



RUNDSCHREIBEN

NEUES AUS DEM WSC 1931 HEIDELBERG-NEUENHEIM e.V.



SEPTEMBER 2011

**EIN SOMMER MIT DRACHENBOOTEN, ZAHLREICHEN
WETTKÄMPFEN UND NICHT ZULETZT VIEL WASSER**

INHALT

LIEBE WSClerinnen & WSCler	2
ERFOLGREICHE KOMBINATION: LAUFEN, RAD- UND KAJAKFAHREN SIND BEIM KANUTHRIATHLON GEFRAGT	3
UND JEDEM ANFANG WOHNT EIN ZAUBER INNE... PADDELN LERNEN MIT DEM WSC.....	5
HÖCHSTLEISTUNGEN MAL VIER. STEFAN TEICHERT UND PASCAL BERGMANN STARTETEN BEI DER DEUTSCHEN MEISTERSCHAFT IM QUADRATHLON.....	6
PINNWAND	7
ALLES GUTE ZUM GEBURTSTAG LIEBER WSC! WIR HABEN DICH HOFFENTLICH GEBÜHREND GEFEIERT.....	9
UND NOCH EINE DEUTSCHE MEISTERSCHAFT: DIESMAL IM DRACHENBOOT.....	11
KANUSPORT IM WWW.....	13
VON BÄREN, TROLLEN UND VIELEN; VIELEN BUNTEN SMARTIES: EIN REISEBERICHT AUS DEM SKANDINAVISCHEN SOMMER	14
EIN TROMMELWIRBEL FÜR EINEN GELUNGENEN DRACHENBOOT-CUP!.....	18
STEH DOCH MAL AUF! SUP – STAND UP PADDELN IN HEIDELBERG.....	20
WAS SONST NOCH WAR... ..	23
... UND BEVORSTEHT	24
KONTAKT.....	26

LIEBE WSClerinnen & WSCler



Der Heidelberger Sommer ließ wettertechnisch zwar zu einigen Wünschen übrig, trotzdem ließen es sich die WSCler nicht nehmen, im kühlen Nass zu planschen. Sportliche Höchstleistungen wurden dabei nicht selten vollbracht, zum Beispiel beim Kanutriathlon, Quadrathlon, oder auch bei der Deutschen Drachenboot Meisterschaft. Organisatorische Höchstleistungen gab es beim 6. Heidelberger Drachenboot-Cup zu bewundern, der dank einem tollen Orga- und Helferteam ein voller Erfolg war. Gefeiert wurde in diesem Sommer ebenfalls: der WSC ist 80 Jahre alt geworden. Das und einiges mehr erwartet euch in diesem Heft. Außerdem gibt es aktuelle Termine und Tipps im WWW. Viel Spaß beim Lesen!

Eure Marion

P.S.: Ihr habt eine tolle Geschichte für den WSC oder einen Eintrag für die Pinnwand? Klasse, denn das Rundschreiben lebt von euren Erlebnissen und Beiträgen. Daher freue ich mich über eure Berichte, Fotos und Erzählungen. Diese können mich per Email (marionmuellervomberge@web.de) oder als Schriftdokument in der Boothauspost erreichen.

Das Bootslager im Hasenleiser wird aufgelöst!!!

>> Unser Bootslager im Hasenleiser wird zum Ende des Jahres leider aufgelöst. Wir sind momentan zu verschiedenen Alternativen in Verhandlungen. Leider gibt es bisher keine Neuigkeiten zu einem neuen Bootslager. Wir sind deshalb auch auf eure Hilfe angewiesen!

Solltet ihr geeignete Lagerorte oder Grundstücke kennen, sind wir sehr dankbar für eure Hinweise!

Ein optimales Bootslager wäre eine ca. 150 bis 200 m² große Halle in der Nähe von Heidelberg und Neckar (bitte in der Ebene), die mit Bus und Hänger befahren werden kann. Ideal wären eine Einfahrt von vier Meter Höhe und eine Rangiermöglichkeit für einen zwölf Meter langen Anhänger. Die Kosten sollten 600 € pro Monat nicht übersteigen.

Vielen Dank für eure Hinweise!

Euer Vorstand

ERFOLGREICHE KOMBINATION: LAUFEN, RAD- UND KAJAKFAHREN SIND BEIM KANUTHRIATHLON GEFRAGT

>> VON STEFAN TEICHERT

Für die Athleten des WSC Heidelberg und der SG Poseidon Eppelheim wurde der Auftakt in die Kanumehrkampf-Saison am 8. Mai zu einem erfolgreichen Einstand. Beim Kanutriathlon in München – über 3,5 km Laufen, 15 km Radfahren und 4 km mit dem Kajak – konnten sich die Sportler den Sieg und zahlreiche Podiumsplätze sichern.

Beim Kanutriathlon siegte wie im Vorjahr der Eppelheimer Stefan Teichert. Und auch hinter Teichert glänzten unsere Athleten – Jannik Hallenberger setzte sich im Zielspurt gegen den Neuseeländer Peter Moysey und Pascal Berkmann durch und erzielte so den 4. Gesamtplatz bzw. den 3. Platz in der offenen Rennbootklasse.



DER KANUTRIATHLON: 3,5 KM LAUFEN, 15 KM RADFAHREN UND DANN 4 KM PER KAJAK...



Eine Topleistung gelang auch Jonathan Hartwig, der in der Jugend Rennbootklasse aufs Podium mit Platz Drei sprang. Für ganz nach oben auf's Podium reichte es sogar für Philipp Güldenstubbe in der Junioren-Tourenbootklasse. Weitere gute Leistungen erzielten Sebastian Jutisz, der auch noch den Sprung in die Top 15 schaffte, sowie Volker Ast und Christian Schmidt.

Für Schmidt und Güldenstubbe war der Wettkampf in München ihre erste Erfahrung bei einem Kanumehrkampf. Beide hatten erst kurz zuvor mit dem Paddeln begonnen, was ihre guten Leistungen noch einmal besonders herausstellt.

