

Festivalprogram Bølgefestivalen 2022

Nevlunghavn - 14. til 16. oktober



Velkommen til Bølgefestivalen

Eian Fritid har gleden av å ønske tur- og havpadleentusiaster velkomne til Bølgefestivalen 2022. I år arrangeres festivalen for 12. gang. Dette er en festival for entusiastene. Vi har satt sammen et spennende program i samarbeide med Norges Padleforbund med kurs, workshops og turer. Se side 6 til 23. Med oss på laget har vi erfarne instruktører med høy kompetanse. Foretrekker du å padle eller trene sammen med dine padlekamerater vil det også være muligheter til det.

Fredag 15. oktober - Ankomst og registrering

Ankomst og registrering skjer fra klokken 1500. Alle deltakerne må registrere seg ved ankomst til festivalen.

For å gjøre registreringen så enkel og sikker som mulig bruker vi et registreringssystem med QR-koder. Alle deltakere må registrere seg via denne QR-koden ved ankomst. Registreringen vil bidra til å holde oversikten over deltakerne og er vesentlig for HMS-rutinene under festivalen.

Du vil bli anvist plass for overnatting og parkering. Nøkler til alle hytter, for Gurvika og Oddane Sand, leveres ut til den hytteansvarlige i Eian Fritid sin festivalbutikk som ligger nede ved vannet.

Åpning av festivalen

Bølgegrillene er varme fra klokken 1800. Fredagskvelden er satt av til sosialt samvær i hyttene og festivalteltet.

Eian Fritid

Vi «flytter» under festivalen butikken vår til Nevlunghavn. Her finner du padleutstyr og kajaker fra NDK Sea Kayaking UK, Valley, NorthShore, Norse og Dagger. Du kan også møte noen representanter fra leverandørene våre.

Praktiske opplysninger

Overnatting i Gurvika og ved Oddane Sand Camping

Gurvika – Eian Fritid har til Bølgefestivalen reservert hele området i Gurvika. Her har vi 19 hytter, Gjestehuset med 6 rom med 2 senger, felles kjøkken og oppholdsrom. Vi har også noen plasser for oppstilling av bobiler. Festival kartet gir deg en oversikt over området.

Oddane Sand - Dette er en 4-stjerners KNA campingplass og nærmeste «nabo» til Gurvika. Campingplassen ligger i gangavstand til festivalområdet. Se kart med oversikt over området.

- Hyttene og rommene leies ut i sin helhet og ikke pr. seng/person.
- Grupper som er sammen ordner gjerne fordelingen seg imellom.
- Den som bestiller hytta, eller rommet i terminalbygget, vil stå som ansvarlig.
- Det er ikke puter, dyner eller sengetøy på hyttene/rommene.
- Husk ta med dette selv, eventuelt sovepose og pute.
- **Gurvika** - Hytter og rom disponeres fra fredag klokken 1500 frem til klokken 1800 søndag.
- Leietakeren må ha flyttet ut av hytta/rommet i Gurvika innen klokken 1800 på søndag.
- **Oddane Sand** - Hyttene disponeres fra fredag klokken 1500 frem til klokken 1100 søndag.
- Leietakeren må ha flyttet ut av hytta på Oddane Sand innen klokken 1100 på søndag.
- Søndag ettermiddag vil det være mulig å dusje/skifte i fellesanlegget ved bassenget.
- Hytta ryddes før avreise og søppel kastes / Vask inngår i leien og skal ikke utføres av leietaker.
- Brannforskrifter: Overnatting for flere personer i hytter og rom enn det som er angitt på bestillingssidene er ikke tillatt.
- Ved overnatting i telt skal avstanden mellom teltene være 3 meter.
- Bobiler vil bli anvist plass / Det ikke er strøm til bobiler på området.

Transport

Enkelte av aktivitetene har et annet oppmøtested enn Gurvika. Dette gis det informasjon om på informasjonsmøte fredag kveld. Deltagere må selv besørge transport til og fra oppmøtested.

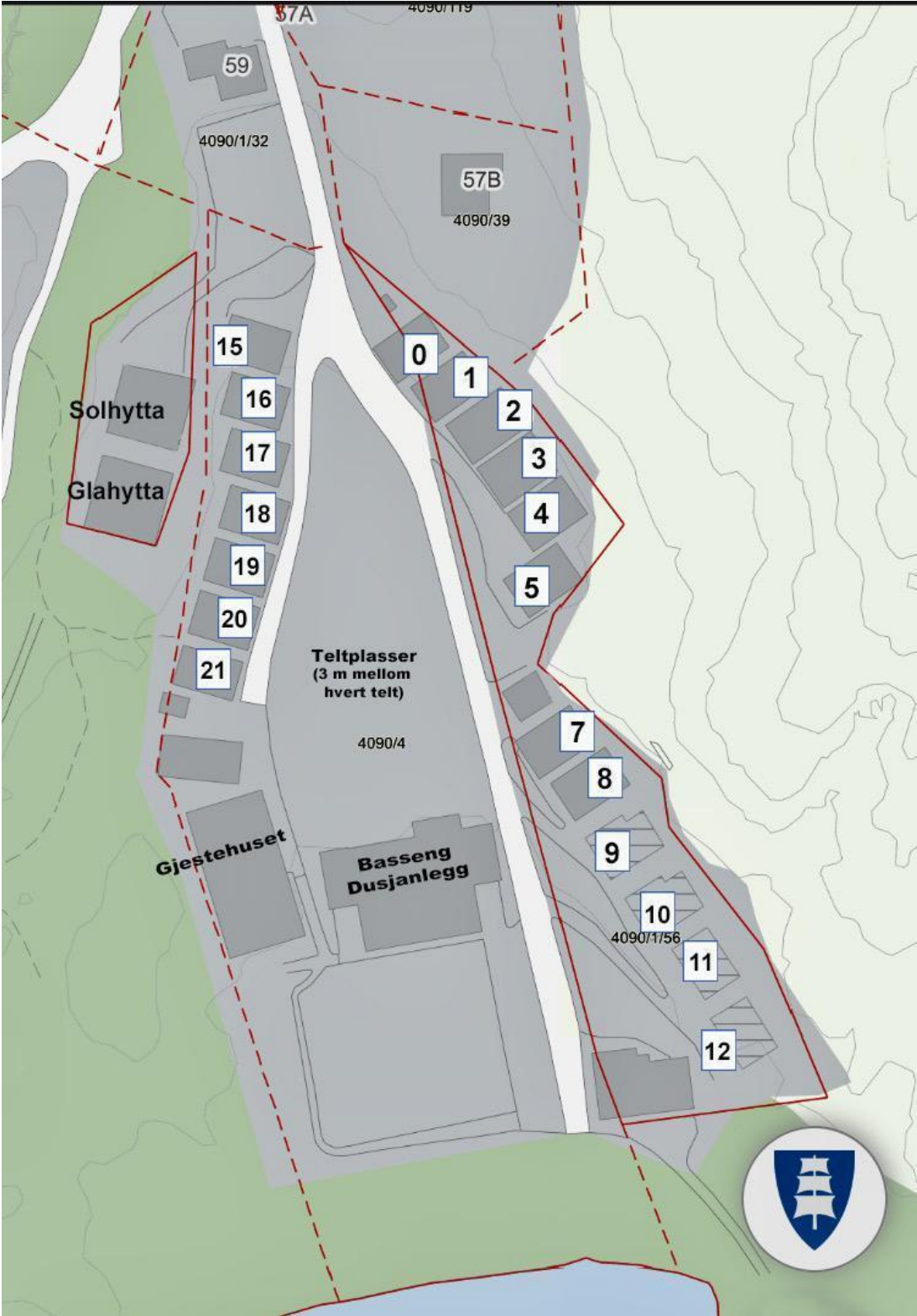
Kontaktperson:

