



**Donnerstag / Thursday**

<b>10:00</b>	Begrüßung und Organisatorisches und Demos	
<b>11:00 – 11:45</b>	On land: Connectivity 1 - holding the cue and wearing the canoe	<i>Greg Spencer</i>
<b>13:30 – 15:15</b>	1. Solo Freestyle (Q1: onside vorwärts) 2. für Einsteiger und Fortgeschrittene: Heel & Kneel - Aufrichtung & Stabilität 3. Tandem Freestyle 4. FreeStyle für Grauhaarige 5. Connectivity 2 - Working from the hips...	<i>Jörg Wagner</i> <i>Franziska Pokorny</i> <i>Silke + Andreas Reitner</i> <i>Gerhard Trunk</i> <i>Greg Spencer</i>
<b>15:30 – 17:15</b>	1. Solo Freestyle (Q2: offside vorwärts) 2. für Einsteiger: Schritt für Schritt zum ersten Freestyle-Manöver 3. Introduction to Slalom: maintaining momentum with the post and cross post... carving and spinning with power and precision! 4. Solo Freestyle (Q2: offside vorwärts)	<i>Jörg Wagner</i> <i>Franziska Pokorny</i> <i>Greg Spencer</i>  <i>Mark Maier</i>
<b>17:30 – 18:15</b>	Talk: Paddel Lern- und Übungsstrategien – nicht nur für Autodidakten	<i>Sebastian Stetter</i>
<b>19:30 – open End</b>	Konzert mit Lakeside Rendezvous	

**Freitag / Friday**

<b>11:00 – 11:45</b>	Making Huaraches - minimalistische Barfußschuhe basteln	<i>Tanja Stetter</i>
<b>13:30 – 15:15</b>	1. Canadian Style (Anfänger / beginners) 2. für Einsteiger: "Von 0 auf 100" oder die Beschleunigung als Grundvoraussetzung für Vorwärts- und Rückwärtsmanöver 3. Tandem Freestyle (Q2: offside forward) 4. FreeStyle für Grauhaarige 5. "It's all in the timing": carving into the spin-out... 6. Tandem: -Cleaning up the basics (preparing for Freestyle),	<i>Jörg Wagner</i> <i>Franziska Pokorny</i> <i>Silke + Andreas Reitner</i> <i>Gerhard Trunk</i> <i>Greg Spencer</i> <i>Annemieke +</i>

<b>Freitag / Friday</b> <b>15:30 – 17:15</b>	1. Canadian Style (Anfänger / beginners)	<i>Jörg Wagner</i>
	2. für Fortgeschrittene: Freestyle fließend - das Zusammensetzen von einzelnen Manövern	<i>Franziska Pokorny</i>
	3. Tandem FreeStyle (Q3: onside rückwärts)	<i>Silke + Andreas Reitner</i>
	4. Solo FreeStyle (Q1: onside vorwärts)	<i>Gerhard Trunk</i>
	5. Slalom Clinic - making marginal improvements...	<i>Greg Spencer</i>
	6. FreeStyle Tricks und Kniffe – FreeStyle Prinzipien in der Anwendung	<i>Sebastian Stetter</i>
	7. Solo FreeStyle (Q3: onside rückwärts)	<i>Mark Maier</i>
	8. Solo: staying upright part 1: from weight shift to J-lean and vice versa part 2: Low Brace and High Brace,	<i>Annemieke + Wouter Kieboom</i>

**17:30 – 19:00** Riesenslalom / Giant Slalom race

**19:30 – open End** Lagerfeuer – campfire

## Samstag / Saturday

<b>10:00 – 11:45</b>	Kinderkurs	<i>Jörg Wagner</i>
<b>13:30 – 15:15</b>	1. für Einsteiger und Fortgeschrittene: Heel & Kneel - Aufrichtung & Stabilität	<i>Franziska Pokorny</i>
	2. Tandem FreeStyle (Q4: offside rückwärts)	<i>Silke + Andreas Reitner</i>
	3. FreeStyle für Grauhaarige	<i>Gerhard Trunk</i>
	4. Functional FreeStyle: advanced techniques for creeking and for canoing in the elements...	<i>Greg Spencer</i>
	5. Solo: the 2 C's: conclusion, connection (prerequisite L4 freestyle)	<i>Wouter Kieboom</i>
	6. Solo: the 4 Axles,	<i>Annemieke Kieboom</i>
<b>15:30 – 17:15</b>	1. Variationen des J-Schlages	<i>Jörg Wagner</i>
	2. für Einsteiger: "Von 0 auf 100" oder die Beschleunigung als Grundvoraussetzung für Vorwärts- und Rückwärtsmanöver	<i>Franziska Pokorny</i>
	3. Functional Freestyle:	<i>Greg Spencer</i>
	4. Das nasse Ende des Paddels	<i>Mark Maier</i>
	5. Tandem – A selection of freestyle maneuvers	<i>Annemieke + Wouter Kieboom</i>
<b>18:30</b>	Finale mit FreeStyle und Canadian Style Shows, Anschließend gemeinsamer Kringelfieberkringel	