DIE ERGEBNISSE

1. Stefan Teichert (SG Poseidon Eppelheim / WSC Heidelberg)	0:53:48
2. Josef Feichtinger (AUT)	0:56:00
3. Jan Hagenkord (ESV München)	0:56:32
4. Jannik Hallenberger (WSC Heidelberg)	0:57:44
5. Peter Moysey (NZL)	0:57:47
6. Pascal Berkmann (WS Wiesbaden / WSC Heidelberg)	0:57:54
...12. Sebastian Jutisz (WSC Heidelberg)	1:01:49
...15. Philipp Güldenstubbe	1:03:08
...21. Volker Ast (WSC Heidelberg)	1:04:05
...23. Jonathan Hartwig (WSC Heidelberg)	1:05:06
...26. Christian Schmidt (SG Poseidon Eppelheim)	1:06:01



UND JEDEM ANFANG WOHT EIN ZAUBER INNE... PADDELN LERNEN MIT DEM WSC

>> VON MARION MÜLLER VOM BERGE

Alle Jahre wieder gibt es im WSC das Anfängertraining. Und in diesem Sommer war ich das erste Mal dabei. Nicht als „blutiger“ Anfänger – die Zeiten liegen glücklicherweise schon länger zurück – sondern als Trainerin. In unseren Kursen sind die Anfänger sechs Wochen lang jeweils zweimal pro Woche auf dem Wasser und lernen geradeaus zu fahren, Bogenschläge, Wriggen und Co. Zusammen mit Peter Heid, Volker Ast, Sophia Potthast, Denise Strüning, Stefan Saal und Eric Langer engagierte ich mich, um den Teilnehmern tolle Kursstunden zu bieten.

Bisher hatte ich noch niemandem das Paddeln beigebracht, denn ich dachte: „Wie soll ich erklären, was ich seit Jahren völlig automatisch mache, wenn ich im Boot sitze?“ Aber ich wurde eines Besseren belehrt: das geht! Dank Denises, Peters und Volkers Erfahrungen bei den WSC-Kursen waren unsere Kursstunden sehr gut strukturiert. Unsere Paddelanwärter lernten schrittweise, was man im Boot alles können sollte. Und ich merkte schnell: wenn man dabei zuschaut, fallen ganz einfach viele Kleinigkeiten auf, die man als Trainer korrigieren kann. Zum Beispiel die

Körperhaltung und der Griff am Paddel. Unsere Arbeit hat sich gelohnt! Nach sechs Wochen können unsere Kursteilnehmer mindestens zügig den Neckar hoch und runter fahren. Das Aus- und Einsteigen klappt auch perfekt. Kenterungen gab es in der Zeit kaum. Kursteilnehmer Lauritz (10 Jahre) übte in den letzten Stunden sogar freiwillig Kenterungen und das Aussteigen unter Wasser. Zusammen mit seiner Mutter Steffi, die ebenfalls am Kurs teilgenommen hat, will er in Zukunft auch weiterhin Neckar und andere Flüsse unsicher machen. Und Vincent (beim Start des Kurses „fast schon 8 Jahre“ alt) hat zum Geburtstag ein eigenes Boot mit Ausrüstung geschenkt bekommen. Seinen Neoprenanzug führte er in der letzten Stunde stolz vor und stellte fest: „der ist ja ganz schön warm!“. Im Sommer begleitet er seinen Vater zur Soca in Slowenien. Den Neoprenanzug wird er da sicherlich brauchen. Kursteilnehmer Michael will sich ebenfalls bald ins Wildwasser wagen. Ein Kurs mit der Uni ist schon gebucht.

Ich freue mich, dass wir die Kursteilnehmer vom Paddeln begeistern konnten und wünsche Ihnen viel Spaß und immer genug Wasser unter'm Boot!



HÖCHSTLEISTUNGEN MAL VIER: STEFAN TEICHERT UND PASCAL BERGMANN STARTETEN BEI DER DEUTSCHEN MEISTERSCHAFT IM QUADRATHLON

>> VON STEFAN TEICHERT

1,5 km Schwimmen, 40 km Radfahren, 8 km im Kajak und 10 km Laufen – die Quadrathlon Mitteldistanz hat es in sich! In Steinberg am See (Oberpfalz/Bayern) wurden am 5. Juni die Deutschen Meisterschaften ausgetragen und an den Start gingen auch Stefan Teichert und sein Trainingskollege Pascal Berkmann. Gleich nach dem Schwimmstart erarbeitete sich Stefan einen guten Vorsprung vor der Konkurrenz. Diese Spitzenposition hielt er auch auf dem Rad. Nur der starke Tscheche Leos Rousavy konnte auf den letzten Radkilometern zu ihm aufschließen. Doch auf der Paddelstrecke auf dem Steinberger

See war Stefans gute Performance vorbei: „Ich saß plötzlich total verkrampft im Boot und konnte meine Kraft nicht mehr ins Wasser bekommen“. Auch während des Laufs konnte er keine Spitzenleistung mehr abrufen und lief am Ende enttäuscht als Siebter ins Ziel. Auch für Pascal Berkmann lief das Rennen nicht optimal. Wie erwartet kämpfte er sich durch die Schwimmdistanz, konnte dann im Laufen und mit dem Kajak aber Zeit aufholen, trotz Problemen beim Laufen bekam.

Trotzdem: Vier mal alles geben ist eine tolle Leistung. Wir gratulieren beiden herzlich!

PINNWAND

>> KURSE; FAHRTEN UND VERANSTALTUNGEN AUSSERHALB DES WSC-FAHRTENPROGRAMMS

SICHERHEITSKURS

10. BIS 11. SEPTEMBER 2011// HÜNINGEN

WW II SOLLTE BEHERRSCHT WERDEN. WEITERE INFORMATIONEN BEI:

>> HELMUT WOLFF, TEL: (07 71) 92 94 900, E-MAIL:hewokanu1@web.de

KANUWANDERN BKV VERBANDSFAHRT

16. BIS 18. SEPTEMBER 2011// IZNANG

BKV-FAHRT BEIM KC-SINGEN, STRANDBADSTRASSE 17, 78345 MOOS,
SCHWIMMWESTENPFLICHT. WEITERE INFORMATIONEN BEI:

>> KLAUS DÄHMLOW, TEL: 07256/5916, E-MAIL: wandersport@kanu-baden.de

KANUWANDERN ABPADDELN KANUKREIS MANNHEIM

25. SEPTEMBER 2011// HUTTENHEIM

RHEIN, PF HUTTENHEIM BIS MANNHEIM, MITTAG BEIM WSV-BRÜHL. WEITERE INFORMATIONEN
BEI:

