

PADDELBLADET

KANOTSLALOM & STÖRTLOPP

Nya föreningar!

Emådalens Forspaddlare är en nystartad förening med kanotslalom som huvudverksamhet. Med hjälp av omkringliggande kanotklubbar arrangerade entusiastiska medlemmar en första slalomtävling i Busseström (bilden). Mycket återstår att ordna i den nya föreningen, men idéer och energi finns.

Runt om i Sverige finns lämpliga forsar i klass I-III nära samhällen, som kan utvecklas till en idrottsanläggning för barn, ungdomar och vuxna. På kanotslalom.se finns



massor av kunskap och erfarenhet till hjälp för den som vill starta en förening. Filmer, bilder och dokument, samlade från de senaste 15 åren ger idéer. Idrottslyftet lokalt och nationellt ger möjlighet att få bidrag till

projekt, där barn och ungdomar står i centrum.

Väl fungerande regioner, med lokala ungdomscuper är en del att kanotslalomkommitténs strategi för att sporten växer. Förhoppningsvis inspirerar

Emådalens Forspaddlare fler att ta steget och starta ny verksamhet. Ideellt och arvoderat/avlönat arbete kan gå hand i hand för att utveckla föreningar och distrikt. Endast din fantasi sätter gränserna!



Lokala ungdomscuper lockar fler

Sörmlands Cup är inne på sin fjärde deltävling och totalt har 24 aktiva deltagit. Nyköpings Forspaddlare tycker det varit kul att arrangera, då cupen lockat många medlemmar att tävla, från åtta år till vuxna. Cupen består av tävlingar på slätvatten och i lätt fors. Störtlopp, slalom och kajakcross inkluderas. Det som fått cupen att växa är att tävlingarna varit enkelt arrangerade och med fri träning. Fler har vågat delta och blivit taggade att fortsätta paddla. Den lokala ungdomscupen har lyft paddelupplevelsen och ökar värdet av medlemskap.



35 fick mer kunskap om kanotslalomträning

Våren 2015 samlades totalt 35 ledare från sex föreningar och utbytte kunskap om kanotslalomträning. Ökad kompetens hos slalomtränare är en framgångsfaktor för att få fler att träna bättre, roligare och mer. På så sätt kan fler rekryteras och behållas och utvecklas. Tränare som kan mer tycker också själva att det blir roligare att engagera sig, när de får se positiva effekter av deras coachning. Några klubbar ger arvode till utbildade tränare. Det ökar engagemanget ytterligare.

Utbildningskalender 2016 kommer snart!



En komplett paddlare är multikompetent

Alltför tidig specialisering är en nackdel om man vill nå en riktigt hög nivå i en idrott. Det gäller kanotslalom och störtlopp, men även för att kunna paddla utför med precision i fors klass V. Den norska äventyrspaddlaren Mariann Saether skriver på sin blogg att hon önskat hon hade tränat mer kanotslalom. Variera träningen med slalom i K1, C1, C2, med störtlopp, freestyle och sprint. Det är bra komplement och varje teknik utvecklar olika kvaliteter. Den kompletta paddlaren behärskar flera grenar, för att bli bättre och för att det är roligt!

Kalender 2015

TÄVLINGAR

Kanotslalom

8 augusti Åmsele
23 augusti Dala-Floda
13 september Nyköping
SM 26-27 september Dala-Floda
17 oktober Falun

Störtlopp

12 september Nås
30 september Nyköping
SM 10 oktober Sundborn

KONFERENS

SKF Framtidsforum
7-8 november i Uppsala

Kanotslalomkonferens
14-15 november i Falun

Läs mer på

Facebook
facebook.com/kanotslalomkommitten

Kanot.com
kanot.com/Grenar/Kanotslalom/

PADDELBLADET

KANOTSLALOM & STÖRTLOPP



Ungdomsläger

Kanotslalom & Störtlopp

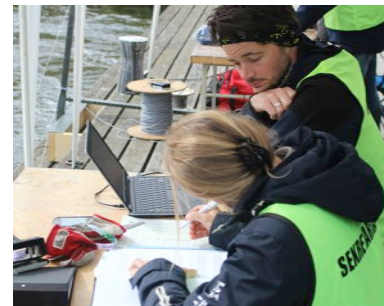
26-30 oktober Falun

20-22 november Nyköping

Två träningscentra erbjuder kvalitativ slalomträning året runt i port i fors: Nyköpings Forspaddlare och Falu kanotklubb. I dessa centra finns bra träningsvillkor även vintertid; med strålkastare i slalombanan, gym, torkrum, funktionella klubbhus samt coachning.

Internationell domare i Kanotslalom

Kanotslalomkommittén har som mål att under 2016 ordna utbildningar för portdomare i samarbete med föreningar. Genom att fler kan döma, kan föreningar öka kvaliteten på slalomtävlingar och fair play. När domarna har skaffat sig erfarenhet lokalt och nationellt, blir nästa steg att kunna döma på internationella evenemang som världscuper och mästerskap.



Maila ditt intresse att bli internationell domare. Vi guidar dig, erbjuder ekonomiskt stöd och informera om ansökan till Internationella Kanotförbundet (se email nedan).



Nya internationella regler för slalomtävlingar

1 januari 2015 ändrade ICF internationella tävlingsregler för kanotslalom, med bl.a. ändringar kring kvalet. På canoeicf.com finns de nya reglerna. Bild: Planet Canoe

Andrea Friberg

Andrea Friberg är 19 år och tävlar för Stockholm (KKSS). Hon går sista året på gymnasiet i Nyköping. I en intervju berättar hon om sin erfarenhet som slalomaktiv, om internationella slalomtävlingar utomlands, om landslagsuttagningar som senior, om tävlingsmomentet och om slalomträning. Läs hela intervjun från den 19:e april 2015 på kkss.se.



Två tävlingar för alla oavsett nivå och ambition. 26-27 september i Dala-Floda. Välkommen! Inbjudan finns på falukanotklubb.se.

Kanotslalomlandslaget 2015

Senior

Erik Holmer
Isak Öhrström
Fredrik Wahlén

U23 och Junior A

Erik Holmer
Johan Strandberg
Amanda Fagerlund U23+JA

Junior B

Dominika Debowska
Lovisa Arvidsson
Moa Göransson
Vidar Bratt
William Wallin
Vidar Lindberg
Ludwig Palmerantz
Mattias Nilsson
Yann Lidström

Kalender

Senior - U23 - Junior A

Världscup 7-9 augusti Seu
Världscup 14-16 augusti Pau
J-U23 EM 26-30 augusti Krakow
VM 16-20 september London

PADDELBLADET

är framtaget av
kanotslalomkommittén i syfte
att sprida information om
kanotslalom och störtlopp

Något att berätta? Maila
slalombredd@kanot.com