Stand-Up-Paddling XIV

Du möchtest Stand Up Paddling (SUP) kennenlernen?

Es gibt kaum eine andere Sportart, die für Anfänger leichter und schneller erlernbar ist als Stand Up Paddling.

In unserem 90-minütigen Kurs erlernst du die Grundlagen des Stehpaddelns.

Das bekommst du:

- Betreuunng von erfahrenen SUP-Teamern

- Übungen zum Aufsteigen auf das Board vom Strand und aus dem Wasser

- Erlernen der richtigen Körperhaltung (Standposition und Armstellung)

- Board, Paddel und Neoprenanzüge werden zur Verfügung gestellt.

Nur für Schwimmer!

Bitte bei Buchung angeben / beachten: FSSUP14 Kinder

- **Mittwoch,** 19.08.2026, 15:00 - 16:30 Uhr
- **Treffpunkt:** Mastholter See, Seeweg 1, Mastholte
- 10 Plätze möglich
- ab 10 Jahre
- **Preis:** 20,00 EUR
- **Bitte mitbringen:** Badekleidung, Sonnenschutz und Bade- / alte Turn- oder Neoprenschuhe

Bitte direkt beim Veranstalter buchen:
Surf- und Segelclub Mastholte
www.ssc-mastholte.de