>> GERHARD MAIER, TEL: 0621/7628654, E-MAIL: gerhard_maier@gmx.de

KANUWANDERN BIWAKTOUR RUND UM ELBA

1. BIS 8. OKTOBER 2011// ELBA

BIWAKTOUR IN GEMÜTLICHEN TAGESETAPPEN. SICHERES PADDELN BEI WIND UND WETTER,
SEETÜCHTIGES KAJAK MIT STEUER, MAX. 6 TEILNEHMER, 90,-€ + ANREISE, CAMPING, ORT:
ELBA, MITTELMEER. WEITERE INFORMATIONEN BEI:

>> RALF GRUBER, TEL: 07465/920454, E-MAIL: post@gruber-heudorf.de

KANUWANDERN BIWAKTOUR RUND UM ELBA

1. BIS 8. OKTOBER 2011// ELBA

BIWAKTOUR IN GEMÜTLICHEN TAGESETAPPEN. SICHERES PADDELN BEI WIND UND WETTER,
SEETÜCHTIGES KAJAK MIT STEUER, MAX. 6 TEILNEHMER, 90,-€ + ANREISE, CAMPING, ORT:
ELBA, MITTELMEER. WEITERE INFORMATIONEN BEI:

>> RALF GRUBER, TEL: 07465/920454, E-MAIL: post@gruber-heudorf.de

für dich

- › heidelberg KLIMA
- › heidelberg energreen

Weil Ökostrom auch
ökonomisch sein kann.

- › heidelberg KLIMA
- › heidelberg KLIMA *fix*
- › heidelberg energreen



Mehr zu unseren Produkten unter
www.swhd.de

**stadtwerke
heidelberg**



energie

www.swhd.de



ALLES GUTE ZUM GEBURTSTAG LIEBER WSC! WIR HABEN DICH HOFFENTLICH GEBÜHREND GEFEIERT

>> VON MARION MÜLLER VOM BERGE

80 Jahre ist er nun alt, der WSC 1931 Heidelberg-Neuenheim. Mit einer Geburtstagsfeier wurde das auf unserer Vereinswiese in Kleingemünd am 25. Juni zelebriert. Und gleich zu Beginn sei gesagt: es war ein schönes Fest!

Dass unser Verein mit seinen 80 Jahren doch nicht mehr der Jüngste und Schnellste ist, zeigte sich durch Startschwierigkeiten zu Anfang der Feier: Essen und Getränke ließen auf sich warten. Doch es sei ihm verziehen! Denn anschließend wurden die Geburtstagsgäste so ausgiebig mit Steaks,

Bratwürsten, Salaten und kühlen Getränken bewirtet, dass kein Magen leer blieb. Im Gegenteil: selbst verbleibende winzige Luftlöcher im Bauch wurden mit Nusschokolade aus überdimensionalen Tafeln und selbstgebackenem Geburtstagskuchen gestopft.

Gut gestärkt konnten sich einige Vereinsmitglieder nach dem Essen einer ganz besonderen Aufgabe widmen: sie haben das Schwingseil gebaut. Aus alten Schiffstauen und einem geduldigen, starken Ast entstand so die neue

DAS SCHWINGSEIL MIT EINGEBAUTER
SCHAUKELFUNKTION: GENERATIONEN-
ÜBERGREIFENDER SPAß IM WSC!



Abenteuerattraktion der Vereinswiese. Getestet wurde sie auch gleich ausgiebig von der jungen wie der älteren Generation. Bärbel Zwissler entdeckte sogar die auf den ersten Blick versteckte Schaukelfunktion.

Die etwas kühleren Temperaturen am Festtag wurden mit einem stattlichen Lagerfeuer erwärmt. Und zahlreiche Geschichten aus dem Vereinsleben zeigten, dass der WSC in seinen 80 Jahren eine

Menge erlebt hat. Mein persönlicher Geschichtenfavorit an diesem Abend: die Erzählungen vom Wesermarathon. Es scheint, als hätten die damaligen Teilnehmer nicht nur während der 11 Stunden, in denen sie 135 Flusskilometer bewältigten, großen Spaß gehabt. Und auch die Rennsportjugend (Am Abend frisch zurückgekehrt aus ihrem Trainingslager am



Bodensee) konnte wieder einige lustige Anekdoten zum Besten geben.

Alles in allem war der achtzigste Geburtstag unseres Vereins ein gelungenes Fest. Und einige Gäste blieben sogar bis zum nächsten Morgen auf der Wiese. Dabei wurde noch eine Vereinsbesonderheit deutlich: Keiner zeltet wohl schöner als die WSC-Mitglieder. Das Titelbild dieses Artikels ist der beste Beweis dafür!



UND NOCH EINE DEUTSCHE MEISTERSCHAFT: DIESMAL IM DRACHENBOOT

>> VON STEFAN SAAL



Die Neckardrachen wurden bei der Deutschen Drachenboot Meisterschaft 2011 von zwei Athleten des WSC Heidelberg beehrt: Stefan Saal und Eric Langer stellten ihre Schlagkraft mit dem Paddel nicht nur in vorbereitenden Trainingslagern in Heilbronn und Mergozzo, sondern auch für das Rennen der Deutschen Meisterschaft in Bad Waldsee vom 16. Bis 17. Juli zur Verfügung. Bereits am Freitag vor dem Rennen reiste

das Team der Neckardrachen in dem kleinen, verträumten Städtchen an. Mitten in Bad Waldsee liegt der Stadtsee, über den später am Wochenende die Trommeln schallten. Das erste Rennen bestritten Stefan und Eric direkt am Samstag Morgen um halb zehn. Im Boot der Zeppelino's, einem befreundeten Verein aus Friedrichshafen, paddelten sie um den Titel des Deutschen Fun Meisters und zogen gleich mit einem

saftigen Vorsprung ins Finale ein. Das Finale am Nachmittag zeigte dann deutlich: die Zeppelino's bleiben ungeschlagen. Als Belohnung gab es den Titel und 500 € Siegeprämie.