Eian Fritid AS

Hege Suarez Eian

Telefon: 32 87 69 22 / E-post: post@eian.no

Kart over festivalområdet – Gurvika



Beskrivelse av overnattingsalternativene - Gurvika

NB! Det er ikke puter, dyner eller sengetøy på rommene eller hyttene.

Teltplass

- På kartet over området finner du avmerket hvor det er anledning til å sette opp telt.
- De som telter kan benytte det felles dusj- og toalettanlegget på området.
- Av brann- og sikkerhetshensyn skal det være 3 meters avstand mellom hvert telt.
- Det er ikke tillatt å koke mat eller «fyre» i teltet ved bruk av gassbluss.
- Avhengig av plass og værforholdene, vil det kunne være mulig å parkere ved teltplassen.
- Alternativt vil parkering måtte skje på anvist plass ved inngangen til området.

Gjestehuset

- I Gjestehuset er det totalt 6 rom med 2 senger pr. rom.
- Vi leier ut rommene, ikke sengene.
- Bygget har felles kjøkken og spise/oppholdsrom.
- Det er felles toalett, vaske- og dusjrom.

Hytte for 4 personer

- Hytte nummer 15 til 21 har totalt 4 sengeplasser.
- 3 senger i soverom og 1 sofa i stuen.
- Vi leier ut hyttene og ikke sengene.
- Hyttene har et stuehjørne med sittegruppe.
- Kjøkkenet er fullt utstyrt og har kjøleskap, kokeplater, oppvaskkum og spisebord.
- På hyttene er det toalett og vask.
- For dusj benyttes fellesanlegget.
- Festivalpass for 4 personer er inkludert i hytteteien.

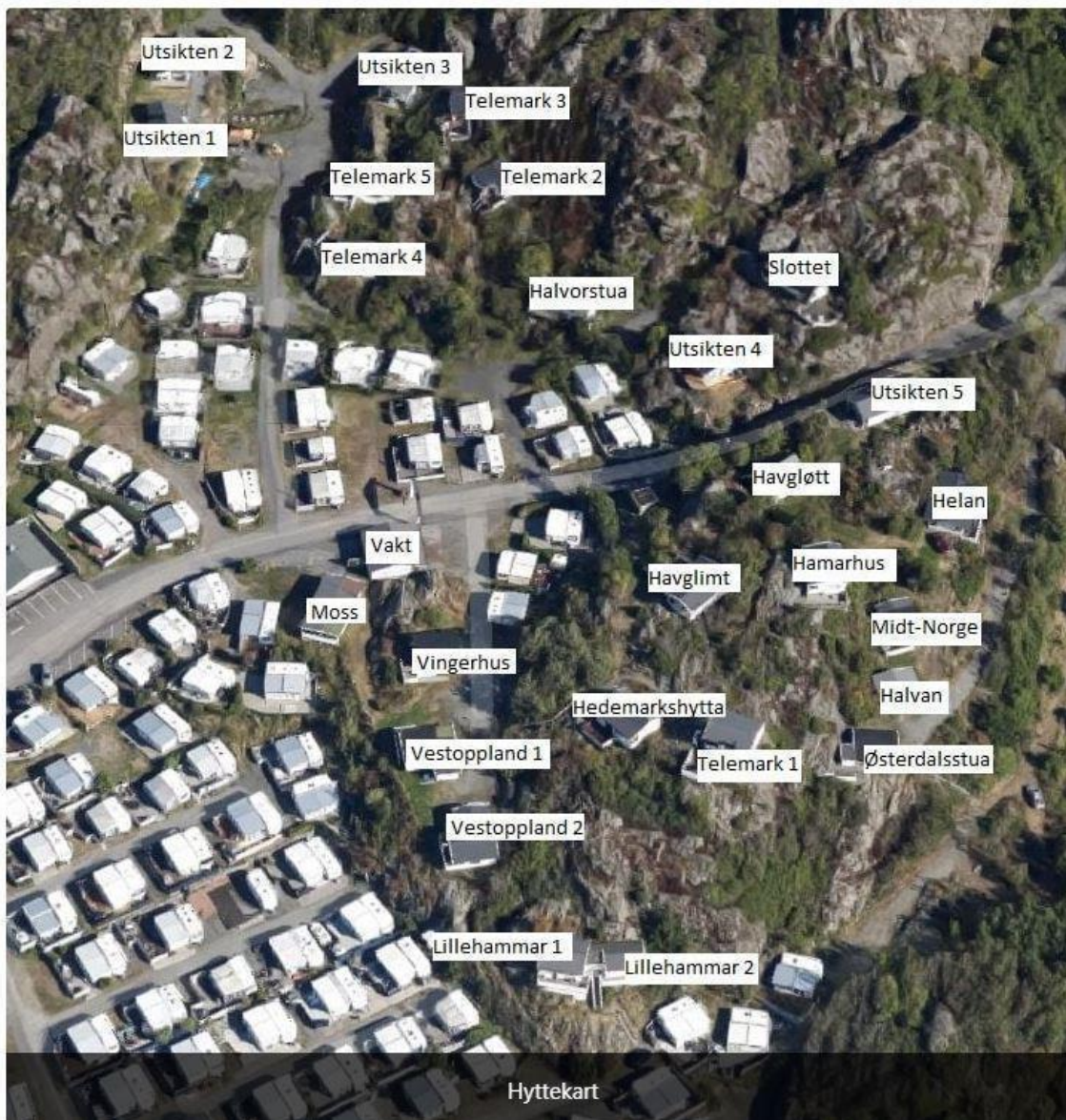
Hytte for 6 personer

- Hytte nummer 0 til 10 har totalt 6 sengeplasser.
- 5 senger i soverom og 1 sofa i stuen
- Vi leier ut hyttene og ikke sengene.
- Hyttene har stuehjørne med sittegruppe.
- Kjøkkenet er fullt utstyrt og har kjøleskap, komfyr, oppvaskmaskin og spisebord.
- Hyttene har toalett med vask og dusj.

