

BAMBERGER FALTBOOT-CLUB E.V.
IM DEUTSCHEN KANU-VERBAND · MITGLIED DES BKV UND BLSV
Weidendamm 150 · 96047 Bamberg

Bamberger PaddelBlatt
Ausgabe 8 Juli - August 2010



BFC - der vielseitige Verein rund um den Kanusport

Kurse und Training für Klein und Groß
im Kajak und Canadier
für Breitensport und Leistungssport



mit Sonderseiten "Vielseitige Kanukurse des BFC"

In dieser Ausgabe zu lesen:

Nachlese Kanuslalom im Weltkulturerbe	3
Wildwasserwoche der Feierabendgruppe	6
Wildwasser in Frankreich	13
Trainingslager der Slalomfahrer in Frankreich (Bilder)	17
Slalomkanuten auf Abwegen	18
Wichtige Adressen und Telefonnummern des BFC	20
Sonderseiten "Vielseitige Kanukurse des BFC"	21-24
Veranstaltungen und Termine	25
Immer wenn es um's liebe Geld geht...	26
Einladung Außerordentliche Hauptversammlung	27
Kanuslalom in der Landesgartenschau - geht das?	28
Teamgeist bei Drachenbootfahrt gestärkt	30
Seniorentreff	32
Deutsche Schülermeisterschaft Kanuslalom 2010	32
Canadier-A-Kurs	37
Aus dem Nähkästchen geplaudert	41
"Klettermaxe und Seiltänzerin"	42
"Sport, Spiel und Spaß"	43

Ich bitte dringend um Rückmeldung, wenn das Bamberger PaddelBlatt nicht pünktlich und zuverlässig zugestellt wird.

In aller Regel muss es zu Beginn der geraden Kalendermonate vorliegen!

Karin Neubauer

Fotos Titelbild: Karin Neubauer, Stefan Leimeister

Nachlese Kanuslalom im Weltkulturerbe

Geburtsstunde einer neuen Kanuslalom-Disziplin?

Obwohl es noch nichts Neues von der Bamberger Welle gibt, hat sich der Bamberger Faltboot-Club entschlossen, wieder einen Wettbewerb in Bamberg anzubieten.

Mit einem attraktiven Rahmenprogramm wollten die Verantwortlichen nicht nur Zuschauer- und Medieninteresse wecken, sondern auch Politiker, Wirtschaftsvertreter und weitere einflussreiche Persönlichkeiten „mit ins Boot holen“.

BKV-Präsident gewinnt Promi-Rennen

Prominente wurden von erfolgreichen Slalomkanuten, darunter auch Nationalkaderfahrer in Topo-Duos durch den Stangenwald gefahren. BKV-Präsident Gerd Mietusch war wohl der Einzige unter den Prominenten, die Paddelerfahrung hatten. Dies nutzte er mit seinem Hintermann Daniel Junker aus und gewann vor dem Duo Gary L. Rosenberg (Standortkommandeur der US Army) mit Uwe Eichfelder und Stefanie Endres (Marketingchefin der Sparkasse Bamberg) mit Achim Koppold.

Slalom-Cross bei Nacht als erster Höhepunkt

Bereits am Freitagabend wartete ein Leckerbissen - vielleicht sogar ein historisches Ereignis?! - auf die Kanuten: der erste Bamberger Kanuslalom-Cross!

Während der Planungen zum Kanuslalom im Weltkulturerbe hatten die Verantwortlichen überlegt, wie der Bamberger Nachtslalom „aufgepeppt“ werden könnte, um ihn für Fahrer und Zuschauer attraktiver zu machen. Für einen Parallelslalom war die Strecke nicht geeignet, aber Uwe Eichfelder entwickelte diese Idee weiter und die neue Kanuslalom-Disziplin „Slalom-Cross“ war geboren. Vier Sportler starten zeitgleich auf die Slalomstrecke, es darf überholt und behindert werden, wobei Fairness oberste Priorität hat. Die Strecke wurde so gehängt, dass ein Tor doppelt vorhanden war und so eine Alternativroute zur Verfügung stand. Regeländerungen bewirkten, dass ein Tor sogar rollend befahren werden musste bzw. dies eindeutig die schnellere Variante war. Für Zuschauer ein absolut attraktiver Wettbewerb, konnte doch immer sofort erkannt werden, wer die zwei Ersten im Ziel waren und wer sich somit für den nächsten Heat qualifiziert hatte.

Die Bamberger rückten diesen Wettbewerb zusätzlich noch in ein besonderes Licht: Torstäbe, Fahrer und Boote wurden mit farbigen Knicklichtern beleuchtet, die Strecke war in Flutlicht getaucht - und das vor der Kulisse des Alten Rathauses im Herzen des Bamberger Weltkulturerbes!

Ein Schankerl, das überraschend viele Zuschauer genossen, obwohl das Wetter recht ungemütlich und kalt war.



...Ihr starkes Team
rund ums BAD !



sanitär ♦ technik

ferdinand-tietz-str. 12
9 6 0 5 2 b a m b e r g

tel. 09 51/30 93 050
fax 09 51/30 93 051

In den ersten Durchgängen agierten die Sportler noch etwas zurückhaltend, spätestens ab den Halbfinals ging es dann aber richtig zur Sache. Bereits am Start wurde um die beste Ausgangsposition gerungen, die angekündigten spektakulären Überholmanöver waren tatsächlich zu sehen. Wer letztendlich als Sieger hervorging, war - so hatte ich den Eindruck - eher Nebensache. „Dabei sein“ bei der Premiere einer modernen Kanuslalom-Disziplin oder zumindest bei einem besonderen Rahmenrennen, war genug. Letztendlich waren die Erwartungen der Organisationen und Kanuten vollständig erfüllt und alle hoffen auf eine Neuaufgabe 2011.

Reibungsloser Ablauf der Kanuslalom-Bewerbe

Die Kanuslalom-Wettbewerbe am Samstag und Sonntag mit Läufen zur Bayerischen Meisterschaft waren mit jeweils rund 100 Sportlern gut besucht. Die vielen Besucher in Bambergs Altstadt sorgten immer für volle Zuschauerplätze und damit für ein unvergleichbares Flair.

„Sonst sind wir immer irgendwo außerhalb der Stadt, wo wirklich nur Kanuslalom-Begeisterte hinfinden“, so eine Betreuerin aus Rosenheim, „hier war eine tolle Atmosphäre, es war wie Urlaub am Wochenende!“.

Solche positiven Rückmeldungen sind Balsam auf den Nerven der Verantwortlichen, die zugegebenermaßen schon einiges an Lehrgeld bezahlt haben. Waren doch im Organisations-Team überwiegend neue Mitarbeiter, die den Kanuslalom im Weltkulturerbe „Rund um das Alte Rathaus“ zudem mit Rahmenrennen, Infopavillon und Pastaparty um einige Programmpunkte erweitert

hatten. Die Mühen der vielen Helfer sorgten aber für einen reibungslosen Ablauf der Wettkämpfe.

Und die Bamberger Welle? „Bamberg und sein Kanuslalom brauchen die Welle wieder!“, so der BKV-Präsident, der Bamberger Gerd Mietusch bei der Siegerehrung zu Oberbürgermeister Andreas Starke, Staatssekretärin Melanie Huml, BFC-Vorsitzenden Michael Steber und alle Sportler. „Der Sportstadt Bamberg fehlt nun schon seit Jahren ein Juwel, um das sie immer beneidet wurde und der aufstrebenden Kanuslalom-Mannschaft des BFC fehlt eine wichtige Trainingsmöglichkeit.“

Der BFC wird aber auch weiterhin an allen möglichen Stellen dafür kämpfen, dass die Bamberger Welle wieder fahrbar wird und auch wieder ein Kanuslalom auf der vollständigen Strecke gefahren werden kann - auch die Wildwasser- und Rodeofahrer in ganz Deutschland würden sich freuen und sicherlich gerne wieder zum Training und zu Wettkämpfen nach Bamberg kommen.

nk

mehr Informationen und Bilder auf www.faltbootclub.de und www.bfc-slalom.de

Eindrucksvolle Ergebnisse der BFC-Kanuten!

		Samstag	Sonntag
C2 Herren	Rieger/Eichfelder	1.	1.
C2 Jugend	Merklein/Meyer	1.	1.
K1 Schüler A w	Teresa Merklein	1.	2.
K1 Schüler A m	Mario Meyer	1.	2.
	Joshua Ott	6.	7.
K1 Schüler B m	Sven Neubauer	6.	8.
K1 Jugend m	Felix Merklein	1.	1.
	Christoph Pfannenmüller	2.	2.
K1 Junioren m	Dominick Barber	2.	1.
K1 Herren C	Hans-Karl Weiß	1.	kein Lauf
K1 Herren LK 2	Jesko Rieger	1.	1.
K1 Herren LK 1	Uwe Eichfelder	3.	2.
Mannschaft Schüler	Merklein/Meyer/Ott	1.	
Mannschaft Jug/Jun	Merklein/Barber/Pfannenmüller	1.	
Mannschaft Herren	Rieger/Weiß/Eichfelder	1.	



Wellen auf dem Friedhofsschlucker und grinsende Riesen am Lagerfeuer

Die Wildwasserwoche 2010 der Feierabendgruppe an der Soca

„Hast Du mal nach dem Wetter geguckt - die melden Schnee...!!!“ Kati hat große Augen ob der Flockensymbole und der knackigen Minus-Temperaturen im Internet-Wetterbericht. Und dies zu Pfingsten... Gerhard und ich denken schon über „Plan B“ nach, als das Wetter es sich dann doch anders überlegt und uns hoch und heilig verspricht, warm zu werden. Auch will sich der Regen auf wenige Stunden reduzieren...