Direkt nach diesem Erfolg standen die Verfolgungsrennen premium mixed

(Bootsinsassen von 18-40 Jahren, darunter mindestens acht Frauen) über 2000m an. Mit einem Abstand von zehn Sekunden starten die Drachenboote.

Im Boot 2 der Neckardrachen legten sich Eric und Stefan ins

Zeug und konnten auf das Vorgängerboot bestens aufschließen. 8:49,13 Minuten benötigte das Team für die Strecke. Leider

waren drei andere Boote schneller und somit sprang der undankbare vierte Platz heraus.

Bei den Siegerehrungen am Abend zeigte sich aber dann doch noch einmal die Stärke der Neckardrachen: in allen Kategorien waren sie mit auf den Podiumsplätzen vertreten.

Danach hieß es Kraftreserven tanken: mit Fleisch vom Drehspieß und isotonischen Sportgetränken.

Schließlich stand am Sonntag das mixed Rennen über 500m an. Wieder im Boot 2 der Neckardrachen

belegten Stefan und Eric diesmal nach drei harten Läufen den fünften Platz und waren damit am Ende ganz zufrieden.

Mitten in Bad Waldsee liegt der Stadtsee. Hier schallten bei der Deutschen Meisterschaft laut die Trommeln.



KANUSPORT IM WWW

BIG-O-PRODUCTIONS.COM >> HOMPAGE VON FILMEMACHER OLAF OBSOMMER MIT INTEGRIERTEM SHOP FÜR SEINE LEGENDÄREN WILDWASSERFILME UND LINKS ZU ERSTEN EINDRÜCKEN UND TOLLEN BILDERN BEI YOUTUBE...

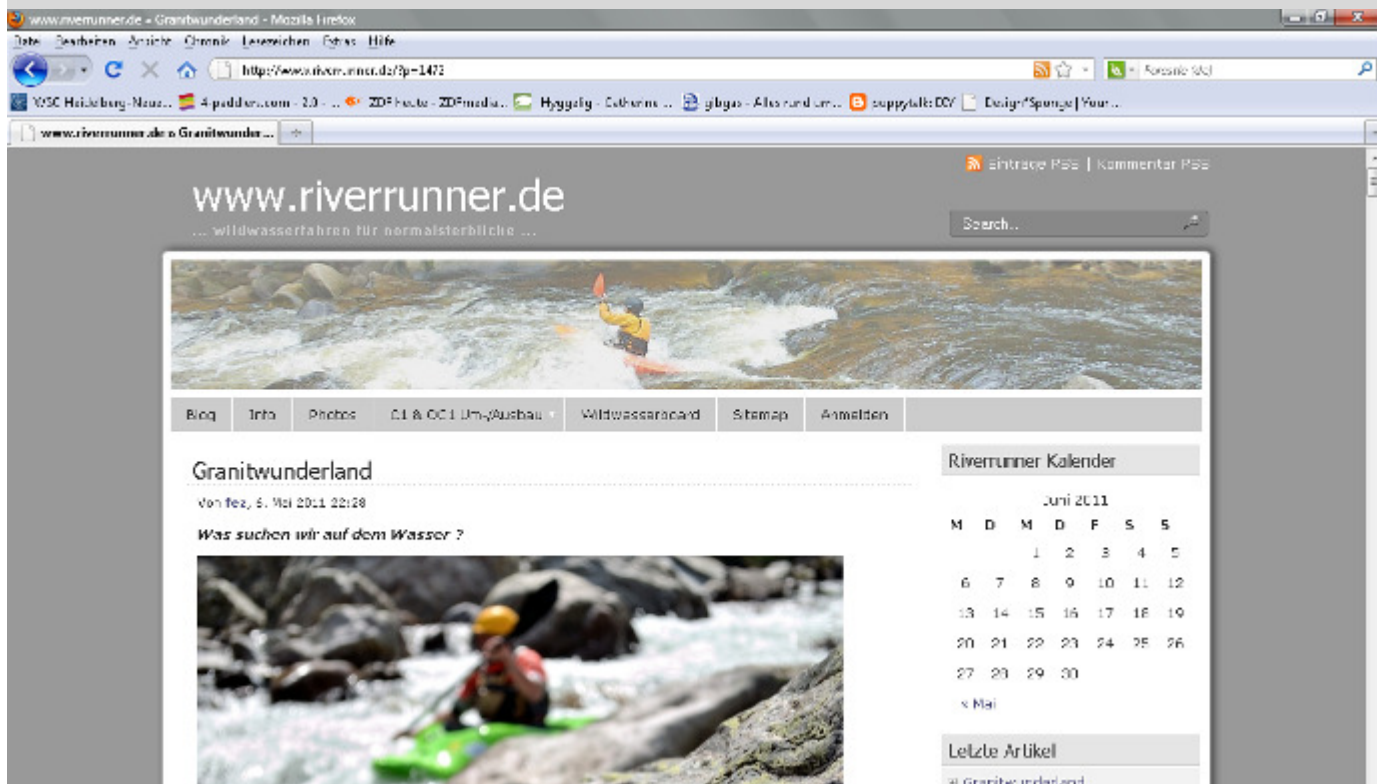
KAYAKPADDLING.NET >> GRUNDLAGEN DER PADDELTECHNIK SCHRITTWEISE UND MIT BEWEGTEN BILDERN BESCHRIEBEN – ZU HAUSE ANSCHAUEN UND AUF DEM WASSER NACHMACHEN!

RIVERRUNNER.DE >> WILDWASSERFAHREN FÜR NORMALSTERBLICHE! MIT BERICHTEN ÜBER WILDWASSERTOUREN, VIELEN BILDERN UND EINEM FORUM. FÜR ALLE FANS VON MURG, SOCA, HINTERRHEIN UND CO.

HVZ.BADEN-WUERTEMBERG.DE >> LÄUFT DIE ENNS? WIE SIEHT DER PEGEL DER MURG GERADE AUS? INFOS GIBT'S BEI DER HOCHWASSER-VORHERSAGE-ZENTRALE BADEN-WÜRTTEMBERG AUS ERSTER HAND. DIE PFLICHTLEKTÜRE VOR JEDEM AUSFLUG IN HEIMISCHEN GEFILDEN.