Hytte for 8 personer

- Hytte nummer 11 til 12 har totalt 8 sengeplasser.
- 5 senger i soverom, 1 sofa i stuen og 2 på plasser på hemsene.
- Vi leier ut hyttene og ikke sengene.
- Hyttene har stuekrok med sittegruppe.
- Kjøkkenet er fullt utstyrt og har kjøleskap, komfyr, oppvaskmaskin og spisebord
- Hyttene har toalett med vask og dusj.

Kart over Oddane Sand Camping



Beskrivelse av overnattingsalternativene – Oddane Sand Camping

Liten hytte

- Gjelder hyttene Helan (6), Havglimt (5), Vingerhus (5), Moss (6), Vestoppland 1 (6), Vestoppland 2 (6) og Slottet (7 sengeplasser)
- Typen seng vil i noen tilfelle være familiekøyer

Stor hytte

- Gjelder hyttene: Utsikten nummer 1 til og med 5.
- Hyttene har 6 til 8 sengeplasser
- Typen seng vil i noen tilfeller være familiekøyer
- For nærmere beskrivelse av de hyttene vi leier se: [Oddane Sand Utleie Hytter](#)

Programoversikt - Bølgefestivalen - 14. til 16. oktober 2022

Aktivitet / Dag / Tid	Aktivitet	0700 - 0800	0800 - 0900	0900 - 1000	1000 - 1100	1100 - 1200	1200 - 1300	1300 - 1400	1400 - 1500	1500 - 1600	1600 - 1700	1700 - 1800	1800 - 1900	1900 - 2000	2000 - 2100	2100 - 2200 +
Fredag 14. oktober																
Ankomst / Registrering / HMS																
Sosialt samvær i festivalteltet																
Bølgegrillene er varme																
Lørdag - 15. Oktober																
Frokost																
Surfekurs Nivå 1	A															
Brottkurs nivå 1	B															
Brottkurs nivå 2	C															
Rullekurs nybegynner (Inne i bassenget)	D															
Rullekurs øvede (Inne i bassenget)	E															
Bølgekurs - Effektiv padling i bølger	F															
Langtur i eksponert farvann	G															
"Kortreist" tur i skjermet farvann	H															
Bølgekveld med sosialt samvær																
Bølgegrillene er varme																
Vi samles i festivaltelt og hytter																
Søndag - 16. Oktober																
Frokost																
Surfekurs Nivå 1	J															
Brottkurs nivå 1	K															
Brottkurs nivå 2	L															
Rullekurs nybegynner (Inne i bassenget)	M															
Rullekurs øvede (Inne i bassenget)	N															
Bølgekurs - Effektiv padling i bølger	O															
Gøy På Vannet - Deltakerstyrt trening og øvelser	P															
Coasteering (kystvandring)	S															
Søndag 16. oktober - Indretjeneste og avreise																
Dusj / Rydding / Avreise																
Kurs over 2 dager Lørdag 15. og Søndag - 16. Oktober																
Del 1 Lørdag - BC Costal Sea Kayak Award (4 stjerner)	R															
Del 2 Søndag - BC Costal Sea Kayak Award (4 stjerner)																

Sikkerhet under festivalen

Generelle vilkår som gjelder for alle deltakere på festivalens padleaktiviteter

Bølgefestivalen foregår i oktober i områder eksponert for vær, vind og bølger, og det er ikke alltid man har ei sandstrand å sette ut fra og lande på. Aktivitet foregår i trygge rammer, men risiko kan allikevel aldri bli helt fraværende. Generelt er det påregnelig å utfordre grensene sine noe, å holde på lenge av gangen, bli fysisk sliten, og kanskje innimellom litt kald. Det er for visse aktiviteter også påregnelig at utstyr kan brukes litt hardere enn man kanskje er vant til, og slitasje kan forekomme. For hver aktivitet er det i tillegg beskrevet krav til deltagelse, og det informeres om spesielle forhold som gjelder den aktuelle aktiviteten. Der det er stilt krav om formell kompetanse i henhold til våttkortstigen forutsettes det at deltagerne innehar de ferdighetene som kravene beskriver. Det er også beskrevet krav til nødvendig utstyr for deltagelse.

Dersom du har medisinske forhold som du mener tur/kursholderne av sikkerhetshensyn bør vite om, for eksempel viktige medisiner som må tas til faste tidspunkt, tidligere skader, eller allergier, som kan ha uheldige konsekvenser under aktiviteten, bes du om å informere tur/kursleder før turen/kurset starter, sammen med beskrivelse av hvor du oppbevarer eventuelt medisiner du har med deg.

Du er selv ansvarlig for å vurdere at du oppfyller kravene som stilles til deltagelse og til utstyr på de aktivitetene melder deg på.

Du plikter å følge de føringene som turlleder/kursholder gir, men du er også selv ansvarlig for å gjøre vurderinger underveis, og du kan når som helst velge å stå over øvelser i et kurs/tur ved å gi tydelig beskjed til turlleder/kursholder.

Det er allikevel ikke under noen omstendighet lov å forlate gruppa eller padle ut av syne for turlleder/kursholder, uten at dette er tydelig avtalt.

Samtykke til deling av kontaktinformasjon

Ved påmelding til organisert padleaktivitet samtykker du i at turlleder/kursholder, av sikkerhetshensyn, kan dele din kontaktinformasjon, dvs. navn, mobiltelefonnummer og eventuelt e-postadresse, med de andre deltagerne på aktiviteten.

Ved påmelding bekrefter du:

- å ha lest og forstått aktivitetsbeskrivelse og krav som stilles for deltagelse
- at du innehar kvalifikasjonene, og oppfyller alle krav, som er beskrevet for aktiviteten
- at du har dine egne forsikringer for aktiviteten du melder deg på

Andre tilstedeværende padlere som ikke er påmeldt organisert padleaktivitet

Padlere som er tilstede i området under arrangementet, men som ikke er påmeldt padleaktivitet i regi av festivalen, inngår ikke i HMS-systemet for padleaktivitet. Disse oppfordres allikevel til å melde fra i sekretariatet om sine padleplaner og kontaktperson i gruppa.

Opphold på land på stiftelsen Gurvika sitt område

Stiftelsen Gurvika sitt reglement er gjeldende for aktivitet på land som skjer utenom festivalen sine padleaktiviteter, herunder fastsatte regler for camping, parkering, bruk av åpen ild mm.

Utstyr

Krav til utstyr for deltagelse er beskrevet under den enkelte aktivitet. Normal vanntemperatur i området i oktober er ca. 11 grader, dette tilsier minimum bruk av våtdrakt og gjerne med et vindtett lag utenpå, ekstra klær til å ha på ved pauser, tørt skift samt medbragt varm drikke.

Beskrivelse av aktivitetene

Lørdag 15. oktober

Aktivitet A - Lørdag / Surfekurs metodelære

Tid 1000 - 1700

Sted: Noen minutters transport av kajaker med bil må påregnes.