Und so reist am Samstag 29.05.2010 eine Karawane mit zahllosen Booten und Gepäck schwer beladener Kombis quer durch Österreich über viele Berge nach Slowenien, zu unserem beliebten Camp Liza. Wir, das sind heuer:

Marion und Stefan Leimeister, Norbert Sperlein, Norbert „Nobsi“ Zimmermann, Martin Gebert, Regine Prem mit Mia, Edda und Gerhard Loch mit Kim, Marc und Hund Larry sowie Thomas „Schumi“ Schumm. Am Sonntag kommen dann noch einen Tag verspätet Pamela „Pam“ Barnickel, Katrin „Kati“ Steinmetzer, sowie Lizzi (die am Samstag leider noch Arbeiten musste) und Harald Thiele mit Flo nach.

Natürlich ist man ja zum Paddeln hier, und so kann auch ein bisschen schlechtes Wetter am Sonntag die Laune nicht vermiesen. Bei Regen und einem Nebel wie im Amazonasbecken wird von der Vorhut im Blindflug eine erste Erkundungstour auf leichtem aber wildem Wasser durchgeführt. Während dieser Zeit zuckeln wir Thieles bei strahlendem Sonnenschein mit unserem Anhängerchen sowie mit Sprechfunkverbindung ins Auto von Kati, zügig über die Autobahn. Schnell noch über den Predil, und schon sind auch wir ...im Regen und bauen unsere Zelte auf.

Am Montag früh ... regnet es. Ein kurzes und heftiges Gewitter nach dem Frühstück baut mir schnell mal eben und ohne mein Zutun das Vorzelt vom Wohnwagen ab.



Wegen der dürftigen Temperaturen wollen wir erst mal die kühlen Gräten aufwärmen. Es wird daher eine Wanderung beschlossen. Im aufkommenden Nordföhn marschieren wir bei zunehmendem Sonnenschein und „kräftig Wind von ganz schräch fone“ hoch zur Socaquelle. Der Wanderweg geht bald in einen Pfad über, der als Klettersteig beim Quellbecken endet. Jetzt wissen wir endlich, wo all dieses tolle smaragdgrüne Wasser herkommt! Und gut wie das zu unserer Brotzeit schmeckt!

Jetzt wo die Sonne scheint, müssen wir am Nachmittag doch unbedingt noch mal schnell auf den Bach. Also hurtig die Boote an die Einstiege getragen und los geht es auf der Soca: Locker schaukeln wir in der Abendsonne von Kehrwasser zu Kehrwasser. Mia nimmt Flo ins Schlepptau und verpasst ihm gleich eine erste

Lektion „Kajakfahren im Wildwasser“ für Fortgeschrittene. Im Schlusskatarakt vor Cezsoca bekommen ein paar noch mal ganz große Augen: „Sooooo hohe Wellen sind wir heute gefahren!“ Bald holen uns unsere Shuttlebunnies „Heim“ zum Duschen und Abendessen.

Für den Dienstag ist eine „Familientour“ angesagt. Nachdem die Logistik geklärt ist, booten die meisten wieder an den Campingplätzen ein. Regine verpasst Gerhard ein Vollbad, als sie den gemeinsamen großen Canadier in die Walze zieht. Lizzi, Marc und ich fahren schnell mit dem Auto rüber zum Prijoncenter, um den Bugpaddlern eine Vollwäsche in den hohen Wellen zu ersparen. Bald holen uns die anderen auf dem Fluss ein und es geht auch für uns los. Marc steigt zu Gerhard ins Kanu, Regine nimmt dafür ihr eigenes Kajak, und Lizzi traut sich mit mir in unseren Topoduo. Die Sonne lacht, wir grinsen zurück: In leichtem Wildwasser paddeln wir an schneebedeckten Bergen und dem Boca-Wasserfall vorbei. Marc schaukelt als Bugpaddler den Canadier ganz doll und freut sich über die Monsterwellen. Bei der Pegelbrücke Log Cezsoksi (fragt mich bitte nicht wie man das alles korrekt ausspricht - wir haben uns jedenfalls verstanden) gibt es einen kleinen Imbiss. Bald ist Srpenica I erreicht. Hier verlassen uns Marc und Lizzi. Dafür steigt Regine wieder als Frontfrau zu Gerhard in den Canadier um und Martin kommt zu mir vorne in den Topoduo: Hei, was mit diesem Teil alles möglich ist, wenn noch ein erfahrener Paddler mit im Boot sitzt!! Wir lassen kein Kehrwasser aus. In einer dicken Surfwellen wird der Martin plötzlich immer kleiner, während ich hinten immer höher ausgehebelt werde. Klar - eine Kerze ist was



Marco Kuhlmann

Karlstraße 11

95233 Helmbrechts

09252/7208

0171/4763745

webmaster@marcos-kanuladen.de



anderes, aber das Gefühl ist schon einmalig. Wir grinsen um die Wette...(Bild 9) Viel zu schnell ist der Ausstieg bei Srpenica II erreicht, wo wir alle noch mal schnell in die Friedhofsstrecke reinspitzen. Auf den Felsen der Ausstiegstelle sitzen schon Lizzi und Marc und warten auf uns. Und weil das mit dem Doppeltopo bis hierher gar so gut geklappt hat, fordert die Meute nun im Chor von uns: „Rollen, rol-len, rol-len!!“ Na den Gefallen tun wir Euch doch gerne (auch wenn ich vorher nicht so vom Erfolg dieser Aktion überzeugt war). Nach zwei erfrischenden und absolut synchronen Eskimo-Rollen wuchten wir dann die Kajaks den Berg hoch zur Straße. Nach dem Abendessen heizt uns der Norbert am Lagerfeuer noch so richtig ein. Dazu gibt es ein wenig Musik, von Hand gemacht.

Um die Eindrücke der letzten Tage noch etwas zu steigern beschließen wir für den Mittwoch an der dritten Klamm einzubooten und zurück zum Campingplatz zu Paddeln. Damit am so genannten „Frauenschlucker“ nichts passiert teilen wir die Gruppe in zwei Hälften. Somit haben wir die Damen besser im Blick. Und



tatsächlich geht alles gut. Scheinbar schläft der Schlucker noch oder ist anderweitig befriedigt. Bald sind wir auch schon am Ausstieg. Nach diesem Warm'n'up setzen wir uns nach Kluzen zur Koritnika. Dort zieht die Schwierigkeit noch mal eine halbe Umdrehung an. Daher fahren wir auch hier in zwei Gruppen. Im Treppenhaus vor der engen Klamm verlieren Marion und Nobsi unabhängig von einander das Gleichgewicht und nehmen ein Bad. Während Nobsi samt Paddel noch das Kehrwasser bekommt und nun seinem Boot hinterher sprinten

muss, darf Marion die Klamm im Ganzen durchschwimmen. Martin sammelt in aller Seelenruhe am Ende der Klamm Mensch und Material wieder ein, und weiter geht es. Zum Glück ohne weiteren Schwimmer. Der Bach hat wegen des niedrigen Pegels heuer recht viele Steine. Nur auf der letzten Rippe des Schlusskataraktes zwiebelt es Nobsi noch mal gewaltig. Aber geschafft ist geschafft, und unser „Erstbefahrer-Ritual“ ist Euch sicher! Davor schützt auch Duschen nicht, gelle Mia?

Gerhard, für dessen Canadier die Koritnika wegen Wassermangel diesmal nicht so geeignet ist, verbringt den Tag mit der Familie bei einem Ausflug zum Kozjak-Wasserfall bei Kobarit. Als dann am Abend alle in der Dusche den Neoprengeruch abgelegt haben fahren wir nach Cal Koritnika zum Abendessen. Im dortigen Nobelrestaurant gibt es neben Calamaris und Forelle auch lecker Salat, Gnocchi und verschiedene Schnitzel. Echt empfehlenswert! Wieder am Camp treibt uns der Regen in die Zelte bzw. unter Norberts kunstvoll aufgebautes Tarp.

Für den Donnerstag beschließen wir, wegen der nun doch schon recht langen Arme, einen „Ruhetag“ zu verordnen. Spontan finden sich einige, die eine Wanderung zum Boca Wasserfall mitgehen wollen. Gleich nach dem Einstieg in die Tour fängt Regine sich einen Ohrwurm oder irgendein anderes lichtscheues Propellerdingens in der Ohrmuschel ein, das trotz intensiver Bemühungen von

HOTEL GARNI
AM BRAUEREI-DREIECK



**ERSTES BAMBERGER
NICHTRAUCHERHOTEL**

Hotel Am Brauerei-Dreieck
Holzgartenstr. 12
96050 Bamberg
Tel.: 0951-3018100
Internet: hotel-am-brauerei-dreieck.de

Martin und Schwester Elisabeth nicht wieder ans Tageslicht zurück möchte und stattdessen brummt wie verrückt. Aber irgendwann ist dann doch Ruhe...

Was als ganz harmlose Wanderung beginnt, wird bald eine anstrengende Tour mit alpinem Charakter. Nach etlichen Höhenmetern bleibt eine Gruppe nach dem Mittagsimbiss zurück. Nur noch eine kleine Mannschaft steigt durch dichten Wald weiter auf bis über die Abrisskante des Wasserfalles. Als der Weg sich dann wieder abwärts führt um endlich zur Boca zu kommen, beginnt es zu Regnen. Wir brechen aus Sicherheitsgründen die Tour ab, ohne einen schönen Blick auf den Wasserfall gehabt zu haben. Aber für Experimente ist der Weg eben dann doch zu steil und bei Nässe auch recht seifig. „C'est la vie ...“ Als Ausgleich dafür gehen wir dafür noch mal Paddeln und „machen“ die Strecke von der 3. Klamm bis Cezsoca. Soviel zum Thema Ruhetag... Dafür werden abends am Feuer neue Abschnitte auf der Soca gefunden: Die „Todesstrecke“ rund um den „Friedhofsschlucker“ - wo auch immer das sein soll.