KANU.DE >> DER DEUTSCHE KANUVERBAND IM WWW. MIT NEUIGKEITEN UND INFOS ZU JEGLICHEN KANUSPORTVARIANTEN AUS GANZ DEUTSCHLAND, LINKS ZU DEN BUNDESVERBÄNDEN UND EINER VEREINSDATENBANK... AUSSERDEM GIBT ES IM SHOP FLUSSFÜHRER, ALENDER, BÜCHER, DKV-KLEIDUNG UND VIELES MEHR...

DRACHENBOOT.DE >> DER DEUTSCHE DRACHENBOOT VERBAND IM WWW. REGATTAKALENDER, INTERNATIONALE DRACHENBOOTREGELN UND NEUIGKEITEN VON DRACHENBOOTEN IN GANZ DEUTSCHLAND...





VON BÄREN, TROLLEN UND VIELEN; VIELEN BUNTEN SMARTIES: EIN REISEBERICHT AUS DEM SKANDINAVISCHEN SOMMER

>> VON MARION MÜLLER VOM BERGE

In diesem Sommer zog es mich und einige Freunde ins Land der Mitternachtssonne: Norwegen, das Paradies für jeden Paddler, der sich in Wellen pudelwohl fühlt und selbst mit einem Wildwasserboot in Walzen

Rodeopunkte sammeln möchte. Die Möglichkeiten zum Paddeln in Norwegen sind beinahe unendlich. So lockt zum Beispiel im Süden die Telemark mit moorigen, braunen Wellen und Felsrutschen. An der Sjoa gibt es türkises

Wuchtwasser und an jeder Ecke und Kante rauscht irgendein Wasserfall. Und in der Hedmark im Osten des Landes finden sich zahlreiche offene Flüsse im WW III-Bereich. So ist für jeden etwas dabei. Wir starteten unsere Rundreise in der Telemark, im Süden des Landes. Eigentlich führen die Flüsse

von See zu See schlängelt ging es weiter in das schöne Städtchen Voss, nahe Bergen. Hier verließ uns leider das ungewöhnliche Wasserglück und das feuchte Nass reichte



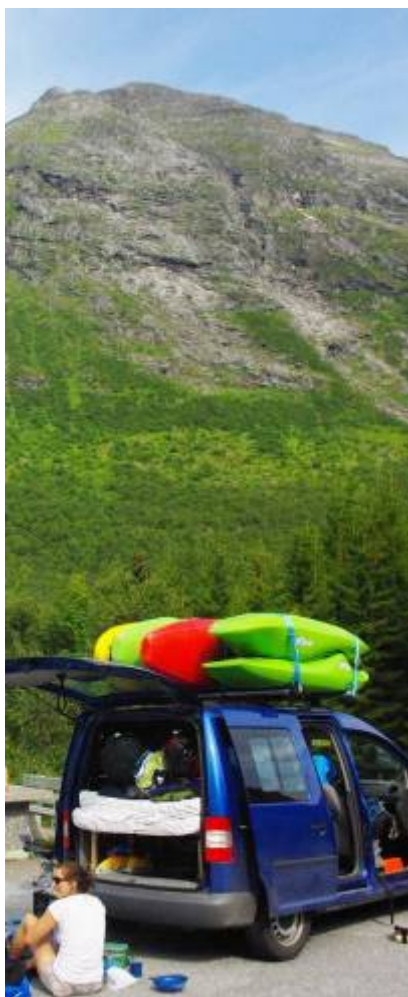
Auf dem Homerun...

dort im Juli nicht mehr viel Wasser, doch zwei Wochen Dauerregen vor unserem Urlaub bescherten uns Traumwasserstände. Nach zwei Tagen zum einpaddeln auf Austbydai und Mår fühlten wir uns fit für den Homerun, eine Kombination aus insgesamt fünf Wasserfällen unterschiedlicher Höhe. Hier musste ich feststellen: Höhenangst scheint mit fortschreitendem Alter zuzunehmen. Mein Trick - an der Abrisskante vom Fall bloß nicht nach unten schauen sondern schön geradeaus - war dagegen auch nur halbwegs wirksam. Nach einer Befahrung hatte ich deshalb genug vom Fallen aus der Höhe und überließ meinen Freunden die restlichen gravierenderen Höhenmeter des Urlaubs. Nach einem Run auf der Zambesi Section vom Numedalslagen, der sich in riesigen Wellen und nicht minder großen Walzen



lediglich für die Befahrung zweier Abschnitte der Raundalselvi. Dafür konnten wir beim Mittagspiknick am See die Gleitschirmflieger und ihre Kunststücke bewundern. Unsere nächste Station hieß Sogn og Fjordane: Fjordnorwegen. Viele Wege erfordern eine kleine Fährfahrt, um in Ruhe die atemberaubende Landschaft zu genießen. Und mittlerweile weiß ich: selbst mein Navi kennt sich mit dieser Notwendigkeit bestens aus und verkündete mehrmals „In 1 km Fähre fahren...Jetzt Fähre fahren“ Neben spaßigem Wuchtwasser mit Wellen und Gesteinsrutschen bot uns Sogn og Fjordane

ein spontanes kleines Grillfest mit norwegischen Bratwürsten (Polser) und Stockbrot am Lagerfeuer. Nach Teig kneten, Stöcke für Bratwurst und Brot zurechtschnitzen und Feuer machen hatten



Zwei Wochen Paddelspaß in und auf einem Auto...

Kopfsprünge in kristallklare Seen nach dem Paddeln bewahrten uns vor fiesen Körpergerüchen. Verunsicherungen beim Zelten in der Wildnis gab es lediglich bei Paul. Er hatte gleich am ersten Tag unserer Reise gehört, dass es in Norwegen Bären gibt und war deshalb dankbar, das die Chance, gefressen zu werden bei weniger als

wir uns das fürstliche Mahl direkt am Fluss eindeutig verdient. Die Tatsache, dass man in Norwegen wild campen darf solange man den Platz sauber und unbeschadet wieder verlässt nutzten wir während des ganzen Urlaubs ausgiebig. Eiskalte Flussduschen am Morgen und

20 Prozent lag; schließlich waren wir zu siebt.

Die Aussicht auf eine Fahrt über die Trollstiegen zog uns schließlich weiter in den Norden nach More og Romsdal. Hier lockt unter anderem die Rauma mit den „Little Huka Falls“, benannt nach den wesentlich größeren Wasserfällen in Neuseeland. Ich finde im Tal um die Rauma, kann man die Anwesenheit der vielen Norwegischen Trolle am besten spüren. Wenn man nicht aufpasst spielen sie einem fiese Streiche. Lassen einen stolpern oder klauen das wichtige Taschenmesser. Besonders ärgert sie, wenn jemand ohne Vorwarnung heißes Wasser auf den Boden schüttet. Wir ergriffen sämtliche Vorsichtsmaßnahmen und beglückten beim Nudelwasserabschütten regelmäßig den Rest der Gruppe mit einem lauten „Achtung, hier kommt heißes Wasser“.