Påmelding: <https://www.vaattkort.no/Event/10952>

Du settes på venteliste dersom pågangen blir større enn antall tilgjengelige plasser.

Pris pr deltaker: kr 1200,-

Maksimalt antall deltakere: 13

Kontaktperson: Øystein Pilskog / epost: oysteinpilskog@gmail.com / Mobil: 46 80 90 65

NB! For generelle vilkår og sikkerhet som gjelder for alle deltakere på festivalens padleaktiviteter se side 7.

Om kurset

Vil du lære å håndtere havkajakken i en surfesone? Steder med surf (brytende bølger) er et miljø som krever organisering og riktig teknikk for at sikkerheten skal ivaretas. Kurset omhandler surfing og redninger i surf, samt organisering i surfsonen.

- Surfing
- Redninger av person i surf
- Redning av kajakk i surf
- Sidesurf
- Hvordan komme ut av side surf
- Landing i dumpende surf
- Rulling i surf (forutsetter at du kan rulle i roligere forhold).
- Teori om bølger og rip currents
- Organisering av sikker lek i surf

Spesielt for denne aktiviteten

Krav til deltagere:

Ferdighetsnivå: Grunnkurs

Kurset krever ingen tidligere erfaring med surf og er et introduksjonskurs.

Kurset foregår i trygge rammer, men du må være forberedt på å «tøye» grensene for din egen komfortsone. Man kan gjerne velge å stå over øvelser i kurset ved å gi beskjed til kursholder underveis. Det er påregnelig med velt og svømmetur, og at det kan bli kontakt mellom kajakk og havbunn. Utstyr deltagerne bruker må gjenspeile dette. Vi anbefaler å benytte benytter kajaker i plast. Valg av hensiktsmessig utstyr er deltakerens eget ansvar.

Nødvendig utstyr

- Kajakk, åre, spruttrekk og vest
- Tørrdrakt (Må ikke ha, men anbefalt, minimum er våtdrakt med vindtett lag utenpå)
- Riktig og varm bekledding
- Hjelm
- Hansker/Votter
- Fottøy som fungerer på glatt svaberg
- Taeline (lang)
- En «Cowtail» i lengde ca. 70cm med 2 karabinkroker
- Førstehjelpsutstyr
- Enkelt reparasjonssett
- Varm drikke og mat
- Ekstra klær
- Fjellduk eller lignende til å holde varmen i lunsjen

Aktivitet B - Lørdag / Brottkurs Nivå 1 metodelære

Tid 1000 - 1700

Påmelding: <https://www.vaattkort.no/Event/10956>

Du settes på venteliste dersom pågangen blir større enn antall tilgjengelige plasser.

Pris pr deltaker: kr 1200,-

Maksimalt antall deltakere: 12

Kontaktperson: Heidi Grimnes / epost: Heidi@padleforbundet.no / Mobil: 97 16 29 71

NB! For generelle vilkår og sikkerhet som gjelder for alle deltakere på festivalens padleaktiviteter se side 7.

Om kurset

På dette kurset får du prøve deg på padling under utfordrende forhold i sjøen nær holmer og skjær ved Nevlunghavn. Nivå 1 er tilpasset for de som ikke har noe eller svært lite erfaring i bølger og brott tidligere og som ønsker å lære mer.

Spesielt for denne aktiviteten

Krav til deltagere:

Ferdighetsnivå: Grunnkurs

Nedre aldersgrense: 18 år.

Kurset foregår i trygge rammer, men du må være forberedt på å «tøye» grensene for din egen komfortsone. Man kan gjerne velge å stå over øvelser i kurset ved å gi beskjed til kursholder underveis. Det er påregnelig med velt og svømmetur, og at det blir noe kontakt med fjell og havbunn. Utstyr deltagerne bruker må gjenspeile dette.

Vi anbefaler å benytte benytter kajaker i plast. De som velger å benytte kajaker i fibermaterialer vil kunne ha begrenset mulighet til å delta på øvelsene. Valg av hensiktsmessig utstyr er deltakerens eget ansvar.

Personlig utstyr:

- Kajak, åre, spruttrekk og vest
- Tørrdrakt (Må ikke ha, men anbefalt, minimum er våtdrakt med vindtett lag utenpå)
- Riktig og varm bekledding
- Hjelme
- Hansker/Votter
- Fottøy som fungerer på glatt svaberg
- Taeline (lang)
- En «Cowtail» i lengde ca. 70cm med 2 karabinkroker
- Førstehjelpsutstyr
- Enkelt reparasjonssett
- Varm drikke og mat
- Ekstra klær
- Fjellduk eller lignende til å holde varmen i lunsjen

Aktivitet C - Lørdag / Brottkurs nivå 2 metodelære

Tid 1000 - 1700

Påmelding: <https://www.vaattkort.no/Event/10957>

Du settes på venteliste dersom pågangen blir større enn antall tilgjengelige plasser.

Pris pr deltaker: kr 1200,-

Maksimalt antall deltakere: 12

Kontaktperson: Ole Magnus Svanevik / e-post: olesvane@online.no / Mobil: 91 86 42 39

NB! For generelle vilkår og sikkerhet som gjelder for alle deltakere på festivalens padleaktiviteter se side 7.

Om kurset

På dette kurset får du prøve deg på padling under utfordrende forhold i sjøen nær holmer og skjær ved Nevlunghavn. Nivå 2 er tilpasset for de som har vært i bølger og brott tidligere og ønsker å lære mer.

Spesielt om denne aktiviteten

Krav til deltagere

Nedre aldersgrense: 18 år

Ferdighetsnivå: Teknikkurs.

Kurset foregår i trygge rammer, men du må være forberedt på å «tøye» grensene for din egen komfortsone. Man kan gjerne velge å stå over øvelser i kurset ved å gi beskjed til kursholder underveis. Det er påregnelig med velt og svømmetur, og at det blir kontakt med fjell og havbunn. Utstyr deltagerne bruker må gjenspeile dette. Man må være komfortabel med 3-stjernes bølger, strøm og vind, inkludert svømming i slike forhold, og det er en fordel om kajakkkrulla sitter noenlunde.

Vi anbefaler at deltakerne benytter kajaker i plast. Det blir kontakt med fjell og havbunn. De som velger å benytte kajaker i fibermaterialer vil kunne ha begrenset mulighet til å delta på enkelte av øvelsene. Valg av hensiktsmessig utstyr er deltakerens eget ansvar.

Personlig utstyr:

- Kajakk, åre, spruttrekk og vest
- Tørrdrakt
- Riktig og varm bekledning
- Hjelm
- Hansker/Votter
- Fottøy som fungerer på glatt svaberg
- Taeline (lang)
- En «Cowtail» i lengde ca. 70 cm med 2 karabinkroker
- Førstehjelpsutstyr
- Enkelt reparasjonssett
- Varm drikke og mat
- Ekstra klær
- Fjellduk eller lignende til å holde varmen i lunsjen

Aktivitet D – Lørdag / Rullekurs for nybegynnere

Tid 1000 - 1300

Påmelding: <https://www.vaattkort.no/Event/10958>

Du settes på venteliste dersom pågangen blir større enn antall tilgjengelige plasser.