Für den Freitag haben wir uns dann tatsächlich die „Friedhofstrecke“ vorgenommen. Zum Warmpaddeln steigen wir in Log Cezsoski an der Pegelbrücke ein. Bis Srpenica I sind wir gut drauf, bis Srpenica II dann richtig im Element. Und so trauen sich Martin, Gerhard, Pam, Kati, Mia, Regine und ich durch die schöne



Schlucht. Gleich im Einstiegsatarakt merken wir, dass es hier schon etwas anders ab geht. Trotz (oder eben wegen) einem Pegel knapp um Mittelwasser „pfeift“ die Strömung nur so zwischen den Felsen durch. Mit Bedacht hangeln wir uns von Kehrwasser zu Kehrwasser. Ich hätte ja im Vorfeld der Fahrt nie gedacht, dass wir da mit mehr als drei Booten fahren würden. Aber „unsere Mädels“ haben sich in den letzten Tagen so toll gesteigert, dass wir sie bedenkenlos mitnehmen können. Bis auf einen „Roller“ von mir und einen „Schwumm“ von Kati geht alles gut. Halt nee: Der Gerhard musste seinen Canadier auch mal „ausleeren“. Den „Schwumm“ von Regine am Ausstieg zählen wir hier schon fast nicht mehr - der wird nur auf die Kentermaßen angerechnet, die wir abends am Lagerfeuer vernichten.

Da der Akku nun langsam doch in den roten Bereich abtaucht beschließe ich für Samstag nur einen halben Paddeltag. Mit Thomas fahren Lizzi, Flo und ich hoch zu den Befestigungsanlagen von Kluze und geben uns eine Mega-Dosis Kultur. Nach ein Wenig Geschichte und Botanik in den Bunkern wandern wir durch einen Tunnel hoch zur zweiten Anlage (Fort Herrmann), welches so langsam vor sich hin verfällt, und spielen dort Entdecker. Derweil paddeln Martin, Regine und Pam noch mal die Koritnika. Pam müsste inzwischen so langsam Muskelkater im Gesicht haben - jedenfalls wird sie dieses Grinsen fast gar nicht mehr los...(Bild 15) Am Nachmittag setzen alle Paddler bei der 2. Klamm ihre Kajaks in die Soca. In gemütlichem Wildwasser schaukeln wir zum Bunkerschwall. Dieser wird dann doch ehrfürchtig von den meisten umtragen. Martin und ich wollens wissen und fahren durch den Atarakt, ein schön technisches WW im IV Grad. Leider stolpere ich am Ausgang, als schon alles gut überstanden ist, über einen „Pilz“ und muss rollen. Weiter geht es mit der Meute bis zum Lawinenschwall. Auch dieser wird von vielen umtragen, da die Strömung recht fies auf einen großen Stein zieht. Hier versuchen sich dann nur Martin, Thomas, Gerhard und ich. Schnell sind auch alle anderen wieder auf dem Bach - dürfen wir die Soca ja nur bis 18:00 Uhr paddeln. Bald haben wir die Kiesbänke vor der 3. Klamm erreicht. Die müssen diesmal dann wirklich alle umtragen - aufgrund der lebensgefährlichen Syphone ist hier ein „no go“ angesagt. Ob der knappen Zeit spurten wir dann ohne viel Kehrwasser nach Hause. Flo heizt uns nach dem Abendessen dann noch mal richtig ein.



Leider geht auch diese Woche viiiiiel zu schnell vorüber. Und so kurbeln wir am Sonntag nach dem Frühstück die Stützen am Wohnwagen hoch, laden noch Berge von Gepäck ein und sind vor den großen Staus schon über Predil- und Tauernpass. Ich kann mir einige Male das Lachen nicht verkneifen, wenn ich im Rückspiegel sehe, wie die beiden „Teenies“ einträchtig, jeder mit einem „Knopf im Ohr“ sich den MP3-Player teilend, TTKG Geschichten anhören, während auf dem Nebensitz jemand selig grinsend schlummert... Fürs Fahrtenbuch haben wir dieses Jahr nicht so viele Kilometer gesammelt, dafür haben wir uns bei den Schwierigkeitsgraden stärker als erwartet gesteigert.

Natürlich werden auch dieses Jahr wieder folgende Preise verliehen:

- jüngster Passagier: Marc, der unerschrocken das Boot schaukelt und sich dann über die Wellen freut.
- jüngster Wildwasser-selber-Paddler: Flo, der bis WW III ganz viel von Mia gelernt hat
- Übungsleiterin des Jahres: Mia, die bis WW IV paddelt und den Flo bis WW III durch die Wellen geführt hat.
- Aufsteiger des Jahres: Pam, die nun 5cm größer ist (mindestens!!)
- Hartnäckigste Paddelverweigerin (die es dafür gut mit Hunden und Pferden kann): Edda
- Schuldenfreier Paddler: Seine ganzen „alten Rechnungen“ mit dem Fluss hat unser Norbert nun beglichen
- Einsteiger des Jahres: Nobsi
- (Wie schon letztes Jahr) unser vielseitigster Paddler in Canadier und Spielboot der sogar den Duo mit rollt: Martin
- Um das breiteste Grinsen streiten heuer: Kati, Pam und Harald (das ist noch nicht ganz entschieden...)
- Beste Frontfrau im „Dobbeldobbo“: Lizzi
- Fleißigster Roller: Thomas, der noch an seiner Kerze bastelt
- Überblickler des Jahres: Gerhard, der aus seinem Canadier immer die Übersicht behält
- Unerschrockenste Paddlerin: Regine, die sich auch mal traut mit Canadier in den Wellen zu schwimmen
- Adrenalinjunkie des Jahres: Marion die einfach mal schnell die Klamm der Koritnika durchschwimmt
- Modebewußtester Paddler: Stefan, dessen leuchtgrüne Hosen nicht nur am Ende der Friedhofsstrecke auffallen.
- Jüngste Dame unserer Gruppe (und immer gut drauf - wenn sie nicht gerade zickt): Kim

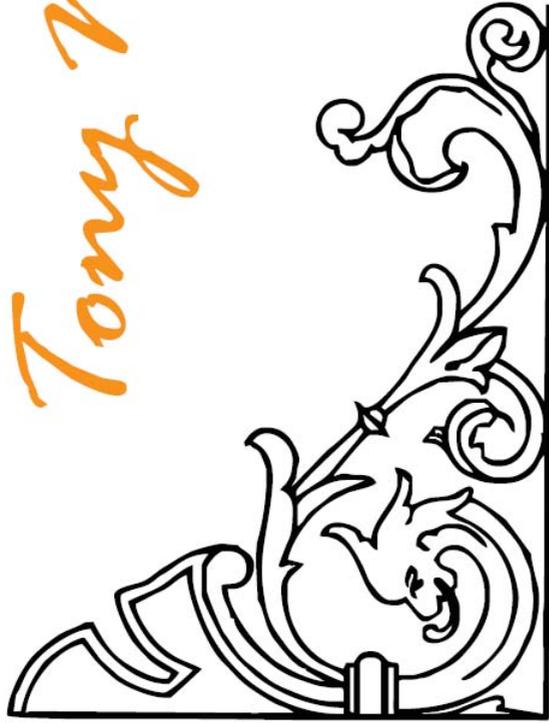
Und übrigens - nur um irgendwelchen Gerüchten vorzubeugen: Wir sind kein „Verein im Verein“ - die Feierabendgruppe steht jedem offen!!

Harald Thiele
(Text und Fotos)



Tony Maldonado

Stukkateurmeister



Altbausanierung • Trockenbau • Putz- und Malerarbeiten

Seehofstraße 8 , 96163 Gundelsheim

Teil/Fax 09 51 - 9 17 01 72 Mobil 01 60 - 7 80 39 16

7 Tage Frankreich aus Sicht eines Möchte-gern-Wildwasserfahrers

Ich brauchte mal wieder eine kurze Auszeit vom ganzen Arbeitsstress und Thomas bot mir eine Woche Wildwasserfahren in Frankreich als Beifahrer im Vereinsbus an. Mein VW T3-Bus war defekt, so nahm ich gerne das Angebot der Slalom- und der WW- Gruppe des BFC an - Vollverpflegung inclusive. Die Abfahrt beim BFC kurz nach Mitternacht war gewöhnungsbedürftig.

Die Ankunft auf dem Campingplatz in L'Argentiere, die grandiose Landschaft und das folgende Abendessen liesen mich die Strapazen der Hinfahrt schnell vergessen. Bei der ersten Besichtigung der Slalomstrecke (WW3) auf der Durance, bekam ich schon große Augen, da war mehr als genug Wasser drauf.

Nachdem ich in diesem Jahr erst einmal auf dem Main im Boot saß, war Kenterrollentraining auf dem großen Weiher beim Campingplatz angesagt, dort tummelte sich auch der BFC-Nachwuchs und übte fleißig.

Am zweiten Tag, beim Üben auf der Slalomstrecke wurden erstmal mal die leichten Strecken ausgesucht, denn manche Walze machte keinen Vertrauen erweckenden Eindruck auf mich.

Prompt musste schon unfreiwillig ein Boot geborgen werden, was, wie sich herausstellte, bei diesem Wasserstand nicht so einfach war. Beate ging schwimmen und musste mit ihrem Paddel von einem Felsen in Flussmitte geborgen werden.

Durance

Der dritte Tag wurde langsam angegangen: zu fünft wollten wir die Durance ab der Slalomstrecke bis Embrun befahren, ca. 32 km bei sehr gutem Wasserstand, Normalwasser WW2.

Nach der Slalomstrecke wird der Fluss breiter, verzweigt sich, man muss sich immer seinen Weg suchen.

Vom Schwierigkeitsgrad ist die Befahrung leicht, das kann aber täuschen.

Eine scheinbar leichte Walze hebte Thomas Boot an, ich dachte mir nichts dabei und fuhr voll rein. Ein nicht endender Affentanz begann, Kerze vorwärts, rückwärts usw..

