzen, aus dem Stand und aus der Fahrt

**Ziel** – Der/Die Kandidat/in kann unter moderaten Bedingungen zu jederzeit das Boot seitlich versetzen sowohl im Stand als auch in Fahrt, ohne das Kajak dabei zu drehen.

**Technik** – Ziehschlag (-mitte) (statisch und dynamisch), Wriggen

**Qualität** – Einfach

**Prüfungshinweis** – Körper gut rotiert, Paddelschaft senkrecht, Blatt voll im Wasser.

### C.2.7. Stützen

**Ziel** – Der/Die Kandidat/in kann ein Kajak unter Prüfungsbedingungen (siehe E.3.) durch die flache Stütze (low brace) stabilisieren.

**Technik** – Aktives Sitzen, Kraftschluss zum Boot, Bereitschaftshaltung, C to C, flache Stütze, Kopfkontrolle

**Qualität** – Einfach

**Prüfungshinweis** – Das Grundverständnis des C to C sollte erkennbar sein

### C.2.8. Kehrwasser fahren (wenn die Prüfung auf einem Fluss stattfindet)

**Ziel** – Der/Die Kandidat/in kann mit dem Kajak unter Prüfungsbedingungen (siehe E.3.) in Kehrwasser (hinter Buhnen) einfahren und sicher herausfahren (aktives Kehrwasserfahren).

**Technik** – Aktives Sitzen, Kraftschluss zum Boot, Bereitschaftshaltung, im spitzen Winkel einfahren / Ausfahren und Kanten, evtl. flache Stütze, Blickrichtung

**Qualität** – Einfach

**Prüfungshinweis** – Das Grundverständnis des Kehrwasserfahrens sollte erkennbar sein

### C.2.9. Seilfähre vorwärts (wenn die Prüfung auf einem Fluss stattfindet)

**Ziel** – Der/Die Kandidat/in sollte versuchen, einen konstanten und moderaten Schwierigkeitsgrad II-Fluss, der 10m breit ist, ohne Höhenverlust zu überqueren, oder einen 20m breiten Fluss mit nicht mehr als einem Kajaklängenverlust.

**Technik** – Es ist wichtig, dass der Querungswinkel angemessen ist und während des Manövers erhalten bleibt.

**Qualität** – Einfach

## C.3. Sicherheit und Rettung

### C.3.1. Partnerrettung

**Ziel** – Gezeigt werden soll die sichere und schnelle Rettung eines gekenterten Kajakers, mit angemessener Verständigung während der von der rettenden Person kontrollierten Aktion. Als Schwimmer/in befolgt der/die Kandidat/in die Anweisungen der rettenden Person und zeigt einen flüssigen Wiedereinstieg.

**Technik** – T-Lenzung; Umgang mit der mobilen Lenzpumpe, Heel-Hook

**Qualität** – Routine

**Prüfungshinweis** – Sobald eine Person sich mit dem Kopf unter Wasser befindet, gelten besondere Vorsichtsmaßnahmen. Während eine Zweiergruppe übt, sichert eine andere Zweiergruppe diese ab.

### C.3.2. Push and Pull; Gebrauch der Schleppleine

**Ziel** – Der/Die Kandidat/in kann in Gefahrenmomenten durch Push and Pull ggf. mit Contact-Tow ein Gruppenmitglied über eine kurze Distanz verbringen

**Technik** – Push- & Pull; Support Schlepp mit Leine in Reihe, Allein und im Floßschlepp

**Prüfungshinweis** – Kurze Klarier- und Kontaktzeiten; Schleppsystem muss auch unter Zug gelöst werden können.

## **C.4. Sozialkompetenz**

### **C.4.1. Persönliches Risikomanagement**

Die Prüfung muss zeigen, dass der/die Kandidat/in

- die persönliche Leistungsfähigkeit objektiv einschätzen kann.
- zur kritischen Selbstreflexion fähig ist.

### **C.4.2. Achtsamkeit gegenüber den Anderen**

Die Prüfung muss zeigen, dass der/die Kandidat/in

- die Erfahrung und Urteilkraft hat, um zuverlässig als Gruppenmitglied bei mäßigen Tourenbedingungen zu handeln,
- Gefahren identifizieren und geeignete Routen, z.B. um Felsen sicher zu umfahren, wählen kann,
- den Umgang mit der gesamten für einen Tagestripp notwendigen Ausrüstung beherrscht, auch was die persönlichen Bedürfnisse betrifft,
- gute Gruppen-Netiquette zeigt, nämlich Zusammenbleiben in der Gruppe und gleichzeitig jeder teilnehmenden Person genügend Raum lassen,
- die Bedeutung dessen, was um ihn/sie und die anderen herum passiert, versteht,
- nicht für andere verantwortlich ist, aber mit ihnen zusammenarbeitet und dazu beiträgt, dass sich alle Teilnehmer gegenseitig in angemessener Weise unterstützen.

### **C.4.3. Paddeln als kompetenter Teil einer geführten Gruppe**

Der/Die Kandidat/in muss zeigen, dass er/sie ein weites Spektrum unterschiedlicher Situationen auf unterschiedlichen Gewässern (Kleinfluss, Strom, See) beherrscht wie Buhnen, Häfen, Strände, Schiffsverkehr und natürliche Hindernisse, Wind und Wellen...

