

WILDWASSER KAJAK



DIETSCHE

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	7
1 Boote und Ausrüstung	8
2 Verständnis für das Wildwasser	28
3 Beherrschung der Grundmanöver	44
4 Beherrschung des Wildwassers	56
5 Wild wasserpaddeln für Fortgeschrittene	70
6 Wildwassertraining	84
7 Hilfeleistung	95
8 Wettkampf	112
Internationale Kanuvereinigungen	120
Lexikon	122
Index	125

