

WSC Heidelberg

November 2010 | Wassersportclub 1931 Heidelberg Neuenheim e.V.



Rundschreiben

Wassersportclub HEIDELBERG 1931 e.V.

Liebe Paddlerinnen und Paddler,

unglaublich aber wahr! Das zweite Rundschreiben, in diesem sich dem Ende neigendem Jahr, liegt Druckfrisch vor euch. Etwas dünner als die letzte Ausgabe aber nicht weniger informativ. Der Sommer wurde ganz klar vom 5. Heidelberger Drachenbootcup bestimmt. Aber auch die Jugend hat viel unternommen wie Ihr den folgenden Seiten entnehmen könnt.

Die Einladung zur Winterfeier ist wie üblich aus ökonomischen Gründen hier abgedruckt und wird nicht extra verschickt.

Ich wünsche nun viel Spaß beim lesen.



Euer Matthias

Rennsporttrainingslager vom 31.05-05.06.10

Wie letztes Jahr auch, fand dieses Jahr in der 2. Pfingstferienwoche das Rennsporttrainingslager statt. Um Wellen zu vermeiden, welche wir am Ammersee reichlich vorfanden, haben wir den Staffelsee als Ort zum Trainieren ausgesucht.

Morgens um 8 Uhr wurde mit zwei Autos, einem reichlich beladenen Bootshänger und einer Truppe motivierter Sportler gestartet. Es zwar frisch, aber dafür nahezu unbewölkt – was sich, je weiter wir in Richtung Bayern fuhren, ändern sollte. Die Rastpause unterwegs nutze Nino, um für unsere Unterhaltung ein paar hochintellektuelle Blättchen zu kaufen, in denen unter anderem von Maßnahmen zur Beschäftigung von arbeitslosen Ex-DDRlerinnen die Rede war. Diese Hefte sollten uns noch das ganze Trainingslager hindurch begleiten, unterhalten und bereichern. Nino sorgte dankenswerterweise für Nachschub.

Als wir ankamen, hörte es gerade auf zu regnen, sodass wir, vom Regen ungestört, unsere Zelte aufbauen konnten, sowie die aus Stuttgart angereisten Teilnehmer Henning und Konstantin zu begrüßen. Diese Regenpause sollte jedoch nicht von langer Dauer sein...

Nach dem Zelteaufbauen ging es gleich für die erste Trainingseinheit aufs Wasser. Nachdem die Hälfte der Paddler aufgrund der vom Wind stark aufgerauten See gekentert waren, gab es ein von Volker zubereitetes Abendessen als Stärkung für die kommenden, anstrengenden Trainingstage. Volker hatte glücklicherweise wieder seinen genialen Campingherd mitgebracht: Ein praktisches Gestell mit 2 Herdplatten – und das alles zum ausklappen. Ohne Volker wären wir wohl verhungert.

Abends ging es immer früh ins Bett, zumindest für uns "Zwerge", damit wir morgens um 8 Uhr fit in den Tag starten konnten – zumindest theoretisch. Nachdem sich jeder beim leckeren Frühstück (hochqualitative Marmelade von Oma Aldi, auf frisches Brot geschmiert; wahlweise noch kerniges Müsli) gestärkt hatte, ging es um 9 Uhr aufs Wasser. Vormittags gab es eine Laufeinheit, für die schnelleren von uns 2 Runden a 5,5 km, für die langsamen "nur" eine. Zum Mittagessen tischte Volker uns eine geniale Tütensuppe auf, deren Rezept in jedes Kochbuch gehört. Nach einer kurzen Pause, in der man entweder im trockenen Auto ein Nickerchen machen oder auf den Slacklines seinen Gleichgewichtssinn schärfen konnte, gingen wir wieder paddeln. Inzwischen hatten sich 3 Gruppen herauskristallisiert:

1. Hennings Gruppe mit Jannik und Peter, die sich auch schon mal um 7:15 aufs Wasser begeben haben_2. Kaspars und Jonathans Gruppe, die von wechselnden Trainern, hauptsächlich von Peter trainiert wurde und manchmal mit Gruppe 1 zusammengelegt wurde

3. die Schwimmergruppe, die aus den Anfängern aus Heidelberg und Stuttgart, also aus Clemens, Johannes und Konstantin bestand. Diese letzte Gruppe wurde von Nino bzw. Volker trainiert und zeigte die größten sichtbaren Fortschritte.