Ich ließ mich ins Loch fallen und hoffte, die Walze schwemmt mich Kopf unten aus, weit gefehlt, mehrmals vorwärts wieder zurück ins Loch, die Luft wurde knapp und ich stieg aus. Ich schwamm mit dem Unterwasser aus der Walze. Jetzt holte ich mein Boot, das hinter mir noch fast in der Walze schwamm und kämpfte, bis ich endlich das Ufer erreichte.

Weiter unten konnte ich mein geborgenes Paddel abholen und weiter ging es.

Der Fluss wird enger und schneller, wir kamen an den Ausstieg kurz vor der Spielstelle Rabioux. Beim Blick seitlich in die Welle (Walze) fielen mir fast die Augen aus! Das Ding ist bei dem Wasserstand fast 3 ½ Meter hoch, „die schluckt mich mitsamt dem Boot“, schoss es mir durch den Kopf. Ein Mädchen beruhigte mich, sie sei sie gestern gefahren. Thomas und ich fuhren: ein geiles Gefühl, viel zu schnell vorbei!



Schlosserei – Metallbau
Sicherheitstechnik – Einbruchschutz

Andreas Einwich

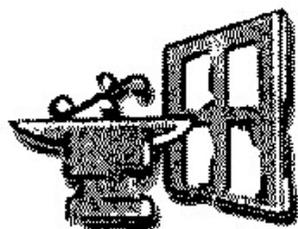
Lindenallee 45 – 96129 Strullendorf

Telefon: 0 95 43 / 44 03 46

Mobil: 01 76 / 10 03 05 48

E-Mail: aeinwich@t-online.de

- Geländer / Treppen in Stahl und Edelstahl
- Stahlbalkone
- Tore und Antriebe
- Zaunanlagen



Besuchen Sie auch unseren:

Schätzer

Schlüsseldienst



Bamberger Straße 9

96110 Scheßlitz

Telefon: 0 95 42 / 77 27 07

Mit flotter Fahrt ging es weiter, wir wussten nicht genau, wo wir aussteigen sollten, und prompt stiegen wir ein paar Hundert Meter zu früh aus.

Über einem steilen Felsabbruch lag uns gegenüber die Ortschaft Embrun. Karin hatte Mühe, uns zu finden, aber nach einer Erklärung übers Handy klappte es.

Diesen Abschnitt, schon wegen der großen Welle befuhr ich einige Tage später noch mal mit Thomas im Miniboot mit Beate und Peter.

Beate sorgte wieder mal für Abwechslung, indem sie sich für eine kleine Rettungsaktion zur Verfügung stellte. Ich hatte richtig Muskelschmerzen im Oberarm vom Rückwärts paddeln mit Beate an der Bootsspitze. Deshalb: rechtzeitiges Training verhindert Schmerzen!

Guisane

Als Dreier-Gespann wagten Stefan, Thomas und ich eine Befahrung der Guisane. Karin und Beate brachten uns mit dem Bus an die Einstiegsstelle bei Le Casset, wir wollten 10 km bis Chantemerie fahren.

Schnell umgezogen und schon gings los, Stefan voraus ich in der Mitte und Thomas machte den Lumpensammler.

Es war ein teils enger Bach mit sehr gut Wasser, starker Strömung, Blockstellen, Wellen und Walzen. Schnell ließen wir die vier km bis zum Katarakt zurück.

Stefan fuhr ohne anzuhalten in den Katarakt, Thomas und ich nahmen das letzte Kehrwasser vor dem 200 m langen Katarakt. Ohne Besichtigung folgte ich aber dann Stefan nach.

Der erste Felskontakt warf mich aus meiner gedachten Fahrlinie und ich kentere.

„Nur nicht aussteigen“, dachte ich und es gelang mir wirklich, in dem Gerümpel aufzudrehen, Thomas war schon hinter mir.

Ich erreichte ein kleines Kehrwasser und hielt mich an einem größeren Stein fest, der aber gleich unter mir abtauchte.

Rückwärts gings eine Stufe hinunter, ich kam wieder gerade und schon war ich durch.

Am Ende des Kataraktes wartete Stefan und grinste, Thomas gesellte sich dazu.

Schnell legten wir die restlichen Kilometer zurück und nach dem Aufladen shuttelten wir zurück zu Campingplatz.

Dort wurde uns wieder mal ein vorzügliches Abendessen von Werner und seinem Kochteam

serviert.

Guil

Zur Befahrung der Guil kann ich nicht viel schreiben.

Nach dem Einstieg und der Fahrt bis zum ersten Kehrwasser nach einigen 100 Metern wurde ich von Stefan darauf aufmerksam gemacht, dass ich ohne Schwimmweste fuhr und damit war die Fahrt für mich schon zu Ende.

Eine Fügung des Schicksals?



Ich durfte dann nach einer unfreiwilligen, aber erholsamen Siesta im Schatten eines Baumes, noch Beates Boot mit aufseilen, die nach einer Kenterung die Fahrt abbrechen musste.

Wir verfolgten noch die halsbrecherische Fahrt von Uwe, Jesko und einem Münchner Kanuten, die den Burggraben und danach einen schweren Flussabschnitt der Guil befuhren.

Diese Woche war für mich Entspannung für Geist und Seele und ich hatte genügend Zeit meiner Neigung Wildwasserfahren nachzukommen.

Beeindruckt haben mich die kleinen und großen Slalomfahrer beim Training an der Slalomstrecke von L'Argentiere.

Das Können mit dem sie bei diesen Wasserständen unter Ausnutzung der Walzen und Wellen die Torstangen durchfuhren, lies mich vor Neid erblassen bzw. erröten (Nase).

Ich hatte schon ohne vorgegebene Route zu tun, eine für mich fahrbare Strecke zu finden.

Super war die Verpflegung von früh bis abends!

Diese Woche All Inclusive würde ich mit mindestens 5 Sternen bewerten.

Mein Dank geht an alle, die das Gelingen dieser Woche möglich machten und auch für das leibliche Wohl der Teilnehmer sorgten.

Bernhard Fössel

Flightcases, 19" Racks, Transportkoffer - Professionelle Lösungen direkt vom Hersteller

NSB Cases

Ob Sie nun teures Musikequipment,
oder andere wertvolle und empfindliche Gegenstände
transportieren müssen,
wir fertigen für Sie den passenden Transportkoffer

NSB Cases e.K. Transportkofferbau Thorackerstraße 16 D-96052 Bamberg
Tel. 0951-54927 Fax: 0951-500496 www.nsb-cases.de E-Mail: info@nsb-cases.de

Trainingslager Kanuslalom und WW-Woche in L'Argentière Pfingsten 2010



Trainingsalltag und Lagerleben



Fotos: Karin Neubauer



Slalomkanuten auf „Abwegen“

Ein etwas anderer Tag beim Trainingslager in L'Argentière

Trainingsfreier Tag - Zeit, die Gegend zu erkunden! Die Erwachsenen haben gleich ein Ziel ausgemacht, doch die Jugend zieht nicht so recht. Wandern - zu Wasserfällen - null Bock!

Was soll man sonst den ganzen Tag treiben, die Diskussionen gehen hin und her. Als der Ruf ertönt „alle die mit zu den Wasserfällen gehen, auf die Straße!“ stehen doch alle, die nicht Wildwasserfahren gehen wollen, da. Durchzählen, gut, wir brauchen den Bam-Bus, den Rosenheimer Bus und ein Auto, dann sind alle untergebracht.

Auf einer etwas abenteuerlich schmalen Straße geht es hoch ins Tal der Bayesse. In einem kleinen Ort wird getestet, ob die Fahrer wissen, wie breit ihr Fahrzeug ist - kein Problem!

In einem atemberaubend schönen Tal geht es weiter nach oben, die Bayesse fließt hier sehr schnell mit vielen Katarakten. Parkplatz erreicht, Rucksack schultern und dem Pfad Richtung „Les Cascades“ folgen. Bald sehen wir den ersten Wasserfall, doch um dorthin zu kommen, muss man trittsicher sein, geht es doch über ein Geröllfeld ziemlich steil bergan. Unsere Jüngste ist bei weitem nicht die Langsamste, trittsicher oder mit Absicherung durch die Anderen erreicht sie das „Sprühfeld“. Ein mit reichlich Schmelzwasser und dem nächtlichen Regen gespeister Wasserfall stürzt sich aus ca. 30 m Höhe herab. Das alleine ist schon eindrucksvoll, aber lässt man den Blick über das Panorama schweifen, ist man wirklich begeistert!



Wir beschließen, dem Pfad noch weiter zu folgen, was aber nicht so einfach ist. Der Abfluss des Wasserfalls stellt eine ernsthafte Barriere dar. Wir suchen einen sicheren Übergang für die Gruppe und finden ihn schließlich auch. Das nächste Abenteuer ist die Querung einer alten Schnee-Geröll-Lawine! Noch ein paar hundert Meter weiter und wir erreichen den nächsten Wasserfall. Mindestens genauso gigantisch wie sein Nachbar stürzt er sich von einer mindestens 50 Meter hohen Wand. „Wir bauen zusammen eine Badewanne!“, fordert Werner auf, „und wer dann darin badet, bekommt von mir fünf Euro!“ Die Gruppe lässt sich nicht lange bitten, alle helfen zusammen.

Den meisten Spass haben allen Anschein nach aber die beiden Väter (kommt da das Kind im Manne wieder zum Vorschein?!). Bei den Bauarbeiten gibt es noch eine kleine Brotzeit. Einige haben entdeckt, dass man mit Steinen die Schieferplatten so bearbeiten kann, dass richtig scharfe „Messer“ entstehen. So wird entweder Badewanne gebaut oder der Steinschliff ausprobiert.

Ich sitze nur da, genieße die Aussicht, beobachte und freue mich, dass sich Leistungssportler auch noch für ganz andere Dinge begeistern lassen.