In Sor Trondelag, dem Landesteil mit den größten Landwirtschaftsflächen, begegneten wir dann einer weiteren Norwegischen Spezies: freilaufende, laut bimmelnde Jungbullen, die sich wahnsinnig für Abendessende Paddlerrunden interessieren. Nach anfänglichem Misstrauen wurden sowohl wir als auch die Jungbullen ruhiger und warfen uns freundliche Blicke zu bevor die Tiere weiterzogen in ihren Stall. Am nächsten Morgen wurden wir von erneuten Glockenklängen geweckt. Doch diesmal schlichen nicht die Jungbullen, sondern einige Schafe belustigt um unsere Zelte herum.



Unsere letzte Station war die Umgebung um Sjoa im Landesteil Oppland. Neben türkisem Wuchtwasser erwartete uns der erste Regentag des Urlaubs. Kaum zu glauben, aber wir hatten im hohen Norden eindeutig besseres Wetter als während der Zeit hier zu Hause. Die Sonnenstrahlen reichten für kurze Hosen, Schwimmeinlagen im See und einen Sonnenbrand auf der

Nasenspitze. Meine Gummistiefel, die ich nach einem verregneten Norwegenurlaub vor zwei Jahren wohlweislich eingepackt habe, hüteten meist das Auto. Aber ein Regentag auf der Sjoa ist ebenfalls ein guter Tag. Schließlich wird man sowieso nass. Und für gute Laune sorgten nicht zuletzt die vielen Farben unserer Boote und Ausrüstung. So bot sich auf der Sjoa dem jeweils letzten Fahrer unserer Gruppe stets das Bild von vielen bunten Smarties, die über die Wellen hüpfen.

Mittlerweile bin ich wieder in Heidelberg angekommen und auch die miefigen Paddelsachen liegen wieder duftend im Schrank. Aber am liebsten würde ich schon morgen wieder in den Norden fahren.



EIN TROMMELWIRBEL FÜR EINEN GELUNGENEN DRACHENBOOT-CUP!

>> VON MARION MÜLLER VOM BERGE

Zum sechsten Mal stellte der WSC einen tollen Heidelberger Drachenboot-Cup auf die Beine: über 40 Drachenbootmannschaften und mehrere tausend Zuschauer kamen am 23. Juli extra für die mittlerweile traditionelle Regatta ins Neckarvorland. Und somit konnte der Wettkampf seine Rolle als eine der größten Sportveranstaltungen Heidelbergs bestens behaupten.

Obwohl die Wettervorhersage es auch in diesem Jahr nicht gut mit uns meinte – prophezeit wurden Bindfadenregen und Herbsttemperaturen – hatten wir wieder einmal eine ordentliche Portion Glück, Sonne und 20 Grad. Vielleicht ist es ja der

Zauber der alten chinesischen Tradition von Drachenbootwettkämpfen, der uns doch



Tausende von Besuchern gab es auch in diesem Jahr wieder...

immer wieder einen sonnigen Drachenboot-Cup beschert. Die Rennen gingen wie in jedem Jahr bis zum Abend und wurden

gespannt verfolgt. Und nebenbei erwartete die vielen Besucher ein tolles Rahmenprogramm. Dank dem Engagement vom Sportkreis Heidelberg gab es Kicker, Tischtennisplatte und Hüpfburg.

„Are you ready? Attention...Go...“ hieß es vor jedem Start. Und dann durchpflügten vier Boote

den Neckar, bewegt durch 18 Paddel, die im Takt der Trommeln ins Wasser tauchten. 250 Meter lang war die Rennstrecke und nicht selten wurden den Zuschauern



... und nochmal alle Jahre wieder: der Performance-Preis ging mal wieder an die Kirchheimer Jungs und Mädels.

auf dieser Strecke spannende Verfolgungsjagden geboten. Am Ende des Tages standen die Gewinner fest: Im Fun Mix Rennen (hier paddeln in jedem Boot mindestens sechs Damen mit) siegten die „Rheinauer Hafendrachten“. Den ersten Platz im Fun Open Rennen (hier spielt der Anteil paddelnder Damen im Boot keine Rolle) sicherte sich das „Team Gauch“. Für Sieger und Platzierte gab es Pokale, Trinkflaschen, Handtücher, Regenschirme und Sportgetränke. Über einen ganz besonderen Preis konnte sich das Team „Zirkus Kerche“ freuen: Ein Drache gefüllt mit zahlreichen Gaumenfreuden. Das

lebenslustige Team aus Heidelberg-Kirchheim heimste schon zum dritten Mal den Performance-Preis ein. In diesem Jahr besuchten die Jungs und Mädels den Drachenboot-Cup als Zirkus und sorgten für heitere Stimmung in der Wettkampfmanege und später auch auf der abendlichen Party im WSC-Bootshaus. Die

war ein voller Erfolg.

Schließlich hatten sich die WSCler das Feiern redlich verdient, denn für unseren Verein bedeutet der Drachenboot-Cup in jedem Jahr eine Menge Spaß, aber auch eine

Menge Arbeit. Da müssen Drachenboote von befreundeten Vereinen in Heilbronn, Mannheim und Koblenz abgeholt werden. Auf der Neckarwiese muss das Festzelt aufgebaut werden. Unzählige Helfer betreuen Start, Ziel, Kuchenverkauf, Grill und Spülmobil. Jeder schuftet 20 bis 30 Stunden, damit der Wettkampf jedes Jahr wieder ein voller Erfolg wird. Aber wie gesagt: eine Menge Spaß war bisher in jedem Jahr dabei. Und wenn die WSCler am Sonntagabend nach dem Drachenboot-Cup todmüde ins Bett fallen, dann freuen sie sich jedes Mal auch schon ein bisschen aufs nächste Jahr!