Im Prinzip hat es bis Donnerstagnacht die ganze Zeit durchgehend geregnet und es war ziemlich kalt, was uns tapfere Paddler aber natürlich nicht vom Training

abgehalten hat. Dennoch war der Lieblingsplatz aller Sportler die Dusche und der schön warme Föhn. Außerdem waren wir sehr froh, dass es nicht nur Wäscheleinen gab, welche im Anschluss an das Trainingslager als "out" eingestuft wurden, sondern auch mehrere Wäschetrockner, die wegen uns den ganzen Tag lang auf Hochtouren liefen.

Donnerstags ging es nach der ersten Wassereinheit zur Abwechslung ins Schwimmbad und nachdem ein paar Bahnen geschwommen waren, haben wir uns abwechselnd ins kalte und ins warme Nass gestürzt. Als uns das kalte Becken nicht mehr so attraktiv vorkam, haben wir uns im warmen Becken vergnügt. Nach einem abermaligen

Kajaktraining wurde abends gegrillt (was wetterbedingt dieses Jahr eindeutig zu wenig gemacht wurde) und unsere Paddeltechnik per Videoanalyse beurteilt. Freitags konnten wir das letzte Paddeltraining zum Glück bei wolkenlosem Himmel und Sonne genießen. Nach dieser letzten Trainingseinheit, bei der alle gemeinsam gefahren sind, haben wir unsere Sachen gepackt und sind losgefahren. Unterwegs haben wir uns noch per Megafon bei allen Bayern verabschiedet, die daraufhin genauso geguckt haben wie ihre Kühe.

Während des Trainingslagers haben besonders die Anfänger große Fortschritte gemacht, aber auch den anderen hat es sehr viel gebracht. So haben wir zum Beispiel unsere Boote lieben gelernt und sie gleich am nächsten Tag poliert.

Vielen Dank an die Trainer und die Organisatoren und vor allem dem Koch im Namen aller Zwerge.





für dich

› heidelberg KLIMA

Weil Ökostrom auch
ökonomisch sein kann.

› heidelberg KLIMA

› heidelberg KLIMA *fix 2011*

Mehr zu unseren Produkten unter
www.swhd.de

**stadtwerke
heidelberg** 

energie

Jugendfahrt nach Hünningen

Dass sich echte Kanuten weder von schlechtem Wetter, noch von noch schlechteren Wetteraussichten von kurzfristigen Paddelausflügen abhalten lassen bewies eine Gruppe von 8 Paddlern des WSC an einem Wochenende Mitte August diesen

sowohl aus auf mehreren versierten einigen des künstlich französischen

hatten. Der Kanal ist ca. 500m lang und hat den Vorteil, dass man nur ein kleines Stück umtragen muss um wieder zum Ausgangspunkt zurückzukehren. Erlernen von Grundtechniken oder probieren von neuen Varianten sind aufgrund der abgerundeten Steine und zum Material einfangen Anders als im letzten Jahr leider unter unseren zur allgemeinen Überraschung Frankreich nicht immer besser So kam es, dass wir sowohl zum abendlichen Essengehen nahe Dreiländerbrücke ins Deutschland nahmen. Trotz des Dauerregens und der geringen Temperaturen war es wieder ein schönes Wochenende in Hünningen und eine Wiederholung im nächsten Jahr ist angepeilt.



Jahres. Die Gruppe bestand zwei Wildwasser-Cracks die ihre Wildwasserfähigkeiten bereits Kontinenten sammelten, Garmisch- Teilnehmern und Anfängern die von den Wellen angelegten Wildwasserkanals im Hünningen ein wenig Respekt hatten. Der Kanal ist ca. 500m lang und hat den Vorteil, dass man nur ein kleines Stück umtragen muss um wieder zum Ausgangspunkt zurückzukehren. Erlernen von Grundtechniken oder probieren von neuen Varianten sind aufgrund der großer Kehrwasser



ungefährlich. blieb das Wetter Erwartungen, denn ist das Wetter in als in Deutschland. zum Einkaufen und den Weg über die heimische



Einladung

Lebkuchen, Tannenbäume, Glühwein. Ja, liebe WSC-ler, es ist schon bald wieder soweit - Weihnachten.

