



# Checkliste

## Winterpaddeln

- Trockenanzug o. Neoprenkleidung
- Neoprenschuhe u. Paddelpfödchen
- Mütze bzw. Ohrenschutz
- Schwimmweste
- Wasserdichte Smartphone-Hülle
- Beleuchtung bei Dämmerung
- Pegel prüfen (Verbot bei Hochwasser!)
- Wetter checken
- Kentertraining wahrnehmen
- Nicht allein paddeln, Info an Dritte
- Rücksicht auf Natur und Tiere