Inzwischen sind gut zwei Stunden seit unserem Aufbruch von den Autos vergangen und es wird Zeit, weiter zu gehen. Zurück ist beschwerlich, wir gehen lieber weiter bergan, irgendwo muss es eine Brücke über die reiße Bayesse geben. Die Fahrstraße auf der anderen Seite haben wir gesehen, aber es ist unmöglich, hier über den Bach zu kommen. Einige Jugendliche versuchen einen kleinen Aufstand: „in dieser Richtung steht doch das Auto, was sollen wir noch weiter gehen?“, aber das Argument, dass wir als Gruppe zusammenbleiben müssen, überzeugt (?) dann doch. Herrliche Orchideen, zwei weitere gigantische Wasserfälle und eine Pause am kühlen (kalten) Bach – einfach super!

Der Rückweg war nur für unsere Kleinste dann etwas lang, aber Mamas Schultern schaffen auch das noch.

Zurück am Campingplatz wurde gleich noch eine Runde Volleyball gespielt – so kann auch ein trainingsfreier Tag (Ausdauer-)sportlich gestaltet werden.

Schön war's!

nk



Fotos:

Christof Pfannenmüller

Karin Neubauer



Bamberger Faltboot-Club e.V.

Weidendamm 150
96047 Bamberg

Tel. 0951 68624
Fax 0951 9682992
info@faltbootclub.de
www.faltbootclub.de

Bankverbindung:

Sparkasse Bamberg Konto-Nr 12 757 BLZ 770 500 00

Redaktion: Karin Neubauer, karin-neubauer@online.de,
Tel. 09503 502810

Vereinsgaststätte: Tel. 0951 61750

Wichtige Ansprechpartner im BFC

Vorstandsvorsitzender Dr. Michael Steber	09505 803077
Vorstand Geschäfts-/Schriftführung Stefan Dittmar	0173 3905550
Vorstand Finanzen Jürgen Rebhan	0951 3029911
Vorstand Breitensport Harald Thiele	0951 133545
Vorstand Leistungssport Werner Merklein	0951 3093050
Referent Jugend Jesko Rieger	0951 64559
Referent Wandersport Armin Hein	0951 9170333
Referent Wildwasser Thomas Neubauer	09503 502810
Referent Kanu-Slalom Uwe Eichfelder	0170 8064614
Referent Canadiersport Gerhard Loch	0951 1339847
Referent Geräte/Schulboote Martin Gebert	0173 8474875
Referent Bootshaus Harald Milsch	0951 58253
Referentin BFC-Veranstaltungen Susanne Adelhardt	0951 23689

Wir bitten unsere Mitglieder um besondere Beachtung und Berücksichtigung der im Bamberger PaddelBlatt annoncierenden Firmen - sie unterstützen unseren Verein!

WICHTIG !!! Redaktionsschluss für die Ausgabe
September - Oktober ist der 15.09.2010 !!!

Sonderseiten

Vielseitige Kanukurse des BFC



Kinderkurs für 6 - 8-Jährige mit Thomas Neubauer und Gerhard Loch
Spielerisches Erlernen der Grundtechniken des Kajakfahrens, Bootssicherheit, Spaß!



Fortgeschrittenen-Kurse für Kinder
mit Peter Hein, Jesko Rieger und Josua Amon





Canadier-Kurse mit Gerhard Loch:

Anfänger-, Fortgeschrittenen- und Wildwasser-Kurse



Kurse zur Verbesserung der Paddel-Technik:

Schulung am Alten Rathaus
und auf WW-Kanälen
mit Thomas Neubauer



VHS-Kurse und Kurse im Ferienprogramm:

Kajak-Kurse mit attraktivem Rahmenprogramm
mit dem gesamten ÜL-Team des BFC





Eskimo-Rollen-Training im Winter
mit Thomas und Barbara Scholz und Thomas Neubauer



Neben den angebotenen Kursen findet regelmäßig Training der
verschiedenen Gruppen statt.
Nähere Informationen über Zeit und Ort, sowie Ansprechpartner
unter
www.faltbootclub.de
und durch das Faltblatt "Sportangebote des BFC"

Veranstaltungen und Termine

25.07.	Flussfest in Bug
02. - 06.08.	Ferienkurs 1 und 2
07. - 15.08.	ÜL-Lehrgang Praxis
14. - 15.08.	Deutsche Jugend-/Junioren- meisterschaft Kanuslalom Augsburg
21.08.	Lampionfahrt zur Sandkerwa
30.08. - 03.09.	Ferienkurs 3
05.09.	Wisenta-Fahrt
11. - 12.09.	Schüler-Ländervergleich Kanuslalom in Sömmerda
18.09.	Außerordentliche Hauptversammlung
25. - 26.09.	FWW-Kurs Canadier
26.09.	Obermain-Rallye
01.10.	Fahrtenbuch-Abgabe bei Armin Hein!
01. -03.10.	Abpaddeln in Haiming
02. - 03.10.	Kanuslalom in München

Aufruf an alle Wanderfahrer!

Ich weiss, wie viele Fahrten die Wanderfahrer durchführen und wie fleißig der Wanderfahrer-Referent Armin Hein für unseren Verein tätig ist.

Leider ist so selten von den schönen Fahrten im Bamberger PaddelBlatt zu lesen - das finde nicht nur ich sehr schade!

Bitte unterstützt Armin und schreibt auch von euren Fahrten kurze Bericht, macht Bilder oder Zeichnungen - der Phantasie sind keine Grenzen gesetzt!

Das PaddelBlatt soll doch die Aktivitäten des Gesamtvereins widerspiegeln - ihr seid ein wichtiger Bestandteil, also schreibt über das, was ihr erlebt!



Immer wenn es um 's liebe Geld geht...

Ein Verein ist wie ein Staat im Kleinformat. Auch hier wird eine Führung demokratisch gewählt. Sie hat die Aufgabe die Interessen der Mitglieder zu vertreten und die aus der Vereinstradition heraus gewachsenen Werte zu erhalten. Ein wesentlicher Unterschied zwischen Staat und Verein ist es, dass ein Verein nur so viel Geld ausgeben darf, wie er einnimmt.

Damit sind wir beim Kern dieser Betrachtungen.

Unsere aktuellen Vereinsbeiträgen wurden im Jahr 1991 in der Jahreshauptversammlung beschlossen. Bei Einführung des Euro im Jahr 2002 erfolgte lediglich eine geringfügige Aufrundung der Beträge. Nun weiß ein jeder von uns, dass in den seit 1991 verflossenen neunzehn Jahren die Preise nicht stehen geblieben sind. Im privaten Haushalt machten sich unter anderen die beträchtlich gestiegenen Energiekosten bemerkbar.

Im Haushalt des Bamberger Faltboot Clubs z.B. betragen die Energiekosten für das Jahr 2002 bereits 8.085,53 €. Im Haushalt für das Jahr 2009 stiegen die Energiekosten auf beachtliche 14.043,77 €. Das war eine Steigerung um 74 %. Ich erinnere, unsere Vereinsbeiträge befinden sich noch immer auf dem Stand von 1991.

Auf unsere Vorstandschaft kommt nun die schwierige Aufgabe zu, noch in diesem Jahr eine außerordentliche Hauptversammlung einzuberufen mit dem Ziel, eine angemessene Beitragserhöhung ab dem 01. Januar 2011 vorzubereiten.

Vertrauen wir darauf, dass dabei eine Lösung gefunden wird die dem Wohl der Mitgliedschaft und dem aus der Tradition heraus verpflichtendem Bestandserhalt des BFC mit seinen Anlagen gerecht wird. Damit auch in Zukunft weitere Generationen unseren schönen Sport im BFC ausüben können, ist hier unser Mitwirken gefragt.

Heinz Kohring

**Wir bitten um zahlreiche Teilnahme an der
Außerordentlichen Mitgliederversammlung.**

**Es geht um nicht weniger,
als die Zukunft unseres Vereines!**

BAMBERGER FALTBOOT-CLUB E.V.

IM DEUTSCHEN KANU-VERBAND · MITGLIED DES BKV UND BLSV
Weidendamm 150 · 96047 Bamberg



Einladung zur außerordentlichen Hauptversammlung 2010

Liebe Mitglieder des Bamberger Faltboot-Clubs,

hiermit lädt der Vorstand des Bamberger Faltboot-Clubs zu einer außerordentlichen Hauptversammlung ein

**am Samstag, den 18. September 2010, ab 19:00 Uhr
in das Bootshaus, Weidendamm 150, 96047 Bamberg**

Tagesordnung:

1. Begrüßung und Eröffnung der Versammlung; Genehmigung des Protokolls von 2010 und der vorliegenden Tagesordnung
2. Anpassung der Mitgliedsbeiträge
3. Sonderbudget Reparaturen (Vereinsbus, Heizungsanlage)
4. Verschiedenes

Schriftliche Anträge an die Hauptversammlung sind bis zum 10. September 2010 an den Bamberger Faltboot-Club, Weidendamm 150, 96047 Bamberg zu richten.

Ich wünsche allen Mitgliedern angenehme Ferien- und Urlaubstage.

Dr. Michael Steber
Vorsitzender

Kanu-Slalom in der Landesgartenschau - geht das?

Ein Erfahrungsbericht aus Rosenheim

In diesem Jahr findet die Landesgartenschau (LGS) in Rosenheim statt, einer Stadt, die auch einen traditionsreichen Kanu-Verein hat. Der Kanu-Klub Rosenheim (KKR) richtet regelmäßig einen Kanuslalom mit Läufen zur Bayerischen Meisterschaft aus, so auch heuer.