Wie jedes Jahr lädt der Vorstand Euch alle recht herzlich zur WSC Winterfeier ein. Gemütliches zusammensitzen bei Glühwein, Lebkuchen. Natürlich wird es auch wieder eine Tombola mit vielen attraktive Preisen geben. Die Jugend wird auch ein paar Programmpunkte gestalten. Kurzum, es lohnt sich auf jeden Fall. Für Essen und Trinken ist gesorgt. Der Vorstand freut sich auf Euer kommen.

Wann: 04. Dezember 2010
ab 20.00 Uhr

Wo: WSC Bootshaus Uferstrasse

Der Neckar in Stuttgart – mein geliebtes Trainingsrevier: Ansichtssache!!

Ich packe mein Boot und gehe Richtung Steg. Beinahe werde ich von einer Horde irrer Radfahrer überfahren, die mir üble Schimpfworte hinterher rufen. Es ist kalt. Beim Einsteigen sehe ich eine fette Ratte mit einem Stück Isolierschaum im Maul vorbeihuschen, den sie wohl im Kraftraum abgerissen hat. Ich lege vom Steg ab, ein toter Fisch treibt an mir vorbei, daneben ein halb aufgerissenes Tetrapak im dreckigen Wasser. Über den rostigen Spundwänden ragt der verwahrloste Haushahn-Verladekran als Sinnbild des Verfalls über die trüben Fluten hinaus und erinnert täglich an die Vergänglichkeit des Seins. Ein Windstoß treibt eine dunkle Wolke feinen schwarzen Kohlestaubs vom Fernwärmewerk über den Fluss, ich muss bitter husten. Noch schickt die Sonne ihre krebserregenden Strahlen durch das immer größer werdende Ozonloch, doch am Horizont türmen sich bereits düstere Gewitterwolken auf. Beim Inselbad wende ich mein Boot und höre die markerschütternde Sirene eines Rettungswagens, der gerade zu einem tödlichen Badeunfall im Inselbad rast. Ein Frachter kommt mir entgegen, schwere Rußpartikel qualmen aus dem mächtigen Kamin und setzen sich in den Alveolen meiner Lunge fest. Linker Hand höre ich frustriertes Hupen im Stau stehender Autofahrer auf der B10, während vor meinem Boot eine breite Öllache in den Spektralfarben eines schmutzigen Regenbogens schimmert. Der Bug teilt die schmierige Lache, vom Volksfest schallen Ausrufe kurzfristig erkaufter Pseudoglücksmomente herüber, während Geld, Energie und Ressourcen sinnlos verprasst werden und sich im Hintergrund ein zahnloser Wasenwirt die speckigen Hände reibt. Mein Mund ist ausgedörrt wie ein afrikanisches Flussbett in der Trockenzeit. Durst ist so präsent, dass er sich anfühlt wie ein eigenes Körperteil. Die hohen Wellen des hastig vorbeipatroullierenden Bootes der Wasserschutzpolizei vermitteln mir aufs Neue das Gefühl, dass das Sammeln von Eigenerfahrungen in wackligen Rennkajaks noch nicht obligatorischer Bestandteil der baden-württembergischen Polizeiausbildung ist. Von einem heruntergewirtschafteten Frachtschiff ohne Kennzeichen spuckt ein ungepflegter Matrose mit verächtlichem Blick ein Stück Kautabak ins Wasser und kickt lustlos eine zerquetschte Bierdose hinterher. Letzte Wende. Die aufgestauten Gewitterwolken entladen sich, saurer Regen fällt in schweren Tropfen auf mich und mein Boot, ein harter Gegenwind schlägt mir ins Gesicht. Ich liebe diesen Sport.

