

Teilnehmerinformation für die HSP-Wellenreitkurse in Rantum auf Sylt

1. Anreise

Die Anreise erfolgt in Eigenregie.

Mit dem Zug:

bis Westerland Bhf und von dort mit dem Bus (Linie 2 Richtung Hörnum) bis zum Campingplatz Rantum.

Mit dem Auto:

bis Niebüll und von dort mit dem Autozug (Sylt Shuttle) bis zum Bhf. Westerland. Von dort nach Süden bzw. Richtung Rantum bis zum Campingplatz Rantum.

2. Treffpunkt

Die Anreise am Campingplatz Rantum erfolgt am ersten Kurstag zwischen 13:00 und 14:00 Uhr.

Treffpunkt: an der Rezeption des Campingplatzes Rantum, Hörnumer Straße 3, 25980 Rantum/Sylt, <http://www.camping-rantum.de>

Der Kursabschluss erfolgt am letzten Kurstag bis 13:00 Uhr.

3. Kursverlauf

Die Wellenreitkurse werden in Kooperation mit den Hochschulsportbüros der Universitäten Berlin (HU), Hamburg und Kiel veranstaltet. Es wird ein Einstieg in das Wellenreiten ermöglicht (Sylt gilt als das beste Wellenreitrevier Norddeutschlands). Neben Brett-Techniken (Brettgewöhnung, Paddelage u.ä.) werden Gleiten in Weißwasserwalzen (gebrochene Wellen), Aufstehbewegung (Take off) und Durchtauchtechniken vermittelt und geübt. Bei entsprechenden Bedingungen und individuellen Voraussetzungen wird darüber hinaus zum Start in der "grünen Welle" (ungebrochene Welle) übergegangen. Für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit Wellenreitvorerfahrung werden Aufstehbewegung, Durchtauchtechniken und Take off in der „grünen Welle“ wiederholt und gefestigt sowie erste Erfahrungen in den Techniken Bottom Turn und Cut Back gesammelt.

Theoretische Kenntnisse u. a. Materialkunde, Gezeiten, Sicherheitsaspekte, Wetter- und Wellenkunde werden kursbegleitend behandelt.

Am Anreisetag setzen sich die Gruppen mit den Instruktoeren zusammen und besprechen den Kursablauf.

4. Leistungen

5- Tage Einsteigerkurs Wellenreiten (Wasser- und Theorieeinheiten). Material (Soft- und/oder Hardboards sowie Neoprenanzug), Unterbringung in Wohnwagen mit Vorzelten auf dem Campingplatz Rantum, Campingplatzgrundgebühren, Kurtaxe.

Nicht im Preis enthalten: Eigenanreise, Selbstverpflegung, für die Wohnwagen Strom/ Gas nach Verbrauch, Duschen nach Verbrauch (2,25 Cent/l).

5. Mitzubringen

Bettwäsche (Laken und Bezüge für Kissen & Bettdecke), Handtücher, Geschirrtücher, Schwimmsachen, Mütze, windundurchlässige Jacke, wasserfeste Sonnencreme

6. Sonstige Aktivitäten

Fahrräder können am Dorfhofel Sylt (Hafenstr. 1a, 25980 Rantum) gegen Entgelt gemietet werden. Das SPA und die Sauna des Dorfhofels Sylt können gegen Entgelt ebenfalls genutzt werden.

7. Unterbringung

Die Unterbringung erfolgt in Wohnwagen auf dem Campingplatz Rantum. Die Campingwagen sind mit Vorzelten und Heizungen ausgestattet. Die Zimmerverteilung erfolgt erst am 1. Tag vor Ort! Campingplatzgrundgebühr und Kurtaxe sind im Teilnehmerbeitrag enthalten.

8. Verpflegung

Die Verpflegung erfolgt in Eigenregie. Die Wohnwagen sind mit Kochmöglichkeiten und Kühlschränken ausgestattet.

9. Versicherung

Während der Wasserzeiten besteht ein Versicherungsschutz (Haftpflicht) über die kooperierende Wassersportschule. Den Anweisungen der Instruktoeren ist Folge zu leisten. Für fahrlässig verursachte Schäden am Material haftet der Teilnehmer. Nähere Informationen hierzu gibt es bei Kursbeginn.

Wir wünschen viel Spaß beim Kurs