

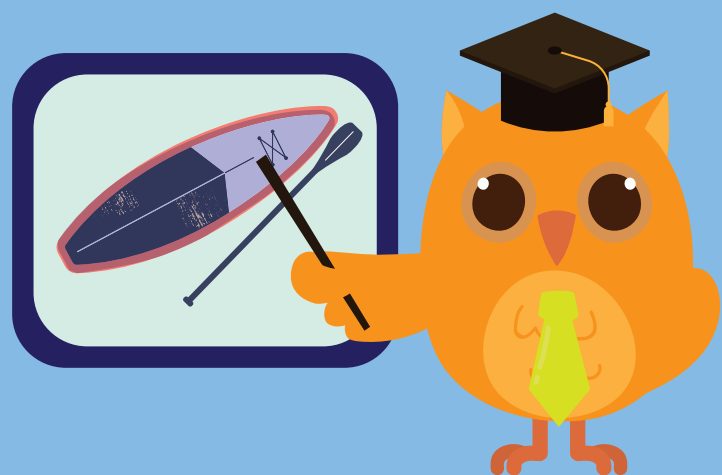


AKTIV-ZONE

Stand Up Paddling

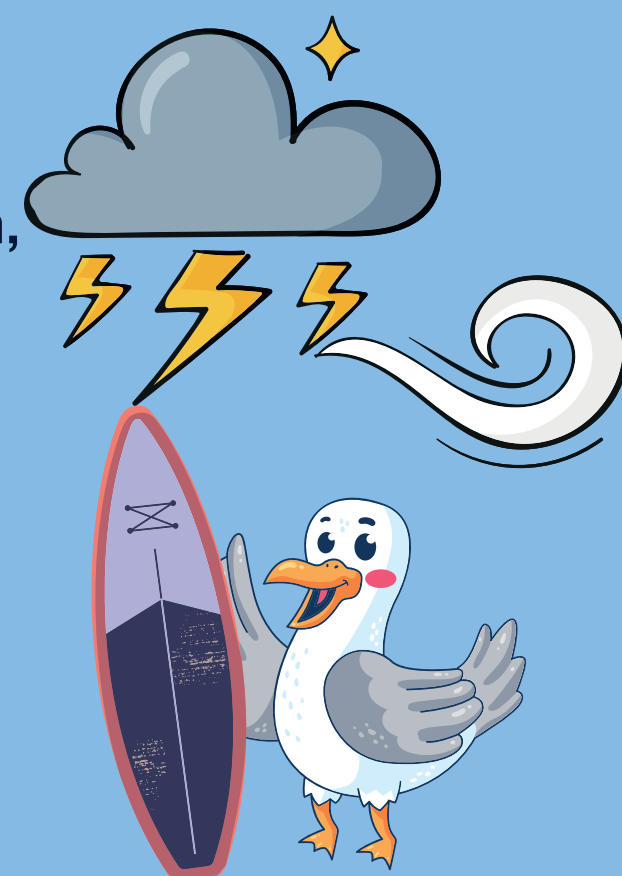
1 LERNE STAND UP PADDLING BEIM PROFI

Von der effektiven Paddeltechnik bis hin zu Sicherheitshinweisen und Tricks – Die Basis für dein Paddelvergnügen lernst du am besten bei geschulten Fachleuten.



2 ACHE AUF DAS WETTER

Checke Wetter und Temperaturen, bevor du aufs Board steigst. Bleib bei ablandigem Wind, Nebel- oder Gewittergefahr sowie starker Hitze an Land.



3 PADDLE NUR DORT, WO ES ERLAUBT IST

Informiere dich, wo du paddeln darfst und welche Gebiete etwa wegen des Natur- und Umweltschutzes tabu sind. Das Befahren der angrenzenden markierten Badezone ist nicht gestattet.



4 TRAGE DIE RICHTIGE KLEIDUNG

Richtige Bekleidung ist ein Sicherheitsfaktor. Passe deine Kleidung der Wasser- und nicht der Lufttemperatur an, dann ist Paddeln das ganze Jahr über möglich.



5 SICHERHEIT FÜR DICH UND ANDERE

Benutze die richtige Ausrüstung um sicher unterwegs zu sein. Leash, Restube oder Schwimmhilfe ermöglichen jederzeit Auftrieb, bei einer mangelnden Schwimmfähigkeit kann eine Schwimmweste Leben retten. Den Anweisungen der Wasserwacht ist Folge zu leisten.



6 KENNE DEINE GRENZEN

Schätze deine persönlichen Fähigkeiten und deine Kräfte richtig ein. Beachte ablandige Winde, Wellengang und Strömungen. Gehe nie unter Einfluss von Substanzen aufs Wasser, die das Bewusstsein beeinflussen.



7 BEACHTE DIE REGELN AUF DEM WASSER

Am sichersten bewegst du dich in Ufernähe. Meide das betonnte Fahrwasser, halte immer ausreichend Abstand zu anderen Wasserfahrzeugen sowie Personen und beachte die Vorfahrtsregeln. An Hafeneinfahrten und Anlegern der Fährschiffahrt ist besondere Vorsicht geboten.



8 ACHE AUF DEINE UMWELT

Trage mit deinem Verhalten auf und neben dem Wasser dazu bei, deine Umwelt zu schützen. Entsorge deinen Müll sachgerecht und achte beim Überqueren des Fördewanderweges und des Strandes auf deine Mitmenschen.