Die Rosenheimer Landesgartenbau-Gesellschaft setzte sich schon vor Jahren mit dem KKR zusammen, um die Realisierungsmöglichkeiten für eine Kinder-Kanuslalom-Strecke auf dem Hammersbach im Bereich des Mangfallparks der LGS auszuloten. „Die Zusammenarbeit war bestens“, so Toni Prijon vom KKR, „und die Stadt Rosenheim stellte dankenswerterweise die notwendigen Finanzmittel zur Verfügung“. Im Rahmen der diesjährigen Kanuslalom-Wettbewerbe wurde die neue Kinder-Slalom-Strecke offiziell ihrer Bestimmung übergeben und eingeweiht.

125 Sportler aus 7 Vereinen konnten im LGS-Gelände inmitten Tausender Besucher, die bei idealem Wetter zur Gartenschau strömten, ihre Wettbewerbe austragen. Eine ganz auf die Bedürfnisse der jüngeren Kajakfahrer ausgelegte Strecke mit schönen Ein- und Ausstiegsstellen boten perfekte Wettkampfbedingungen. Die große Wiese vor der LGS-Bühne wurde „in Besitz genommen und mit allerlei Material und Kleidung belegt, sodass es stellenweise so aussah, wie in manchem



- ▶ **Elektroinstallation**
- ▶ **Netzwerktechnik**
- ▶ **Antennenbau**
- ▶ **Baustromkasten-Verleih**
- ▶ **E-Check**
- ▶ **Beleuchtungstechnik**
- ▶ **Telekommunikation**
- ▶ **Biologisches Bauen**
- ▶ **Kundendienst**

Eichholzweg 2
D-96170 Trabelsdorf-Lisberg
E-Mail: info@bohri-elektrotechnik.de

Telefon: +49 9549 / 98 06 43
Telefax: +49 9549 / 98 06 45
Handy: +49 163 / 207 31 18

www.bohri-elektrotechnik.de

Kinderzimmer“, so ein Vertreter der LGS-Gesellschaft. Er sei richtig froh, dass so viel Leben und so ein buntes Treiben war, so solle es schließlich auch sein.

Und die Besucher der LGS? So Mancher blieb bewundernd stehen, nicht nur wenn die „Meister“ auf der Strecke waren. Auch die Jüngsten (z.T. erst sieben Jahre alt) wurden bestaunt und angefeuert und es entwickelte sich so das eine oder andere Gespräch über den schönen Kanuslalom-Sport.

Eine gelungene Koexistenz von Leistungssport und Massen-Event, was eine LGS nun mal ist. Die Sportler freuten sich über viel Publikum, die Besucher über ein außergewöhnliches Erlebnis und neue Erfahrungen.

Bleibt nur der Stadt Rosenheim und dem KKR zur gelungenen Realisierung der Kinder-Trainings-Strecke zu gratulieren. Für Cracks im Kanuslalom ist die Strecke auf dem Hammersbach natürlich zu leicht, aber der KKR hat seine „alte“ Strecke auf dem Inn ja schließlich auch noch.

Durch die neue Strecke kann aber das Nachwuchstraining viel einfacher und intensiver betrieben werden, liegen doch auch noch einige Schulen in unmittelbarer Nachbarschaft. Ich werde genau beobachten, wie sich die idealen Bedingungen in Rosenheim auf den Kanuslalom-Nachwuchs-Kader des KKR auswirkt!

Ein wenig Wehmut, ja fast schon Neid packte mich aber schon an diesem Samstag in Rosenheim - auch in Bamberg wäre eine Kanuslalom- und WW-Strecke im Landesgartenschau-Gelände machbar gewesen. Doch leider sind wohl die politischen und wirtschaftlichen Voraussetzungen hier doch anders, der BFC hat wohl nicht so viel Einfluss wie Toni Prijon und sein KKR in Rosenheim - schade für die verpasste Chance!

nk



Teamgeist bei Drachenbootfahrt gestärkt

Staatssekretärin Melanie Huml mit ihren Mitarbeitern in Bamberg unterwegs

Einmal im Jahr organisiert Staatssekretärin Melanie Huml für die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter ihres Büros im Bayerischen Umwelt- und Gesundheitsministerium in München sowie ihres Abgeordnetenbüros in Bamberg ein gemeinsames Wochenende in Bamberg.

Ein sehr abwechslungsreiches Programm gab es am Samstag zu absolvieren. Zunächst informierte Herr Rost vom Wasserwirtschaftsamt Kronach die Gruppe auf der Erba-Insel fachkundig über den Fischpass, seine Entstehungsgeschichte, seine Bedeutung für die Landesgartenschau und darüber hinaus.

Auch der nächste Programmpunkt hatte viel mit Wasser zu tun. Mit dem Drachenboot des Bamberger Faltboot-Clubs paddelten die Gäste die Regnitz aufwärts nach Klein Venedig. „Alle im Gleichklang, das heißt im gleichen Rhythmus, dann gelingt die Fahrt!“, so der Bamberger Gerd Mietusch, Präsident des Bayerischen Kanuverbands bei seiner Einführung. Auch Dr. Michael Steber, Vorsitzender des BFC, wies darauf hin, dass „alle in einem Boot sitzen und so der Teamgeist gestärkt wird“. Damit hatte die Mannschaft um Melanie Huml aber keinerlei Probleme, die Harmonie war zu spüren und zu sehen. Und Spaß hat es offensichtlich auch gemacht, obwohl sich bei manchem sicherlich am nächsten Tag der Muskelkater eingestellt hat. „Vom Wasser aus das Weltkulturerbe Bamberg zu erleben ist etwas ganz besonderes!“, schwärmte Melanie Huml als es in der Schleuse 100 des Ludwig-Donau-Kanals eine kurze Verschnaufpause gab.



Am Bootshaus im Hain war man dann auch schon am Ziel der Fahrt mit „Shui Long“. Nach dem Mittagessen in „diesem Idyll an der Regnitz“ stand Stadtgeschichte auf dem Plan. Der Stadtheimatpfleger Ekkehard Arnetzl nahm die Gruppe gleich mit ins Hainbad, damit die Mitarbeiter endlich auch mal sehen konnten, worum es in Bamberg so lange so heftige Diskussionen gab, die auch die beiden Büros beschäftigten. Auf der anschließenden Führung durch die Stadt erfuhren die Gäste noch viel Interessantes über Bambergs Geschichte und aktuelle Geschehnisse.

Nach so viel Wissenswertem und sportlicher Betätigung klang der Abend dann wohlverdient - wie könnte es auch anders sein - auf einem Bamberger Keller gemütlich aus.

nk

folien-statt-lack.de

powered by WPV Agentur



Fahrzeugbeschriftung

Komplettfolierung

Werbeschilder

Aufsteller und Banner

Digitaldruck

Textildruck

info@folien-statt-lack.de

Werbetechnik



Oliver Starklauf
Am Südblick 10
96129 Leesten

Tel: 09505 806 41 44
Fax: 09505 806 41 55
Mobil: 0160 96 7777 94



Allianz Agentur Starklauf

Wir haben das richtige für Sie!

Allianz 

- Ihr Sparbuch mit kostenlosem Unfallschutz!
- Privatpatient mit der Krankenzusatzversicherung!
- Ihre Unfallversicherung, die putzt, wäscht, kocht!
- Ihre Startpolice ins Arbeitsleben!
- Die Vollkasko für Ihr Eigenheim!
- Komplettpakete mit Rundumschutz!
- Ihr Spezialist für Firmenversicherungen

Kloster-Banz-Str. 31, 96052 Bamberg ,Tel. 09 51.29 60 88 66
www.allianz-servicepoint-bamberg.de

Seniorentreff 2010

Trotz unsicherer Wetterlage fanden sich am 19. Juni fast vierzig BFC-ler der Ü60-Jährigen am Bootshaus zum diesjährigen Seniorentreff ein. Der Vereinsvorsitzende Michael Steber begrüßte die gesellige Runde und würdigte die Vereinstreue der Mitglieder. Für eine reich gedeckte Kuchentafel sorgten die Damen des Vereins. Bei Bratwurst, Steak und Bier wurden Neuigkeiten ausgetauscht oder in Erinnerungen geschwelgt. Dank gilt den Sportkameraden, die beim Auf- und Abbau geholfen haben sowie unserem Grillmeister Michael Adelhardt mit seiner tüchtigen Ehefrau.

Heinz Kohring

Deutsche Schülermeisterschaft im Kanuslalom

19. Juni bis 20. Juni 2010

Dieses Jahr fanden die Deutschen Schülermeisterschaften in Neuss statt. Dort gibt es eine permanente Trainingsstrecke mit -zig mobilen Toren - an der sogenannten Gnadenthaler Mühle an der Erft - die eine Gemeinschaft von mehr als 15 Vereinen unterhält.

So mussten auch die Fischereirechte für die Strecke gemietet werden, um eine friedliche Koexistenz aller Wasserliebhaber zu ermöglichen.

Diese Strecke wird regelmäßig zum Training von vielen Vereinen der Gegend benutzt. Wir hatten die Gelegenheit, bereits beim Ländervergleich 2009 dort zu paddeln.

Wildwassertechnisch gesehen ist der Streckenabschnitt an der Erft eher als leicht zu bewerten.



Das Slalom-Team war mit vier Sportlern und Sportlerinnen angereist. Als Ziel wurde vorgegeben, bei den Schülern und Schülerinnen A (13 - 14 Jahre) Mario Mayer und Teresa Merklein unter die ersten Sechs zu bekommen und Joshua Ott sollte sich unter den ersten zwanzig platzieren.

Denn um sich für das Finale zu qualifizieren, musste ein Platz unter den ersten zwanzig Fahrern in dieser Altersklasse erreicht werden.

Qualitätsarbeit seit über 100 Jahren

bäumel kg



möbel - küchen - innenausbau

Ihre Schreinerei für

- individuellen Innenausbau
- klassische und moderne Einrichtungen
- von der Planung ... bis zum perfekten Einbau

bäumel kg

Oberend 16a · 96110 Scheßlitz
Tel. 09542/551 · Fax 09542/7637
www.baeumel-kg.de

Auch die Schülmännschaft - mit immerhin einem Mädchen - sollte sich weit nach vorne paddeln.