Pris pr. deltaker: kr 950,-

Maksimalt antall deltakere: 4

Du settes på venteliste dersom pågangen blir større enn antall tilgjengelige plasser.

NB! For generelle vilkår og sikkerhet som gjelder for alle deltakere på festivalens padleaktiviteter se side 7.

Om kurset

Sted: Kurset arrangeres inne i Svømmehallen i Gurvika.

Dette er et oppvarmet basseng hvor temperaturen er god i vannet og lufta.

Deltakerne vil trene på de grunnleggende i stegene i gjennomføring av kajakkrolla. Faktorer som erfaring og kroppsbeherskelse, kan påvirke hvor mye deltakeren må jobbe for å mestre teknikkene.

Spesielt om denne aktiviteten

Krav til deltagere:

Ferdighetsnivå: Grunnkurs

Det å lære seg rulla kan være fysisk krevende. Deltakerne må være forberedt på å være mye i vannet i løpet av de 3 timene kurset varer. Ta med noe snacks og kaldt drikke.

Personlig utstyr

- Neopren klær, eventuelt T- Skjorte, shorts og padlesko
- Kajak, åre, spruttrekk og vest
- Kajakken må ha lårstøtter, alternativt en liten cockpit.
- Alle deltakerne må ta med åre-pose.
- Noen foretrekker å bruke, neoprenhette, svømmebriller eller maske og neseklype.

NB! Private kajaker og utstyr må være rengjorte og helt frie for sand og skitt.

Aktivitet E – Lørdag / Rullekurs for øvede

Tid 1400 - 1700

Påmelding: <https://www.vaattkort.no/Event/10959>

Du settes på venteliste dersom pågangen blir større enn antall tilgjengelige plasser.

Pris pr. deltaker: kr 950,-

Maksimalt antall deltakere: 4

Du settes på venteliste dersom pågangen blir større enn antall tilgjengelige plasser.

NB! For generelle vilkår og sikkerhet som gjelder for alle deltakere på festivalens padleaktiviteter se side 7.

Om kurset

Sted: Kurset arrangeres inne i Svømmehallen i Gurvika.

Dette er et oppvarmet basseng hvor temperaturen er god i vannet og luften.

Dette kurset passer for alle padlere som kjenner det grunnleggende stegene for kajakkkrulla og klarer å gjennomføre den, men ikke på regelmessig basis og med kontinuitet. Deltakerne vil trene på de grunnleggende i stegene i gjennomføring av kajakkkrulla. Målsetning er å forbedre teknikken, luke vekk feil og å bedre kontinuiteten.

Spesielt om denne aktiviteten

Krav til deltagere:

Ferdighetsnivå: Grunnkurs

Faktorer som erfaring og kroppsbeherskelse, kan påvirke hvor mye deltakeren må jobbe for å mestre teknikkene. Det å trene på kajakkkrulla kan være fysisk krevende. Deltakerne må være forberedt på å være mye i vannet i løpet av de 3 timene kurset varer. Ta med noe snacks og kaldt drikke.

Personlig utstyr

- Neopren klær, eventuelt T- Skjorte, shorts og padlesko
- Kajak, åre, spruttrekk og vest
- Kajakken må ha lårstøtter, alternativt en liten cockpit.
- Alle deltakerne må ta med åre-pose.
- Noen foretrekker å bruke, neoprenhette, svømmebriller eller maske og neseklype.

NB! Private kajaker og utstyr må være rengjorte og helt frie for sand og skitt.

Aktivitet F - Lørdag / Bølgekurs - Effektiv padling i bølger - metodelære

Tid 1000 - 1700

Påmelding: <https://www.vaattkort.no/Event/10960>

Du settes på venteliste dersom pågangen blir større enn antall tilgjengelige plasser.

Pris pr deltaker: kr 1200,-

Maksimalt antall deltakere: 10

NB! For generelle vilkår og sikkerhet som gjelder for alle deltakere på festivalens padleaktiviteter se side 7.

Om kurset

Padling i bølger er kanskje noe av det vakreste havkajakkporten byr på. Man går i ett med elementene på en helt spesiell måte. På dette kurset trener vi på å lese vannet for sikre best mulig forutsigbarhet. Vi trener på å padle med ulik kurs i forhold til bølger, jobber med kanting, støttetak og prøve å surfe under sikre forhold. Kursen er spesielt egnet for padlere som har lyst å padle mer i bølger, men ønsker seg mer rutine og kontroll.

Spesielt om denne aktiviteten

Krav til deltagere

Nedre aldersgrense: 18 år

Ferdighetsnivå: Teknikkkurs.

Valg av hensiktsmessig utstyr er deltakerens eget ansvar.

Personlig utstyr:

- Kajakk, åre, spruttrekk og vest
- Tørrdrakt
- Hjelme
- Hette, vanter / hansker i neopren
- Fottøy som fungerer på glatt svaberg
- Taueline til bruk i kajakk
- Noe varmt å drikke og mat
- Fjellduk eller lignende til å holde varmen i under lunsjen.

Aktivitet **G** - Lørdag / Langtur i eksponert farvann

Tid 1000 - 1700

Pris: Ingen deltakeravgift

Påmelding: <https://www.vaatkort.no/Event/10961>

Du settes på venteliste dersom pågangen blir større enn antall tilgjengelige plasser.

Maksimalt antall deltakere: 20

Distanse: ca. 12 kilometer

NB! For generelle vilkår og sikkerhet som gjelder for alle deltakere på festivalens padleaktiviteter se side 7.

Om turen

Turen går fra Gurvika og målsetningen er å padle yttersiden av holmer og skjær ut til Tvistein fyr dersom forholdene tillater det. Lunsj på Tvistein Fyr. Det kan bli aktuelt å dele gruppa underveis dersom forholdene tilsier at det er hensiktsmessig, og at en del av gruppa finner roligere farvann og tar lunch der i stedet for på Tvistein. Ved evt deling, vil det bli i følge med en turleder. Det vil kunne bli mulighet for litt lek underveis dersom noen ønsker det og forholdene tillater.

Spesielt om denne aktiviteten

Krav til deltagere:

Ferdighetsnivå: Teknikkurs

Nedre aldersgrense 18 år

Farvannet er 5* farvann. Turen går som planlagt opptil 10 m/s vind, over dette vil turlederne vurdere alternativ rute. Det er påregnelig å utfordre komfortsonen sin noe underveis og bli fysisk sliten. Deltagerne må gi beskjed i god tid underveis dersom man heller ønske å padle i roligere forhold slik at turleder kan organisere dette med en alternativ plass for lunsj. Valg av hensiktsmessig utstyr er deltagerens eget ansvar.

