

WORKSHOPS CANADENSARSYMPOSIUM 2025

Med reservation för felskrivningar och ändringar.



SJÖVIKS
FOLKHÖGSKOLA

TORS DAG	
	Paddling för de som vill (oorganiserad, utanför programmet)
14.00-19.00	Incheckning öppen
16.00-17.00	Ledarsamling
19.00	KVÄLLSMAT
20.00	Välkommen och presentationer, praktisk information Kvällsaktivitet

FREDAG	Halvdag	Halvdag	Halvdag	Halvdag	Halvdag	Heldag	Heldag	Heldag
	FRUKOST på egen hand							
9-12	American Freestyle solo	Kanotlekar, kamrat-räddning, bastubad	Nyfiken på fors solo del 1	Nyfiken på fors tandem del 1	Träning för blått paddelpass	Fors-säkerhet	Fors solo fortsättning	Clinic i fors solo erfarna
12-13	LUNCH							
13-16	American Freestyle solo	Teknik-utveckling tandem/solo	Stakning introduktion					
17-18	Paddeldejting – hitta nya paddelkompisar för framtida färder							
18-19	KVÄLLSMAT							
19.30	Berättelse från en färd							
21	Kvällsbio/Mingel							

LÖRDAG	Halvdag	Halvdag	Halvdag	Heldag	Heldag	Heldag	Heldag	Heldag	Heldag
	FRUKOST på egen hand								
9-12	American Freestyle solo	Teknik-utveckling Tandem/solo	Personlig teknik-utveckling solo	Färden i fokus solo/tandem heldag	Nyfiken på fors tandem del 2	Nyfiken på fors solo del 2	Fors tandem fortsättning	Staka, lina, tåga	Säkerhet i fors 1
	LUNCH								
13-16	American Freestyle solo	Vind-paddling	Segling med rigg tandem						
17-18	Paddeltursutbyte Hur öppen är kanoten egentligen? Inkludera flera i kanotpaddling								
18-19	MIDDAG								
19.30	Timmerstugskväll, musik m m								
21	Kvällsbio/mingel								

SÖNDAG	
	FRUKOST på egen hand
8-12	Täljverkstad Utrustning för din kanot, olika kanotyper och modeller Personlig teknik-utveckling solo Teknikutveckling tandem/solo OC1 solo fors-kanadensare och rollövning Paddlingstur på Bäsingen Introduktion till stakning Segling Examination blått paddelpass Solo/tandem
13-14	LUNCH
14-15	Gemensam avslutning och iordningsställande