Für Sven Neubauer - Schüler B (11 - 12 Jahre) sollte nach Möglichkeit ein Platz unter den Top-Ten herauspringen.

Es galt also hoch gesteckte Ziele zu erfüllen!

In den letzten Jahren kam unser Team sozusagen immer als letztes an der Wettkampfstrecke an - während alle anderen Vereine schon Tage vorher trainieren konnten.

Dieses Jahre waren wir aber mal die Ersten und trafen bereits am Mittwoch mit unserem fahrbaren Hotel, Werners Wohnmobil, ein. Ich als Betreuer und Trainer und die oben erwähnten vier Sportler.

Im Laufe der Tage stießen als Unterstützung noch Werner und Doris Merklein, wie auch Uwe Eichfelder zu uns. Sogar Fans - die Großeltern von Mario und Thomas Neubauer - waren uns von Bamberg gefolgt.

Endlich starteten die Wettkämpfe am Samstag. Leider verschlechterte sich das Wetter immer mehr - es gab viele Regenschauer und am Sonntag hatten wir dann mal wieder die bis dahin gewohnten „Sommertemperaturen“ von 13 Grad Celsius erreicht.



Bei den männlichen Schülern A war die Konkurrenz enorm stark, nicht weniger als 122 Fahrer starteten in dieser Altersklasse. Mario Mayer qualifizierte sich mit einem 8. Platz für das Halbfinale. Dieses verfehlte leider Joshua Ott um zwei hundertstel Sekunden - und musste sich mit dem 21. Platz begnügen.

Als schwachem Trost durfte er dann am Sonntag als Streckenvorfahrer noch mal paddeln.

Auch Teresa Merklein musste sich einem starken Feld stellen. Da sie ja im ersten Jahr Schülerinnen A fährt, kämpfte sie auch gegen ein Jahr ältere Sportlerinnen.

Sie erledigte ihre Aufgabe jedoch souverän und qualifizierte sich ebenfalls mit einem hervorragenden 3. Platz für das Halbfinale.

Bei den Schülern B gibt es keine Finalläufe. Nach einem versiebtten ersten Lauf steigerte sich Sven Neubauer enorm und erpaddelte sich mit einem Nullfehlerlauf den guten 10. Platz. Auch er kann im nächsten Jahr in dieser Altersklasse noch mal starten und sich weiter nach vorne schieben.

Damit waren wir unseren Zielen schon sehr nahe gerückt.

Als erstes Rennen am Sonntag standen die Mannschaftswettbewerbe auf dem Programm, noch auf dem alten Kurs vom Samstag. Im Vorfeld hatte Teresa Merklein ja schon gemeint, dass wir hier was „reißen“ könnten.

Die „Mann“schaft des BFC wurde ja durch ein Mädchen, Teresa, komplettiert. Unser Team fuhr einen hochkonzentrierten ersten Lauf - mit nur einer einzigen Torstabberührung, während bei vielen anderen Mitfavoriten die Nerven blank lagen und viele Fehler geklopft wurden. So belegten die BFCler nach dem ersten Lauf den zweiten Platz.



Es war aber Jedem klar, dass eigentlich noch mal eine Steigerung her müsste, um einen Platz auf dem Treppchen zu sichern.



Zwar fuhr unsere Mannschaft noch mal schneller, aber eine erneute Torstabberührung verhinderte eine größere Verbesserung. Zudem bekam der Top-Favorit Kanu Schwaben I seine Nerven in den Griff und fuhr Bestzeit.

Aber unserem Team - Teresa Merklein, Josua Ott und Mario Mayer - blieb der sensationelle 3. Platz - Bronzemedaille!

Nach den Mannschaftswettbewerben wurde die Strecke für die Finalläufe umgehängt. Leider erwischte Mario Mayer nicht seinen Glangtag, er konnte sich zwar zum Samstag steigern, aber mehr als Platz fünf (von 122 Startern) war wegen Übernervosität und verkrampften Fahrten nicht drin.

Nur eine Information am Rande: eine Woche später schlug Mario den amtierenden Deutschen Schülermeister mit mehr als 5 Sekunden im B-Ranglistenrennen in Hohenlimburg.

Teresa Merklein ging es ähnlich, trotz vollem Einsatz und Mut zum Risiko - landete sie auf dem undankbaren vierten Platz. Alle Fahrerinnen vor ihr waren ein Jahr älter - sie startet also im nächsten Jahr noch mal in dieser Altersklasse und bei weiterem konsequenten Training sollte ein Platz auf dem Trepptchen möglich sein.

Wenn man den Bericht so liest, spiegeln aber die Platzierungen eigentlich die wahnsinnige Trainingsleistung und die Härten im Training nicht wieder.

Zwar ist Kanu-Slalom eine Randsportart, aber das Training verläuft nicht nur in der Quantität (vier bis sechsmal in der Woche), sondern auch in der Qualität (Makro-, Mikrozyklen, Lehrgänge) fast schon professionell.

Ein Nichtleistungssportler wird sich kaum vorstellen können - wie hart an der Schmerzgrenze manchmal trainiert wird. Aber alle werden nachfühlen können, was es bedeutet, bei jedem Wind und Wetter seit November auf dem Wasser trainieren zu müssen.

Eigentlich fällt ein Wassertraining nur bei mehr als 10 Grad Minus aus und friert der Kanal zu, bleibt uns noch das Rathaus. Auch im Dunkeln - mit Stirnlampe - paddelten wir an der ERBA, unten an den Stangen am BFC haben wir eine mobile Flutlichtanlage.

Lehrgänge sowie Training mit dem ehemaligen Weltmeister Fabian Dörfler, Trainingslager in Augsburg und Markleeberg und Bayernkaderlehrgänge in Bratislava und Solkan - rundeten die Wettkampfvorbereitung ab.

Die Grundlagen für gute Platzierungen und Medaillen werden im Winter gelegt, dann wenn es eigentlich am ungemütlichsten ist, um sich in ein Paddelboot zu setzen.

Kurz - der Trainingsfleiß unserer Talente ist enorm und verdient die allerhöchste Achtung!

Anerkennung und breite Aufmerksamkeit steigert sicherlich die Motivation unserer jungen Sportler noch weiter. Hier sind nicht nur Freunde und Familien gefragt, sondern auch der Verein!

Hinter der ganzen sportlichen Sache muss aber unbedingt auch ein Management stehen, das nicht nur die Sportler zu den Wettkämpfen fährt, sie dort auch



verpflegt, kampfrichtet usw. sondern auch Sponsorengelder auftreibt, um diesen enormen Trainingsaufwand auch durch bestes Material und Finanzierung der Lehrgänge mehr als nur zu unterstützen.

Ohne diesen riesigen Aufwand wären solche Spitzenplatzierungen nicht zu erreichen.

Deshalb gilt dem ganzen Team ein Dank - nur gemeinsam sind wir auch weiterhin so stark!

Hans-Karl Weiß



Fotos: Sven Neubauer

STARKOLITH

Innenausbau & Fassade

Trockenbau

Putz- und Stuck

Betonerhaltung

Maler- und Lackierarbeiten

Gerüstbau

Obere Straße 4 • 96173 Oberhaid • Tel. (09503) 50 01 50-7 • Fax (09503) 50 01 50-8
info@starkolith.de • Mobil (0172) 8 65 30 55

Schwimmfest am Kanal und auf der Regnitz

Bericht vom Canadier A-Kurs

Samstag, 3. Juli 2010:

Als wir am Samstag zum ersten Tag unseres meist ersten, bei Oli und Katja auch schon dritten, Canadierkurses ankamen, warteten wir alle schon gespannt darauf, bei der fast unerträglichen Hitze endlich aufs Wasser zu kommen.

Doch unser Kursleiter Gerhard (mein Vater), hatte erst noch eine Begrüßungsrunde in der wir alle unsere Beweggründe, Beziehungen zum Paddeln und zu den von Oli & Katja und Cornelia & Rogers (das wird, wie er betonte, Französisch „Rochér“ ausgesprochen) mitgebrachten Booten besteht. Oli und Katja haben ihr schwarzes Boot die „Stazinäri“ mitgebracht. Nachdem geklärt war, dass „Stazinäri“ auf Fränkisch Schwarzwurzel heißt und das dann aufgrund der Farbe auf das Boot übertragen wurde, erzählten sie, dass sie bereits den dritten Canadierkurs hier beim BFC machen, weil sie nicht mehr so viel geübt haben und es lieber erst nochmal richtig lernen bevor sie wieder auf Fließgewässer gehen.

Roger und Cornelia haben sich vor einem Jahr ein Boot gekauft das (leider) sichtbar in der Garage verstaubt, und deshalb hat Roger sich gedacht, er meldet seine Familie beim BFC und auch gleich zu dem Canadierkurs an. Seine Frau Cornelia war davon nicht so begeistert, ist aber trotzdem mitgekommen, da es vielleicht doch sinnvoll ist, erstmal die Grundtechnik zu erlernen, bevor man sich mit drei Kindern alleine auf den Main traut. Fritz paddelt seit längerem im Kajak und leitet auch Donnerstagabend das Freie Paddeln auf dem Kanal. Er wollte einfach mal was Neues ausprobieren. Wie sich später herausstellte, hat er ein Fable fürs Kentern. Seine Frau Conny wollte einfach mal wissen, was ihr Mann da so macht, wenn er seine Zeit immer beim Paddeln verbringt und möchte auch gerne mit der Familie mal zusammen Canadier fahren. Die zwei haben noch Bekannte mitgebracht: Hans und Monika (auch schon länger im BFC), die beiden sind aber auch noch eher Paddel-unerfahren.

Als letzter Teilnehmer war dann ja noch ich da, die Tochter vom Kursleiter ... die kann ja bestimmt schon alles ... aber die Anderen werden auch noch merken, dass ich nicht so paddel-verrückt bin wie mein Papa. Und um das klarzustellen: auch ich war freiwillig da!