Personlig utstyr:

- Kajak, åre, spruttrekk og vest
- Tørrdrakt evt. våtdrakt med vindtett lag utenpå
- Hjel
- Hette, vanter / hansker i neopren
- Fottøy som fungerer på glatt svaberg
- Taueline til bruk i kajak
- Noe varmt å drikke og mat
- Varmt skift
- Fjellduk eller lignende til å holde varmen i under lunsjen.

Aktivitet **H** – Lørdag Kortreist tur

Tid 1000 - 1500

Påmelding: <https://www.vaattkort.no/Event/10962>

Du settes på venteliste dersom pågangen blir større enn antall tilgjengelige plasser.

Maksimalt antall deltakere: 20

Pris: Ingen deltakeravgift

Distanse: ca. 8 kilometer

NB! For generelle vilkår og sikkerhet som gjelder for alle deltakere på festivalens padleaktiviteter se side 7.

Om turen

Den går fra Gurvika tur/retur Bramskjæra med lunsjpause underveis.

Spesielt om denne aktiviteten

Krav til deltakere:

Ferdighetsnivå: Grunnkurs

Personlig utstyr:

- Kajak, åre, spruttrekk og vest
- Tørrdrakt evt. vådrakt med vindtett lag utenpå
- Hjelme
- Hette, vanter / hansker i neopren
- Taueline til bruk i kajak
- Noe varmt å drikke og mat
- Varmt skift
- Fjellduk eller lignende til å holde varmen i under lunsjen.

Søndag 16. oktober

Aktivitet J - Søndag / Surfekurs

Tid 1000 - 1700

Sted: Noen minutters transport av kajaker med bil må påregnes.

Påmelding: <https://www.vaattkort.no/Event/10963>

Du settes på venteliste dersom pågangen blir større enn antall tilgjengelige plasser.

Pris pr deltaker: kr 1200,-

Maksimalt antall deltakere: 10

NB! For generelle vilkår og sikkerhet som gjelder for alle deltakere på festivalens padleaktiviteter se side 7.

Om kurset

Vil du lære å håndtere havkajakken i en surfesone?

Steder med surf (brytende bølger) er et miljø som krever organisering og riktig teknikk for at sikkerheten skal ivaretas. Kurset omhandler surfing og redninger i surf, samt organisering i surfsonen.

- Surfing
- Redninger av person i surf
- Redning av kajak i surf
- Sidesurf
- Hvordan komme ut av side surf
- Landing i dumpende surf
- Rulling i surf (forutsetter at du kan rulle i roligere forhold)
- Teori om bølger og rip currents
- Organisering av sikker lek i surf

Spesielt om denne aktiviteten

Krav til deltagere:

Ferdighetsnivå: Grunnkurs (Kurset krever ingen tidligere erfaring med surf og er et introduksjonskurs.)

Kurset foregår i trygge rammer, men du må være forberedt på å «tøye» grensene for din egen komfortsone. Man kan gjerne velge å stå over øvelser i kurset ved å gi beskjed til kursholder underveis.

Det er påregnelig med velt og svømmetur, og at det kan bli kontakt mellom kajak og havbunn. Utstyr deltagerne bruker må gjenspeile dette.

Vi anbefaler å benytte benytter kajaker i plast. Valg av hensiktsmessig utstyr er deltakerens eget ansvar..

Nødvendig utstyr

- Kajak, åre, spruttrekk og vest
- Tørrdrakt (Må ikke ha, men anbefalt, minimum er våtdrakt med vindtett lag utenpå)
- Riktig og varm bekledding
- Hjelme
- Hansker/Votter
- Fottøy som fungerer på glatt svaberg
- Taeline (lang)
- En «Cowtail» i lengde ca. 70cm med 2 karabinkroker
- Førstehjelpsutstyr
- Enkelt reparasjonssett
- Varm drikke og mat
- Ekstra klær
- Fjellduk eller lignende til å holde varmen i lunsjen

Aktivitet **K** - Søndag / Brottkurs Nivå 1

Tid 1000 - 1700

Påmelding: <https://www.vaattkort.no/Event/10964>

Du settes på venteliste dersom pågangen blir større enn antall tilgjengelige plasser.

Pris pr deltaker: kr 1200,-

Maksimalt antall deltakere: 10

NB! For generelle vilkår og sikkerhet som gjelder for alle deltakere på festivalens padleaktiviteter se side 7.

Om kurset

På dette kurset får du prøve deg på padling under utfordrende forhold i sjøen nær holmer og skjær ved Nevlunghavn. Nivå 1 er tilpasset for de som ikke har noe eller svært lite erfaring i bølger og brott tidligere og som ønsker å lære mer.

Spesielt om denne aktiviteten

Krav til deltagere:

Ferdighetsnivå: Grunnkurs

Nedre aldersgrense: 18 år.

Kurset foregår i trygge rammer, men du må være forberedt på å «tøye» grensene for din egen komfortsone. Man kan gjerne velge å stå over øvelser i kurset ved å gi beskjed til kursholder underveis. Det er påregnelig med velt og svømmetur, og at det blir noe kontakt med fjell og havbunn. Utstyr deltagerne bruker må gjenspeile dette.

Vi anbefaler å benytte benytter kajaker i plast. De som velger å benytte kajaker i fibermaterialer vil kunne ha begrenset mulighet til å delta på øvelsene. Valg av hensiktsmessig utstyr er deltakerens eget ansvar..

Personlig utstyr:

- Kajak, åre, spruttrekk og vest
- Tørrdrakt (Må ikke ha, men anbefalt, minimum er våtdrakt med vindtett lag utenpå)
- Riktig og varm bekledding
- Hjelme
- Hansker/Votter
- Fottøy som fungerer på glatt svaberg
- Taueline (lang)
- En «Cowtail» i lengde ca. 70cm med 2 karabinkroker
- Førstehjelpsutstyr
- Enkelt reparasjonssett
- Varm drikke og mat
- Ekstra klær
- Fjellduk eller lignende til å holde varmen i lunsjen

Aktivitet L - Søndag / Brottkurs nivå 2

Tid 1000 - 1700

Påmelding: <https://www.vaattkort.no/Event/10965>

Du settes på venteliste dersom pågangen blir større enn antall tilgjengelige plasser.

Pris pr deltaker: kr 1200,-

Maksimalt antall deltakere: 10

NB! For generelle vilkår og sikkerhet som gjelder for alle deltakere på festivalens padleaktiviteter se side 7.

Om kurset

Nivå 2 er tilpasset for de som har vært i bølger og brott tidligere og ønsker å lære mer.

På dette kurset får du prøve deg på padling under utfordrende forhold i sjøen nær holmer og skjær ved

Spesielt om denne aktiviteten

Krav til deltagere

Nedre aldersgrense: 18 år

Ferdighetsnivå: Teknikkurs.