Ich packe mein Boot und gehe Richtung Steg. Eine Gruppe freundlich grüßender Tourenradler hält extra für mich an, lässt mich den Uferweg überqueren und nickt mir wohlwollend zu. Die warme Frühlingsluft umspielt meinen Körper. Beim Einsteigen sehe ich ein schillerndes Eisvogel-Pärchen, welches munter zwitschernd balzt. Ich lege vom Steg ab, mein Blick fällt durch das kristallklare Wasser bis auf den Grund, wo sich verschiedenartige Fische emsig im reflektierenden Sonnenlicht tummeln. Der in Würde alternde Haushahn-Verladekran erzählt in seiner historischen Pracht vom industriellen Charme längst vergangener Zeiten. Daneben der beruhigende Anblick der aufgehäuften

Kohleberge am Fernwärmewerk, die mir die Gewissheit vermitteln, dass auch noch in Zukunft aus den Duschköpfen der KGS heißes Wasser fließen wird. Ich paddle stromauf, während friedliche Schäfchenwolken mit dem strahlend blauen Himmel flirten. Eine frische Brise treibt die morgentauhaltige Luft über meine Schultern, während das dichte Grün und die florale Artenvielfalt der liebevoll angelegten, biotopartigen Uferbereiche friedlich an mir vorbei gleiten. Ich bin der Dirigent meines Trainings im Konzert harmonisch aufeinander abgestimmter Naturerfahrungen. Beim Inselbad wende ich mein Boot und genieße die Urlaubsatmosphäre, die durch den vielstimmigen Kanon glücklich planschender Kinderstimmen im Inselbad geschaffen wird. Linker Hand betrachte ich die bunt anzusehenden Farbenspiele der den emissionsreduzierten Verkehr regelnden Leuchtsignale der B10. Vor meinem Bug treiben einige sonnengelbe Löwenzahnblüten im Wasser, die von zarten Kinderhänden rücksichtsvoll gepflückt wurden. Vom Volksfest weht eine sanfte Brise den Duft frisch gebackener Köstlichkeiten herüber, während das jüngere Publikum voll echten Glücks auf ein vielfältiges Spektrum attraktiver Fahrgeschäfte zugreift. Es schaukelt mich der sanfte Wellenrhythmus des vorbeifahrenden Bootes der Wasserschutzpolizei und lässt mich spüren, was Geborgenheit bedeutet und dass ich mich jederzeit sicher fühlen darf. Ein frisch rasierter Matrose im sauberen Arbeitsoverall winkt mir von einem auf Schleuseneinfahrt wartenden Ausflugsdampfer bewundernd zu und wünscht mir gute Fahrt. Letzte Wende. Ein angenehmer Rückenwind sowie das glitzernde Spiel von Sonne und Wasser begleiten mich die letzten Meter bis zum Ausstieg. Ich liebe diesen Sport.

Henning





Support Malawi

BECAUSE EDUCATION MATTERS

www.supportmalawi.org

Spenden für Bildung - Support Malawi Heidelberg fördert ausgewählte Bildungsprojekte in Malawi

Projekte für nachhaltige Bildung zu unterstützen, das ist das erklärte Ziel des Ende Juli neu Vereins mit Sitz in Heidelberg. Heinrich Wegener, der Initiator und erste Vorsitzende von Support Malawi, beruflich Projektmanager bei SAP AG und Stefan Schulz, zweiter Vorsitzender und im Berufsleben Arbeitnehmervertreter im Aufsichtsrat der SAP, waren im September vor Ort um persönlich Förderprojekte auszuwählen, die den Kriterien und Möglichkeiten der Organisation entsprechen.

Malawi liegt am Malawisee zwischen Tansania und Sambia im Südosten des afrikanischen Kontinents, umfasst 1/3 der Größe Deutschlands, beheimatet 14 Millionen Einwohner und ist hier zu Lande wohl nicht zuletzt deshalb relativ unbekannt, weil es dort weder im letzten noch in diesem Jahrhundert kriegerische Auseinandersetzungen gab. Support Malawi ist sich sicher, dass Bildung der Schlüssel zur eigenständigen Entwicklung eines der ärmsten Länder der Welt ist. Denn längst nicht alle Kinder können dort eine Grundschule besuchen, nur sehr wenige genießen das Privileg eines Studiums.