STEH DOCH MAL AUF! DENN ES GIBT JETZT SUP – STAND UP PADDELN IN HEIDELBERG

>>VON CHRISTINA ANTJE FRIEDRICH

Seit Juni 2011 bietet SUP Deltasurfing in Kooperation mit dem WSC Kurse im ‚Stand Up Paddeling‘ (SUP) an. Das Erfolgserlebnis ist dabei garantiert: SUP kann jeder lernen! Die Sportart ist in Europa noch recht jung und vereint Funsport und Naturerlebnis mit einem perfekten Body Workout. Spielend gleitet man in entspannten Paddelzügen über die Wasseroberfläche oder holt zu herausfordernden ‚Turns‘ (Wendemanöver mit dem Brett) aus.

Im Testcenter, das regelmäßig am Neckar aufgebaut wird können Klein und Groß aber

nicht nur eine neue Sportart kennenlernen: auch erfahrener Wassersportler haben die Möglichkeit, Ihr sportliches Spektrum zu erweitern und diverse Boards der Marke „Naish“ zu testen oder sogar zu kaufen.

Ob Familie, Trainingspartner, Freunde, Paar oder Rentner, ...das Team von SUP Deltasurfing führt jeden ins Stand Up Paddeln ein. Schließlich ist SUP ein toller Sport für die Gemeinschaft! Ganz gleich, ob man die sportliche Herausforderung sucht oder einfach nur durch die Natur gleiten möchte, mit dem SUP unterwegs zu sein, bedeutet Fitness, Wellness und Fun in

einem. Das Touren über Seen und Flüsse eröffnet zudem ganz neue Perspektiven auf Natur und Umwelt!

Die Basics

SUP ist die Abkürzung für Stand-Up-Paddeln und bezeichnet eine Sportart, bei der man sich auf einem Surfbrett stehend mit einem Stechpaddel übers Wasser bewegt. Egal ob auf Seen, Flüssen oder im Meer, Stand-Up-Paddeln funktioniert auf jedem Wasser, denn man ist weder auf Wind noch auf Wellen angewiesen. Dennoch lassen sich mit einem SUP-Board auch Wellen surfen. Das funktioniert sogar besonders gut. In unseren heimischen Gefilden eignet sich die trendige Sportart aber am besten zum gemütlichen ‚Cruisen‘, zum Üben von ‚Turns‘, als auch für schnelles ‚Racen‘ (Rennpaddeln).

Die Faszination

Einmal „gesUPed“ und man kann es nicht mehr lassen! Nicht bloß aufgrund des schnellen Erfolgserlebnisses (SUP erlernt sich sofort beim ersten Versuch) stellt das Stand-Up-Paddeln eine so begehrte Sportart dar. SUP ist Funsport, Workout und Naturerlebnis und zwar für alle. Vom Kleinkind bis zum Großvater kann sich hier jeder wiederfinden. SUP ist ein perfektes Workout für den gesamten Körper. Von der Zehenspitze bis zu den Schultern wird die gesamte Muskulatur auf ideale Weise trainiert. SUP ist eine tolle Fortbewegungsart, um die Natur zu erkunden. In erhabenem Stand über das Wasser gleitend, erlebt sich die Umgebung vollkommen anders. Auch im übertragenen Sinn werden durch das SUP völlig neue Perspektiven erschlossen. SUP ist



Auch unseren Vereinskameraden Stefan Saal hat das SUP-Fieber gepackt: hier sieht man ihn bei einem ‚Turn‘.

Gemeinschaft, denn vor allem mit Familie und Freunden paddelt es sich am schönsten. SUP ist Entspannung. Oder wobei könnte man besser abschalten, als beim sanften Gleiten über einen spiegelglatten See? SUP ist wandelbar! Yoga oder Pilates auf dem Board? Rasante Wildwassertouren oder Golfabschläge vom Wasser aus, ... die Möglichkeiten, die ein schwimmendes Board mit sich bringt, sind unzählbar.

Die Hintergründe

Das Stand-Up-Paddeln kommt ursprünglich von den polynesischen Inseln. Fischer vor der Insel Tahiti bewegten sich so schon vor langer Zeit in Kanus stehend fort. Auf Hawaii diente das SUP später Surflehrern, die durch die exponierte, stehende Haltung einen besseren Überblick über ihre Schüler hatten und natürlich auch bis heute noch haben. Denn nicht bloß auf Hawaii ist SUP heute eine angesagte und vollkommen alltägliche Sportart. Vorreiter in der Entwicklung des Sports waren übrigens der hawaiianische „Big Wave“-Surfer Laird Hamilton und der kalifornische, mehrfache Windsurfweltmeister Robby Naish - zwei echte Ikonen des Wassersports. Die rasante

Entwicklung des SUP-Sports ist außergewöhnlich. Anfangs nur am Meer ausgeübt, erobert die Trendsportart heute weltweit auch Binnengewässer. Schon seit 2005 gibt es ununterbrochen keine Sportart

mehr, die so schnell wächst wie das Stand-Up-Paddeln. In der Vergangenheit ist diese Entwicklung nur mit dem Windsurfboom der 1980er Jahre vergleichbar.

Wann und wo kann ich SUP endlich ausprobieren?

Das Naish SUP Testcenter erwartet Dich jeden Sonntag auf der Neckarwiese vor unserem Bootshaus. Ein Schnupperkurs kostet 10€/20min. und Anfängerkurse gibt es für 50€/1,5Std. (inklusive Board, Paddel & Softdrinks). Max. Teilnehmerzahl: 5 Personen.

Du willst mehr wissen? Alle Fragen beantwortet dir Florian Steiner unter 0151 2294 64 86 oder der Mailadresse: info@sup-deltasurfing.de

Auf der Facebookseite <http://www.facebook.com/SUPDeltasurfing> werden übrigens immer die neusten Termine angekündigt. Hier kann man auch Fragen zum Stand-Up-Paddeln stellen, Trainings-Tipps lesen oder Fotos und Videos angucken, denn einige Boards sind sogar mit Videokameras ausgestattet.