Der/Die Kandidat/in soll die Tourenplanung nachvollziehen können und auf Nachfrage ggf. Alternativen für Route oder Gruppe unterbreiten können.

## **D. Theorie / Praxiswissen**

### **D.1. Ausrüstung**

siehe oben C.1. Ausrüstung

### **D.2. Planung**

#### **D.2.1. Fahrtenplanung**

**Ziel** – Der/Die Kandidat/in soll Kenntnis über das zu paddelnde Gewässer zeigen und wissen, welche Planungsgrundlagen für dieses Gewässer genutzt werden sollten. Er/Sie sollte die Planung des Fahrtenleiters / der Fahrtenleiterin nachvollziehen können.

#### ***Inhalt***

- Grundlagenkenntnisse der Bundeswasserstraßenordnungen
- Grundlagenkenntnisse der Betonung, Wasserstraßenzeichen
- Kenntnis der Planungsgrundlagen, z.B. Flussführer und spezielle Wasserkarten (z.B. Jübermannkarten)
- Entfernung und Paddelzeit berechnen können.

**Prüfungshinweis** – Der/Die Kandidat/in sollte in der Lage sein die Navigation / Fahrtenplanung des Fahrtenleiters / der Fahrtenleiterin nachzuvollziehen und ggf. hinterfragen können.

#### **D.2.2. Wetter**

**Ziel** – Verfügt über Kenntnis der verschiedenen Quellen für die Wettervorhersage und wie diese auf die Bedingungen einer Tagestour anzuwenden sind.

**Inhalt** – Wetterbericht, über Fernsehen/Radio, digitale Quellen / Apps für Wettervorhersagen

**Prüfungshinweis** – Der/Die Kandidat/in sollte jederzeit die Wetterbedingungen innerhalb der nächsten 24 Stunden kennen und daraus mögliche Konsequenzen für die Fahrtenplanung ableiten können.

#### **D.2.3. Befahrungs-/Betretungsregeln**

**Ziel** – Der/Die Kandidat/in sollte sowohl über regionale und nationale Beschränkungen, aber auch über die Freiheit, auf Seen und Flüssen zu paddeln Bescheid wissen.

**Inhalt** – Informationsquellen: komplette aktuelle Befahrungsregeln aufgeführt auf der Internetseite [www.kanu.de](http://www.kanu.de), aktuelles Sportprogramm ([kanu.de](http://kanu.de)), Regeln und Bestimmungen für eine Planung

#### **D.2.4. Umwelt**

**Ziel** – Der/Die Kandidat/in soll sich bewusst sein, dass er/sie in sensibler Umgebung unterwegs ist und eine Mitverantwortung für Umwelt und Lebewesen hat. Daraus folgt, dass sich der/die Kandidat/in sorgsam gegenüber der lokalen Tier- und Pflanzenwelt, ihrem Habitat und Schutzbestimmungen verhält. Verhaltensregeln müssen bekannt sein und befolgt werden.

**Inhalt** – Outdoor-Verhalten/ Leave no trace (Umgang mit Müll, Toilettengang, etc.)

**Prüfungshinweis** – Wesentlich sind die Kenntnisse, die dazu führen, dass die Tour keine ökologische Belastung darstellt.



### **D.3. Sicherheit auf Seen und Flüssen (Binnengewässer)**

**Ziel** – Der/Die Kandidat/in kennt die Risiken auf Seen und Flüssen. Er/Sie kann diese vermeiden bzw. die Fahrtenleitung in bestimmten Situationen darauf hinweisen.

**Inhalt**

- Sicherheitsvorkehrungen auf Touren
- potentielle Gefahren durch äußere Umstände, andere Verkehrsteilnehmer und den Schiffsverkehr

### **D.4. Achtsamkeit in der Gruppe**

siehe C.4.2.

### **D.5. Hypothermie -Verhalten im kalten Wasser-**

**Ziel** – Der/Die Kandidat/in kennt die wichtigsten Zeichen und Symptome von Unterkühlung und verfügt über Kenntnis und Ausrüstung Hilfe zu leisten.

**Technik** – Anzeichen von Unterkühlung, einfache Hilfsmittel zur Vermeidung bzw. zur Hilfeleistung (Regenkleidung, Müllsack, etc.), Maßnahmen bei Unterkühlung

**Prüfungshinweis** – Die Kandidaten können in einem Szenario mit Anweisung des Fahrtenleiters / der Fahrtenleiterin gemeinsam einen Unterkühlten versorgen.

### **D.6. Hyperthermie/Hitzschlag**

**Ziel** – Der/Die Kandidat/in kennt die wichtigsten Zeichen und Symptome von Überhitzung/Hitzschlag und verfügt über Kenntnis und Ausrüstung Hilfe zu leisten.

