

Få inspirasjon og nye krefter i Helgelands skjærgård

## Grunnkurs i havpadling (16 t.)

på Nord-Herøy:

25.- 26. juni 2022



### Ut i Øyan- weekendopplevelse

Vi inviterer til lærerike og morsomme padledager i fellesferien i juni, da vi tradisjonen tro arrangerer grunnkurs i havpadling (16 t.) på Nord-Herøy.

Overnatting kan avtales med oss, eller direkte med Elfis sjøstuer, tlf. 454 47 295

Pris grunnkurs i havpadling kr. 3500 pr. person.

Alle våre kurs er inkl. full utstyrspakke med tørrdrakt. Fokus på padle- og redningsteknikker, samt det å utvikle trygghet i vannet gjennom naturlig lek og masse moro. Sikkerhetsopplæring, turplanlegging og gjennomføring av padletur, samt at du får ett våttkort (sertifikat) fra Norges Padleforbund (NPF) etter fullført kurs i havpadling.



#### Kurse im Kajakpaddeln

inkl. Ausrüstung, Sicherheitstraining,  
Zertifikat des norwegischen Paddelverbandes

Mitternachtspaddeln und Tourpaddeln mit Guide



#### Courses in kayakpaddling

incl. equipment, rescue-training, Seakayak-  
certificate from Norwegian Paddle Association.

Midnightspaddling and tourpaddling with guide

Kurs i havpadling - kystkulturreiser - reiselivspakker bedrifter og private - fotballgolf - forhandler/butikk - utleie



Ove E. Tømmervik  
Tømmervikveien 32,  
8860 Tjøtta  
Tlf.: +47 951 31 445  
post@helgelandguide.no