Du willst noch mehr SUP? SUP Deltasurfing bietet in Zukunft auch Kurse und Touren über viele Seen und Flüsse im ganzen Delta an, denn in der Region Mannheim/Heidelberg/Schwetzingen gibt es viel zu erkunden, vor allem vom Wasser aus! Auch Familienausflüge und Kindergeburtstage lassen sich prima stehend auf dem Wasser verbringen! In Planung sind übrigens auch Pilates- und Yogakurse auf dem Wasser. Ein Erlebnis der ganz besonderen Art! Durch den zusätzlichen Balance-Akt auf dem schwimmenden Brett werden Übungen intensiviert und der Gleichgewichtssinn gleich doppelt gefördert. Das umgebende Element Wasser aktiviert die Sinne und lädt zu tiefen Meditationen ein. Außerdem entwickelt SUP Deltasurfing gerade eine „Surfklinik“, in der z.B. Menschen, die ein Bein verloren haben, einen ganz neuen und abwechslungsreichen Sport betreiben können.



WAS SONST NOCH WAR...

>> JUGENDFEIER IM WSC

Am 14. Mai fand die diesjährige Jugendfeier auf unserer Vereinswiese in Kleingemünd statt. Bei Lagerfeuer und Grillgut wurde bis spät in den Abend ausgiebig gequatscht und gelacht. Einige Jugendliche nutzten die Gelegenheit für eine Nacht im Zelt und dank des guten Wetters überstand die junge Generation des WSC das Fest ohne nasse Füße.

////////////////////////////////////

>> EIN UNFREIWILLIGER QUADRATHLON BEIM KANUTRIATHLON

Beim Kelheimer Kanutriathlon über 4,5 km Laufen, 12 km MTB und 4 km Kajak belegte Stefan Teichert den dritten Platz. Beim Laufen musste er noch etwas zurückstecken, aber auf dem Rad rückte er aufs Podium auf, das beim Paddeln auf der Donau entschieden werden sollte. Das gestaltete sich jedoch durch die starke Strömung schwierig. Stefan konnte sich



bis kurz vor dem Ziel an den Zweiten Florian Kapfer heranzuarbeiten. Beim Schlussspurt mit einer engen Linie in der letzten Kurve unterschätzte er jedoch das Kerrwasser und erweiterte so den Kanutriathlon um eine Disziplin: Stefan schwamm über die Ziellinie.

////////////////////////////////////

>> UND NOCH EINMAL STEFAN TEICHERT: VIERTER BEI DEN SLOWAKISCHEN MEISTERSCHAFTEN UND FÜNFTER BEI DER QUADRATHLON WELTMEISTERSCHAFT

Anfang August wurden in Šamorín nahe Bratislava die offenen slowakischen Meisterschaften im Quadrathlon ausgetragen. Stefan Teichert ließ sich das Rennen nicht entgehen und startete auf der Strecke von 850 m Schwimmen, 4 km Kajak, 15 km Rad und 4 km Laufen. Nach dem Schwimmen konnte er als Erster das Wasser verlassen, doch beim Paddeln musste er einige der starken slowakischen Kanuten vorbei ziehen lassen. Das Blatt wendete sich beim Radfahren: hier war Teichert wieder an der Spitze. Nach einem spannenden Lauf musste sich Stefan mit dem vierten Platz zufrieden geben, was ihn jedoch keinesfalls betrückte. Schließlich stand bereits ein Wochenende später die Quadrathlon Weltmeisterschaft in Sedlcany (Tschechische Republik) an. Stefans Stärke wieder das Schwimmen (1,5 km): er kam nur ein paar Sekunden hinter dem Ersten aus dem Wasser. Auch Paddeln (8 km) und Radfahren (40 km) liefen klasse, danach lag er an dritter Stelle. 10 km im Laufschrift kosteten ihn den Platz auf dem Treppchen leider. Egal – wir beglückwünschen ihn herzlich zu diesem fünften Platz bei der Weltmeisterschaft!

DAK

Unternehmen Leben



Gesund leben. Doppelt profitieren.
www.dak.de/probalance

Besuchen Sie uns einfach persönlich oder beim Drachenbootcup in Heidelberg am 23.07.2011:

DAK-Heidelberg • Adenauerplatz 6 • 69115 Heidelberg

Tel.: 06221 718160 • Fax: 06221 71816-7030 • E-Mail: Service743500@dak.de

KONTAKT

VORSTAND

1. VORSITZENDER	>>JENS BASLER	>> (0 62 21) 72 93 507
2. VORSITZENDER	>>JAN SCHLEGEL	>> 01 73 30 58 974
KASSENWART	>>ANDREAS BRODKORB	>> (0 62 21) 78 33 44
SPORTWARTE	>>JANNIK HALLENBERGER	>> 01 52 29 52 76 41
	>>SABRINA SCHECHER	>> 0 1 51 10 41 36 11
JUGENDWARTINNEN	>>DENISE STRÜNING	>> (0 62 24) 99 45 80
	>>VERENA SPERING	>> (0 62 21) 47 57 74
SCHRIFTWARTIN	>>MARION MÜLLER VOM BERGE	>> 01 76 63 32 28 92
DRACHENBOOTWART	>>JOHANNES MÜHL	>> (0 62 21) 83 36 25
BOOTSHAUSWART	>>STEFAN SAAL	>> 01 73 65 61 962
WIESENWART	>>VOLKER BOYNE	

ERWEITERTER VORSTAND

BUSWART	>>ERIC LANGER	>> 01 76 23 70 77 66
ÖKOLOGIEBEAUFTRAGTER	>>ECKHARD BEHRENS	>> (0 62 219 47 42 97
GETRÄNKEWARTIN	>>LAURA NEUTARD	>> (0 62 24) 83 02 7

WASSERSPORTCLUB 1931 HEIDELBERG – NEUENHEIM e.V.

UFERSTRASSE 3, 69120 HEIDELBERG

SPARKASSE HEIDELBERG

TEL: (0 62 21) 40 98 54

BLZ: 672 500 20

E-MAIL: wsc-hd@gmx.de

KTO: 287 70

www.wsc-heidelberg.de