**Technik** – Ursachen und Anzeichen von Überhitzung, einfache Hilfsmittel zur Vermeidung bzw. zur Hilfeleistung (Flüssigkeitszufuhr, Sonnenschutz, etc.), Maßnahmen bei Überhitzung/Hitzschlag

**Prüfungshinweis** – Die Kandidaten können in einem Szenario mit Anweisung des Fahrtenleiters / der Fahrtenleiterin gemeinsam eine überhitzte Person versorgen.



## **E. Prüfungsbedingungen**

### **E.1. Vorerfahrungen**

(siehe Voraussetzungen zur Prüfung)

### **E.2. Örtlichkeiten der Prüfung**

Grundsätzlich Binnengewässer, kleinere Wanderflüsse ebenso wie Ströme und Seengebiete – Zahmwasser 3

### **E.3. Wetterbedingungen**

Wind: moderat

Wellen: mäßiger Wellengang

Strömung: Zahmwasser 3

### **E.4. Prüfungsfahrt**

Ca. 4 Std. zügiges Paddeln in der Gruppe unter moderaten Bedingungen inkl. Pause

### **E.5. Qualitative Prüfungskriterien**

Die praktischen Prüfungsinhalte lassen eine qualitative Einschätzung in drei Qualitätsniveaus zu:

**Einfach** – Der geprüfte Vermittlungsinhalt entspricht einmalig den Mindestanforderungen unter einfachen Bedingungen.

**Routine** – Der geprüfte Vermittlungsinhalt kann in gleichbleibender Qualität unter moderaten Bedingungen immer wieder abgerufen werden.

**Demoqualität** – Der geprüfte Vermittlungsinhalt kann auch unter sehr anspruchsvollen äußeren Bedingungen zu jeder Zeit auf höchstem Niveau dargeboten werden.

### **E.6. Prüfer**

Der/die verantwortliche Prüfer/in muss mindestens DKV-Trainer/in C Breitensport und im Besitz des EPP 4 des Prüfungsfachgebietes Touring sein.

### **E.7. Prüfungsablauf**

Die Prüfung kann an einem Tag abgenommen werden. Sie beinhaltet den praktischen Teil einer Prüfungsfahrt inkl. eines integrierten theoretischen mündlichen Teils.

Der theoretische Teil kann auch mit einem schriftlichen Test mit ca. 20 Fragen zum Prüfungsgebiet vorgenommen werden. Dies muss vor der Prüfungsfahrt geschehen. Die ausbildende bzw. prüfende Person entscheidet über persönliche als auch materielle Voraussetzungen.

Grundlage der Beurteilung sind ausschließlich die während der Veranstaltung gezeigten Leistungen. Zensuren werden nicht erteilt.

Das Prüfungsergebnis wird von der ausbildenden Person festgelegt und begründet sowie dem Kandidaten / der Kandidatin direkt im Anschluss mitgeteilt. Das Ergebnis ist nicht anfechtbar.

## Abnahmebogen zum Erwerb des Europäischen Paddel-Passes Deutschland Stufe 3 – Blaues Paddel

### Touring

Name des Erwerbers / der Erwerberin: \_\_\_\_\_

	☺	☹
<b>Voraussetzungen</b>		
Liegt die unterzeichnete Erklärung zur Sportgesundheit vor?		
Wurde der EPP 2 vorgelegt?		
Teilnahmebescheinigung an einem DKV-Sicherheitskurs Seekajak / Touring und einem DKV-Ökologiekurs?		
<b>Kenntnisse oder Fähigkeiten</b>		
<b>Ausrüstung</b>		
Touren-Kajak (unsinkbar)		
Paddel		
Ersatzpaddel		
Spritzdecke		
Schwimmweste		
Adäquate Kleidung (dress for water not for air)		
Kopfbedeckung		
Getränke und Verpflegung		
Reparatur-Kit (z.B. Ducktape)		
Erste Hilfe-Kit		
Signalmittel (z.B.: Smartphone)		
Persönliche Ausrüstung: (Geld, Autoschlüssel, Medikamente etc.)		
<b>Persönliche Paddelfertigkeiten</b>		
Heben und tragen, starten und landen		
Effizientes Vorwärtspaddeln		
Rückwärts paddeln, stoppen		
Kurshalten		
Richtungswechsel		
Seitwärts versetzen, aus dem Stand und aus der Fahrt		
Stützen		
Aktives Kehrwasserfahren		
Seilfähre		

	😊	☹
<b>Sicherheit und Rettung</b>		
Partnerrettung		
Schlepptechniken		
<b>Sozialkompetenz</b>		
Persönliches Risikomanagement		
Achtsamkeit gegenüber Anderen		
Paddeln als Teil einer geführten Gruppe		
<b>Umwelt</b>		
Grundkenntnisse über mögliche Störwirkungen des Kanusports und die sich daraus ergebenden Verpflichtungen bei der Fahrtenplanung		
<b>Theoretische Prüfungsfragen ausreichend beantwortet</b>		
Bemerkungen:		
Der/Die Kandidat/in hat alle notwendigen Kenntnisse und Fertigkeiten am heutigen Prüfungstag im ausreichenden Maße zeigen können und somit die Prüfung bestanden und den EPP Deutschland 3 Touring erworben		
Datum	Unterschrift des Prüfers/der Prüferin	