

Stufe 3 Blaues Paddel

Den EPP Deutschland-Stufe 3 erhalten Personen, die das Kanufahren 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 Teilnehmer 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 eines Erziehungsberechtigten 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 des verantwortlichen Kursleiters in der DKV-Termin Datenbank eingetragen sein (www.kanu.de > Service > Termine > Termin eintragen).

Der verantwortliche Leiter der Kurse bzw. Fahrten muss mindestens DKV-Fachübungsleiter und im Besitz des EPP Deutschland-Stufe 4 des Prüfungsfachgebietes sein.

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

Begleitende Materialien:

Die nachfolgenden Materialien sollten dem Teilnehmer ausgehändigt werden:

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



Deutscher *Kanu*-Verband



Deutscher *Kanu*-Verband

Die Teilnehmer 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:

I. Touring

A. Ziel

Der ausgebildete Touringfahrer kann als kompetenter Paddler 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 Kandidat kann die Ausrüstung so wählen, zusammenstellen und beurteilen, dass sie die Anforderung einer Touringfahrt erfüllt und die Sicherheit für sich und die Fahrtteilnehmer gewährleistet.

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

Am Paddler – Paddelkleidung (dress for the water not for the air), Spritzdecke, Schwimmweste/ evtl. Helm, Notfallmittel (z.B.: Smartphone – wasserdicht verpackt), Schleppleine; ggf. Contact-Tow, Messer, 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, einen fremden Paddler für eine Tour auszustatten.

C.2. Persönliche Paddelfertigkeiten

Der Kandidat soll seine Fähigkeit zeigen, sein 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 Paddler soll seine 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 Kandidat kann seine Ausrüstung sinnvoll und windneutral in seinem Boot verstauen. Der Kandidat kann seine Ausrüstung sicher zum und vom Wasser verbringen. Der Kandidat kann in sein 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 Kandidat kann unter biomechanischen Gesichtspunkten effizient und ökonomisch in seinem 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 Kandidat ist in der Lage unter Prüfungsbedingungen (siehe E.3.) ein Ziel effizient in 25 m Entfernung anzusteuern. Der Kandidat kann sein Kajak aus voller Fahrt vor einem Hindernis stoppen.

Technik – Rückwärtsschlag mit effizientem Umsetzen des Paddels, rückwärtiges Gerausfahren 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 Kandidat kann sein 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 Kandidat kann sein 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 Kandidat kann unter moderaten Bedingungen zu jederzeit sein 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 Kandidat kann sein 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 Kandidat kann mit seinem Kajak unter Prüfungsbedingungen (siehe E.3.) in Kehrwasser (hinter Bühnen) 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 Kandidat 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 vom Retter kontrollierten Aktion. Als Schwimmer befolgt der Kandidat die Anweisungen des Retters 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 Kandidat 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 Kandidat

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

C.4.2. Achtsamkeit gegenüber den Anderen

Die Prüfung muss zeigen, dass der Kandidat

- die Erfahrung und Urteilskraft 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 jedem Teilnehmer genügend Raum lassen,
- die Bedeutung dessen, was um ihn 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 Kandidat muss zeigen, dass er ein weites Spektrum unterschiedlicher Situationen auf unterschiedlichen Gewässern (Kleinfluss, Strom, See) beherrscht wie Buhnen, Häfen, Strände, Schiffsverkehr und natürliche Hindernisse, Wind und Wellen... Der Kandidat 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 Kandidat soll Kenntnis über das zu paddelnde Gewässer zeigen und wissen, welche Planungsgrundlagen für dieses Gewässer genutzt werden sollten. Er sollte die Planung des Fahrtenleiters 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 Kandidat sollte in der Lage sein die Navigation / Fahrtenplanung des Fahrtenleiters 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 Kandidat 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 Kandidat 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, aktuelles Sportprogramm (die meist genutzten Flüsse mit deren Beschränkungen), Regeln und Bestimmungen für eine Planung

D.2.4. Umwelt

Ziel – Der Kandidat solle sich bewusst sein, dass er in sensibler Umgebung unterwegs ist und eine Mitverantwortung für Umwelt und Lebewesen hat. Daraus folgt, dass sich der Kandidat 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 Kandidat kennt die Risiken auf Seen und Flüssen. Er kann diese vermeiden bzw. den Fahrtenleiter 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 Kandidat 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 gemeinsam einen Unterkühlten versorgen.

D.6. Hyperthermie/Hitzschlag

Ziel – Der Kandidat 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 gemeinsam einen Überhitzten 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 verantwortliche Prüfer muss mindestens DKV-Kanu-Fachübungsleiter 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.



Deutscher Kanu-Verband



Deutscher Kanu-Verband

Der Ausbilder/Prüfer 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 dem Ausbilder festgelegt und begründet sowie dem Kandidaten direkt im Anschluss mitgeteilt. Das Ergebnis ist nicht anfechtbar.