Und so fiel die Entscheidung während der Afrika-Reise schließlich zunächst auf drei Unternehmungen, die den Aufbau eines Kindergartens und eines Schulraums, sowie die Unterstützung beim Druck eines Lehrbuchs betreffen. Damit kann eins der reichsten Länder der Welt ausgewählte Projekte zur Förderung der Bildung von Kindern und Erwachsenen in einem der ärmsten Länder der Welt fördern und nachhaltig die Grundlage für finanziellen Selbsterhalt schaffen. Nun ist der Verein natürlich auf der Suche nach weiteren Mitgliedern, alle Interessierten sind herzlich willkommen. Auch mit einer Spende kann man der guten Sache dienen. Weitere Informationen gibt es im Internet unter www.supportmalawi.org



Trainingslager 2010

In der zweiten Woche der Pfingstferien fand das erste gemeinsame Rennsport-Trainingslager der KG Stuttgart mit Kanuten des WSC Heidelberg am Staffelsee statt: insgesamt 10 Sportler im Alter zwischen 12 und 30 Jahren aus beiden Vereinen verbrachten eine abwechslungsreiche Woche.

Dabei sah der Tagesablauf in etwa so aus: morgens um 9 Uhr Kajaktraining, danach Laufen, Mittagessen und -ruhe, zweites Kajaktraining bzw. Schwimmbad oder Fußball spielen, abends kochen die Großen und die Kleinen spülen ab ;-).

Da der Staffelsee ein Moorsee ist, war das Wasser trotz des schlechten Wetters recht warm, was am ersten Tag für Clemens (HD) und Augustin (S) durchaus Relevanz hatte ;-). In den Einheiten trennten wir die Gruppen meist nach Leistungsniveau und Alter, so dass jeder auf seine Kosten kam. Das tägliche Laufen – neudeutsch running - führten wir auf einem schönen 5 Kilometer Rundkurs durch, der je ein- oder zweimal absolviert wurde. Gegen Lagerkoller führen wir am Mittwoch Nachmittag – es hatte immer noch 10 Grad und Regen - in ein Alpen-Erlebnisbad, wo verschiedene Lerninhalte auf dem Programm standen, unter anderem:

Welche Technik empfiehlt sich auf der großen Rutsche, um maximale Geschwindigkeit herauszuholen?

Wie oft muss ich zwischen heißem Pool und ungeheiztem Außenbecken wechseln, bis ich abgehärtet bin?

Wie gewinne ich das Vertrauen der örtlichen Bademeister, die in einer beschaulichen Gegend nicht mit dem plötzlichen Auftauchen einer zehnköpfigen Gruppe von Sportlern gerechnet haben, die gekommen sind, um etwas zu erleben?

Am Donnerstag regnete es immer noch und wir entschieden uns, das Lauftraining durch ein zweistündiges Fußballspiel auf dem örtlichen Rasenplatz zu ersetzen – schließlich wollten wir endlich mal so RICHTIG nass und dreckig werden. Es gelang. Vermutlich überstiegen unsere Ausgaben für Waschmaschinenmünzen und Wäschetrockner in den ersten vier Tagen die Übernachtungsgebühren.

Am Freitag hielt uns beim Frühstück plötzlich jemand einen überdimensionierten Scheinwerfer ins Gesicht. Im ersten Moment waren wir völlig perplex – besonders die Jüngeren unter uns wurden von einer nervösen Unruhe gepackt. Doch als wir die helle Blendung mit der Erinnerung abglichen, die wir vor vielen Tagen noch vom Himmelskörper „Sonne“ abgespeichert hatten, kamen wir zu dem Schluss, dass sie es sein müsse – und es war wahr! Unsere Augen mussten sich erstmal an das helle Licht gewöhnen... doch das Wetter hielt! Und so konnten wir die letzten 24 Stunden bis zur Abreise am Samstag endlich in Trägershirts und kurzen Hosen verbringen. Abgeschlossen wurde das Trainingslager am Samstag dann mit einem Badevormittag zum Thema „im Rennkajak aufstehen“.