Kurset foregår i trygge rammer, men du må være forberedt på å «tøye» grensene for din egen komfortsone. Man kan gjerne velge å stå over øvelser i kurset ved å gi beskjed til kursholder underveis. Det er påregnelig med velt og svømmetur, og at det blir kontakt med fjell og havbunn. Utstyr deltagerne bruker må gjenspeile dette. Man må være komfortabel med 3-stjernes bølger, strøm og vind, inkludert svømming i slike forhold, og det er en fordel om rulla sitter noenlunde.

Vi anbefaler at deltakerne benytter kajaker i plast. Det blir kontakt med fjell og havbunn. De som velger å benytte kajaker i fibermaterialer vil kunne ha begrenset mulighet til å delta på enkelte av øvelsene. Valg av hensiktsmessig utstyr er deltakerens eget ansvar.

Personlig utstyr:

- Kajakk, åre, spruttrekk og vest
- Tørrdrakt
- Riktig og varm bekledding
- Hjelme
- Hansker/Votter
- Fottøy som fungerer på glatt svaberg
- Taeline (lang)
- En «Cowtail» i lengde ca. 70 cm med 2 karabinkroker
- Førstehjelpsutstyr
- Enkelt reparasjonssett
- Varm drikke og mat
- Ekstra klær
- Fjellduk eller lignende til å holde varmen i lunsjen

Aktivitet M – Søndag / Rullekurs for nybegynnere

Tid 1000 - 1300

Påmelding: <https://www.vaattkort.no/Event/10966>

Du settes på venteliste dersom pågangen blir større enn antall tilgjengelige plasser.

Pris pr. deltaker: kr 950,-

Maksimalt antall deltakere: 4

Du settes på venteliste dersom pågangen blir større enn antall tilgjengelige plasser.

NB! For generelle vilkår og sikkerhet som gjelder for alle deltakere på festivalens padleaktiviteter se side 7

Om kurset

Sted: Kurset arrangeres inne i Svømmehallen i Gurvika.

Dette er et oppvarmet basseng hvor temperaturen er god i vannet og lufta.

Deltakerne vil trene på de grunnleggende i stegene i gjennomføring av kajakkrolla. Faktorer som erfaring og kroppsbeherskelse, kan påvirke hvor mye deltakeren må jobbe for å mestre teknikkene.

Spesielt om denne aktiviteten

Krav til deltagere:

Ferdighetsnivå: Grunnkurs

Det å lære seg rulla kan være fysisk krevende. Deltakerne må være forberedt på å være mye i vannet i løpet av de 3 timene kurset varer. Ta med noe snacks og kaldt drikke.

Personlig utstyr

- Neopren klær, eventuelt T- Skjorte, shorts og padlesko
- Kajak, åre, spruttrekk og vest
- Kajakken må ha lårstøtter, alternativt en liten cockpit.
- Alle deltakerne må ta med åre-pose.
- Noen foretrekker å bruke, neoprenhette, svømmebriller eller maske og neseklype.

NB! Private kajaker og utstyr må være rengjorte og helt frie for sand og skitt.

Aktivitet N – Lørdag / Rullekurs for øvede

Tid 1400 - 1700

Påmelding: <https://www.vaattkort.no/Event/10967>

Du settes på venteliste dersom pågangen blir større enn antall tilgjengelige plasser.

Pris pr. deltaker: kr 950,-

Maksimalt antall deltakere: 4

Du settes på venteliste dersom pågangen blir større enn antall tilgjengelige plasser.

NB! For generelle vilkår og sikkerhet som gjelder for alle deltakere på festivalens padleaktiviteter se side 7.

Om kurset

Sted: Kurset arrangeres inne i Svømmehallen i Gurvika.

Dette er et oppvarmet basseng hvor temperaturen er god i vannet og lufta.

Dette kurset passer for alle padlere som kjenner det grunnleggende stegene for kajakkkrulla og klarer å gjennomføre den, men ikke på regelmessig basis og med kontinuitet. Deltakerne vil trene på de grunnleggende i stegene i gjennomføring av kajakkkrulla. Målsetning er å forbedre teknikken, luke vekk feil og å bedre kontinuiteten.

Spesielt om denne aktiviteten

Krav til deltagere:

Ferdighetsnivå: Grunnkurs

Faktorer som erfaring og kroppsbeherskelse, kan påvirke hvor mye deltakeren må jobbe for å mestre teknikkene. Det å trene på kajakkkrulla kan være fysisk krevende. Deltakerne må være forberedt på å være mye i vannet i løpet av de 3 timene kurset varer. Ta med noe snacks og kaldt drikke.

Personlig utstyr

- Neopren klær, eventuelt T- Skjorte, shorts og padlesko
- Kajak, åre, spruttrekk og vest
- Kajakken må ha lårstøtter, alternativt en liten cockpit.
- Alle deltakerne må ta med åre-pose.
- Noen foretrekker å bruke, neoprenhette, svømmebriller eller maske og neseklype.

NB! Private kajaker og utstyr må være rengjorte og helt frie for sand og skitt.

Aktivitet O - Søndag / Bølgekurs - Effektiv padling i bølger - metodelære

Tid 1000 - 1700

Påmelding: <https://www.vaattkort.no/Event/10968>

Du settes på venteliste dersom pågangen blir større enn antall tilgjengelige plasser.

Pris pr deltaker: kr 1200,-

Maksimalt antall deltakere: 10

NB! For generelle vilkår og sikkerhet som gjelder for alle deltakere på festivalens padleaktiviteter se side 7.

Om kurset

Padling i bølger er kanskje noe av det vakreste havkajakkporten byr på. Man går i ett med elementene på en helt spesiell måte. På dette kurset trener vi på å lese vannet for sikre best mulig forutsigbarhet. Vi trener på å padle med ulik kurs i forhold til bølger, jobber med kanting, støttetak og prøve å surfe under sikre forhold. Kursen er spesielt egnet for padlere som har lyst å padle mer i bølger, men ønsker seg mer rutine og kontroll.

Spesielt om denne aktiviteten

Krav til deltagere

Nedre aldersgrense: 18 år

Ferdighetsnivå: Teknikkurs.

Valg av hensiktsmessig utstyr er deltakerens eget ansvar.

Personlig utstyr:

- Kajakk, åre, spruttrekk og vest
- Tørrdrakt
- Hjel
- Hette, vanter / hansker i neopren
- Fottøy som fungerer på glatt svaberg
- Taeline til bruk i kajakk
- Noe varmt å drikke og mat
- Fjellduk eller lignende til å holde varmen i under lunsjen.

Aktivitet P - Søndag /Gøy På Vannet

Deltakerstyrt erfaringsutveksling og trening

Tid 1000 – 1500 (inkludert 1 times lunsj fra 1200 - 1300)

Påmelding: <https://www.vaattkort.no/Event/10969>

Du settes på venteliste dersom pågangen blir større enn antall tilgjengelige plasser.