Das nächste gemeinsame Trainingslager mit den Heidelbergern ist für die Pfingstferien 2011 vorgesehen – der Termin soll diesmal bereits im November festgelegt werden, um frühzeitige Planung zu ermöglichen und die Teilnehmerzahl zu vergrößern. Alle Interessenten, die älter als zwölf Jahre sind, einigermaßen sicher im Rennkajak sitzen und Lust auf eine Woche Sport von morgens bis abends haben, sind herzlich eingeladen!

Schneller – höher - weiter – besser: Die 1. WSC Olympiade

Vergnügen, Spannung, Freude und ein klein wenig Ehrgeiz - all diese Dinge gehörten zur 1.WSC Olympiade die am 02. Oktober vor und in unserm Bootshaus stattfand.

Insgesamt 18 WSCler bildeten 9 2er-Teams die in den unterschiedlichsten Disziplinen gegeneinander antraten und so Punkte für die begehrte Goldmedaille sammeln konnten. Ob beim Teebeutel-Weitwurf, wo der Teebeutel nur mit dem Mund beschleunigt werden durfte, oder beim Elefantenrennen, bei dem so manche(r) die Orientierung verlor - es waren nicht nur Kraft sondern auch Geschicklichkeit und Taktik gefragt. Insbesondere das Eierwerfen trug zur allgemeinen Belustigung bei, wo einige verblüfft feststellten dass rohe Eier verdammt stabil sein können.

Gestartet wurde mit den Wettkämpfen im Freien, die mit zwei Disziplinen auf dem Neckar ihren Abschluss fanden. Dabei mussten auch gestandene Wassersportler erkennen, dass ein Canadier ganz schön eigenwillig sein kann. Die alles entscheidenden Wettkämpfe fanden dann im Bootshaus statt. Hier mussten sich die Teams beim Spielzeugautorennen messen und ihre Geschicklichkeit im Kugelschreiberspiel beweisen. Dass diese Veranstaltung für jeden Teilnehmer etwas zu bieten hatte zeigt das gute Abschneiden unseres mit Abstand ältesten Teams, welches durch Erfahrung und Motivation so manches andere Team das Fürchten lehrte.

Nach einem anstrengenden Wettkampf fand die 1.WSC Olympiade beim gemeinsamen Grillen mit vielen selbstgemachten Salaten und einer großen Siegerehrung einen schönen Abschluss. Schon jetzt werden die Stimmen für eine Fortsetzung im nächsten Jahr laut. Vielleicht hast ja auch du Lust bei spaßigen Wettkämpfen dein Können unter Beweis zu stellen getreu dem olympischen Motto: „Dabei sein ist alles!“





Kontakt

Vorstand

1

Jens Baßler

ABC

2

(0 62 21) 72 93 507 1. Vorsitzender

DEF

3

GHI

Jan Schlegel

4

JKL

(0173) 30 58 97 4

MNO

2. Vorsitzender

Andreas Brodkorb

(0 62 21) 78 33 44

Kassenwart

Jannik Hallenberger (0 62 21) 83 03 56 Sportwart

PQRS

7

Denise Strüning

TUV

8

(0 62 24) 99 45 80

WXYZ

9

Jugendwart

Matthias Ritter

*

(0 62 21) 71 505 79 Schriftwart

(01 70) 83 79 992

+

Johannes Mühl

(06221) 83 36 25

Drachenbootwart

Stefan Saal

(0173) 65 61 962

Bootshauswart

Volker Boyne

Wiesenwart

Erweiterter Vorstand

Jens Müller

(0 75 31) 36 16 43

Sicherheitswart

Carla Lukas

(01 63) 81 75 145

Umweltwartin

Uferstrasse 3
69120 Heidelberg
(0 62 21) 40 98 54

www.wsc-heidelberg.de
wsc-hd@gmx.de

Sparkasse Heidelberg
BLZ: 672 500 20
KTO: 287 70