Maksimalt antall deltakere: 25

Pris pr deltaker: Ingen deltakeravgift

NB! For generelle vilkår og sikkerhet som gjelder for alle deltakere på festivalens padleaktiviteter se side 7.

Om aktiviteten

Deltakerstyrt workshop med erfaringsutveksling og praktisk øvelser med oppfriskning av kunnskaper fra NPF grunnkurs og teknikk-kurs.

- Redningsteknikker
- Kameratredning
- Cowboyredning
- Åreposeredning
- Effektiv fremoverpadling
- Bakoverpadling og stopp.
- Sideveis forflytning av kajakken.
- Lavt støttetak
- Høyt støttetak
- Styretak (bak)
- Baugtak
- Sving (sveipetak og styretak).
- Ilandstigning.
- 8-tallspadling fremover og bakover med kanting av kajakk.
- Med flere.....

[Lenke Teknikkurs Norges Padleforbund](#)

[Lenke Grunnkurs Norges Padleforbund](#)

Spesielt om denne aktiviteten

Krav til deltagere

Ferdighetsnivå: Grunnkurs (og teknikkurs)

Valg av hensiktsmessig utstyr er deltakerens eget ansvar.

Personlig utstyr:

- Kajakk, åre, spruttrekk og vest
- Tørrdrakt eller våtdrakt med vindtett lag utenpå.
- Hjelm
- Hette, vanter / hansker i neopren
- Fottøy som fungerer på glatt svaberg
- Taeline til bruk i kajakk
- Noe varmt å drikke og mat
- Fjellduk eller lignende til å holde varmen i under lunsjen.

Aktivitet R - British Canoeing Coastal Sea Kayak Award (4 stjerner)

Helgekurs lørdag og søndag

Tid: 0900 – 1700 (Begge dager) / Totalt: 16 timer fordelt over 2 dager

Påmelding: <https://www.vaattkort.no/Event/11015>

Du settes på venteliste dersom pågangen blir større enn antall tilgjengelige plasser.

Pris pr deltaker: kr 3000,-

Maksimalt antall deltakere på dette 2 dagers kurset: 6

Kursholder: Ronny Riise / e-post: ronny@god-tur.no / Mobil 91 68 71 69

Ferdighetsnivå deltakere: Anbefalt aktivitetsleder eller over, men åpent for alle.

NB! For generelle vilkår og sikkerhet som gjelder for alle deltakere på festivalens padleaktiviteter se side 7.

Om denne aktiviteten

Dette er et ideelt kurs for deg som ønsker å utvikle ferdigheter i vurdering, beslutningstaking og padling i opp mot moderate forhold (4*) i kystnære farvann. Kurset inkluderer trening og mulighet for sertifisering av Coastal Sea Kayak Award, og er en god trening mot Sea Kayak Leader Award.

[Coastal Sea Kayak Award - Develop your Sea Kayaking. \(paddlesuptraining.com\)](http://paddlesuptraining.com)

British Canoeing Coastal Sea Kayak Award (4*) er en internasjonal sertifisering for padling i moderate forhold (4*). Det legges vekt på den enkeltes ønsker og behov for å utvikle selvstendige vurderinger og beslutninger, samt ferdigheter til å padle i moderate forhold. Coastal Sea Kayak Award passer for deg som allerede har en del erfaring som havpadler, og vil få anerkjennelse for din kompetanse, men som ikke nødvendigvis ønsker å bli instruktør eller leder.

Hva inneholder kurset? - Vi fokuserer på utvikling av ferdigheter som:

- Håndtering av kajakk – forover padling i med-, side-, og motvind- svingteknikk i vind, bølger og trange områder – balanse – støttetak med mer.
- Taktiske og tekniske ferdigheter på åpen sjø, trange områder og i brytende bølger.
- Vurdering og beslutningstaking – gruppeferdigheter - oppmerksomhet på miljøet, de andre og deg selv.
- Inkludert kommunikasjon, rutevalg, plassering, og hvordan å forebygge uønskede hendelser.
- Sikkerhet og redninger – kontakt med redningstjenester – VHF – meld fra hvor du drar - hvordan håndtere og løse vanlige hendelser, problemer og situasjoner i moderate forhold.
- Navigasjonsferdigheter – værmeldinger og tegn, vind, tidevann, informasjon om surf, turplanlegging, kart og sjøkart, kompass, padlehastighet og kilder til informasjon.

Spørsmål: Kan jeg få sertifikatet for Coastal Sea Kayak Award?

Hvis du har tilstrekkelig erfaring fra før og viser de nødvendige ferdighetene underveis, vil vi inkludere sertifisering i løpet av dette 2-dagers kurset. Det er ingen formell eksamen, og fokus på individuell utvikling i et trygt læringsmiljø. Det er et gebyr på ca. 150,- for de som ønsker sertifikatet. Vi vil uansett tilrettelegge for en individualisert undervisning i alle elementer av Coastal Sea Kayak Award, tilby konkrete tilbakemeldinger og en tydelig plan mot en framtidig sertifisering.

Personlig utstyr:

- Kajakk, åre, spruttrekk og vest
- Tørrdrakt
- Hjelm
- Hette, vanter / hansker i neopren
- Taeline til bruk i kajakk
- Noe varmt å drikke og mat
- Fjellduk eller lignende til å holde varmen i lunsjen

Aktivitet **S** - Søndag Coasteering (kystvandring)

Tid 1000 – 1500

Påmelding: <https://www.vaattkort.no/Event/10994>

Du settes på venteliste dersom pågangen blir større enn antall tilgjengelige plasser.

Maksimalt antall deltakere: 10

Pris pr deltaker: 700

NB! For generelle vilkår og sikkerhet som gjelder for alle deltakere på festivalens padleaktiviteter se side 7.

Om aktiviteten

Bli med på kystvandring på Bramskjæra. Vi padler ut og utforsker kysten til fots med tørrdrakt, vest og hjelm. Området har mange høyder vi kan hoppe fra og smale passasjer vi kan skli gjennom. Vi klyver på berget og svømmer langs land. Vi veksler mellom forskjellige måter å forsere kystlandskapet.

På denne turen vil du først og fremst ha det veldig gøy. Du vil også lære grunnleggende sikkerhet i forbindelse med kystvandring/coasteering. Det er valgfritt å hoppe fra klippene.

Vi spiser lunsj på Bramskjæra

Spesielt om denne aktiviteten

Krav til deltagere

Ferdighetsnivå: Grunnkurs hav

Valg av hensiktsmessig utstyr er deltakerens eget ansvar.

Personlig utstyr:

- Tørrdrakt
- Hjelm
- Vest
- Helst padlesko med solid såle. Neoprensko går også men disse kan oppleves som mindre egnet til å klyve og gå med.
- Noe varmt å drikke og mat
- Fjellduk eller lignende til å holde varmen i under lunsjen.