Nach der Vorstellungsrunde freuten wir uns endlich aufs Wasser zu kommen. Doch dann mussten wir noch eine trockene „Theoriestunde“, in der wir etwas über die verschiedenen Bodenformen der verschiedenen Boote gelernt haben, und für was Auftriebskörper da sind, über uns ergehen lassen. Wie wir später merkten, werden auch die als Auftriebskörper geltenden Schwimnudeln in den grünen Canadiern im Zweifelsfall nicht viel bringen.

Als letzte Trockenübung wurden uns noch ausführlich die verschiedenen Paddelschläge und deren korrekte Ausführung erklärt und gezeigt.

Endlich bekamen wir jeweils zu zweit ein Boot (nur ich durfte alleine fahren), durften aufs Wasser und erst mal von der einen auf die andere Seite des Kanals fahren.



Dann kam der praktische Teil zu den Trockenübungen der Paddelschläge. Nachdem wir alle normalen Schläge und Schläge mit Hebel und schlussendlich auch den Ziehschlag auf beiden Seiten geübt hatten, haben wir zur „Entspannung“ eine Übung gemacht, bei der wir im Boot aufstehen mussten, um unser Gleichgewicht zu trainieren. An dieser Stelle sind Fritz und Conny das erste Mal umgekippt. Das war der perfekte Zeitpunkt für die eigentlich eh schon für später



vorhergesehene Rettungsübung. Bei dieser stützte sich als erstes Fritz von hinten auf das Boot und drückte es, unter Mithilfe von Cornelia und Roger, mit dem Bug auf deren Boot. Die kippten es dann auf ihrem Boot aus und schoben dann das ausgeleerte Boot wieder in das Wasser zurück.

Dann wurden uns die zwei Möglichkeiten, wieder ins Boot zu kommen, erklärt. Entweder die erste Person hängt sich auf der einen Seite an das Boot und die andere zieht sich an der gegenüberliegenden Seite hoch oder beide versuchen sich gleichzeitig an jeweils einer Seite hochzuziehen. Mit dieser Möglichkeit gelang es Conny und Fritz endlich, wieder ins Boot zu kommen. Dass das nicht so einfach ist, konnten im Laufe des Tages noch Andere feststellen.

Ab da war es um Fritz geschehen, und er musste immer wieder austesten wie lange er Kanten kann, bis er ins Wasser kippt.

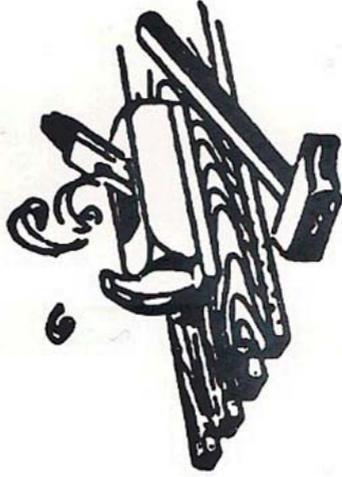
Anschließend kam das Schwammspiel, bei dem man einen Schwamm versucht mit dem Paddel aus dem Wasser zu angeln und in ein fremdes Boot zu „schleudern“. Daraus wurde die Abkühlung des Tages und auch Roger und Cornelia sind gleich zweimal gekentert. Sinn des Spieles ist es natürlich, nicht nur Spaß zu haben und nass zu werden, sondern möglichst präzise und mit sauberen Paddelschlägen auf ein Ziel zu steuern.



Dann kam endlich die lang ersehnte Mittagspause. Nach dieser konnten wir das Gelernte dann in neuer Boots-Besetzung umsetzen und auch noch mal das Schwammspiel spielen. Am Ende des Tages musste ich noch dran glauben und Fritz schubste mich ins Wasser, nachdem ich das dank der guten Kippstabilität meines Bootes aus eigener Kraft nicht geschafft hatte.

Gerhard Eichhorn

Türen - Holzdecken - Parkett - Dachausbau



**Hallstadter Straße 5
96164 Kemmern**

Handy 0171/7539883

Tel. 09544/7542

Fax 09544/20179

Sonntag, 4. Juli 2010:

Heute kamen einige von uns wahrscheinlich nicht leicht aus dem Bett bei diesem Regen, der uns auch während des ganzen Tages ab und zu wieder eine kühle Erfrischung brachte.

Bis zu unsere Mittagspause war das Wiederholen von den gestern gelernten Techniken dran. Danach brachen wir zur Stadtrundfahrt auf. Begleitet hat uns noch Edda im Kajak. Mit einem sehr guten Tempo sind wir bis zum Jahnwehr gefahren. Nachdem einige schon sehr ins Schwitzen kamen, sind wir nach dem Umtragen dann aber doch mit einem etwas gemäßigterem Tempo weitergefahren.

Weiter ging's über die Buger Spitze zur Münchner Ring-Brücke. Dort bogen wir rechts ab in den Hollergraben. Die Gruppe wollte das landschaftlich schönere, aber auch anspruchsvollere Stück paddeln, und verzichtete somit auf eine gemütliche Schleusung.

Papa im Canadier und Edda im Kajak sind das Hufeisenwehr runter gefahren. Fritz ist es, nachdem er es mit dem zu langen Canadier nicht fahren konnte, einfach so runtergerutscht.

Als wir durch den Hollergraben fuhren, sind bei dem Versuch, nach der Doppelbogenbrücke ins Kehrwasser zu fahren, Roger und Cornelia mal wieder gekentert. Die anschließende Rettungsaktion war ein bisschen kompliziert, da die Strömung und das Kehrwasser nicht Jedermanns Sache war. Papa stieg aber aus dem Boot aus, watete durch den Hollergraben, und half den Beiden bei der Bergung ihres Bootes und beim Einsteigen.



Nachdem die Rettungsaktion beendet war, sind wir endlich weiter Richtung Altes Rathaus gefahren. Das dazwischen liegende Steinwehr konnte von allen problemlos befahren werden.

Als kleinen Vorgeschmack, was die Teilnehmer des F-Kurses erwartet, haben wir unter Beobachtung zahlreicher (auch fotografierender) Touristen in der Strömung unterhalb des Alten Rathauses noch Kehrwasserfahren und Seilfähen geübt.

Dabei gab es dann mal wieder eine unfreiwillige Kenterung. Das mit dem Kanten klappte halt doch noch nicht so bei allen. Die Rettung aus der Mitte der Strömung vor dem Rathaus wurde etwas komplizierter. Zum Glück konnten Hans und Monika unterhalb der Spitze zwischen altem Kanal und Regnitz stehen. Trotzdem mussten wir das Boot bis an die Seite zu den Balken des Sandkerwazelttes ziehen und Monika und Hans abschleppen. Dort haben wir dann endlich alle wieder in ihr Boot verfrachtet und sind weitergefahren.

Gemütlich ging es bis zur ERBA weiter. Da das nahende Gewitter noch weit genug entfernt war, entschieden wir uns, noch um die Inselspitze zum BFC zurück zu paddeln. So konnte noch jeder einen Blick in den neu geschaffenen Fischpass auf dem LAGA-Gelände werfen.

Schnell wurden die Boote sauber gemacht und zusammen mit der restlichen Ausrüstung aufgeräumt.

So langsam wurde es dunkler, aber es stand ja noch die Abschlussrunde bevor.

Für Alle war es ein anstrengendes, aber tolles WE. Wir Teilnehmer haben viel gelernt, es hat uns sehr viel Spaß gemacht. Um künftig vernünftig Canadier fahren zu können, müssen wir noch einiges Üben. Vom Kursleiter gab es für alle entsprechendes Lob, aber auch die Aufforderung noch regelmäßig zu Üben und nicht nur einfach den Fluss runter zu fahren.

Wir haben auch gemerkt, dass ein riesiger Unterschied zwischen stationärem Üben und einer Tour von 11 km Länge ist. Kondition fürs Paddeln bekommt man nur durch Paddeln, sagt Papa immer.

Und am Ende gab es sogar noch ein Lob von Oli und Katja, dass sich Papa seit den letzten Kursen die sie besucht hatten, stetig verbessert hat. (ob das wohl vom ÜL-Lehrgang kommt? Anm. d. Red.)

Pia Loch

Fotos: Gerhard Loch

Aus dem Nähkästchen geplaudert...

Ihr und Sie haben sich nun fast komplett durch das Bamberger PaddelBlatt Ausgabe 8 "gekämpft"!

Das umfangreichste PaddelBlatt, das es bisher gab! Woher kommt das?

Einerseits habe ich glücklicherweise sehr fleißige Berichteschreiber - herzlichen Dank hierfür (es können gerne noch mehr werden, siehe auch Seite 25). Andererseits ist es auch die Jahreszeit: in den zurückliegenden Wochen und Monaten war der Verein, d.h. ihr und Sie sehr aktiv, was das PaddelBlatt auch widerspiegeln will.

Ungezählte ÜL-Stunden sind in den dargestellten Kursen und in den regelmäßig stattfindenden Trainings gehalten worden, regelmäßig konnte ich in glückliche, wenn auch müde (Kinder)Augen schauen, wenn ich zum Abholen gekommen bin.

Gerne würde der BFC noch mehr Angebote machen, denn laufend kommen potentielle Neumitglieder, die das Paddeln ausprobieren und lernen möchten. Leider fehlen uns aber immer wieder gute Paddler, die bereit sind, eine Übungsstunde mit zu halten oder bei einem Kurs mitzuhelfen. Bitte meldet euch, wenn ihr Lust und etwas Zeit habt, die Übungs- und Fahrtenleiter zu unterstützen.

Weitere Infos bei Stefan Dittmar, Harald Thiele oder Thomas Neubauer



Vorankündigung

Klettermaxe und Seiltänzerin

Ein neues Angebot für Mädchen
und Jungs im Alter von ca. 5 - 12 Jahren

Du balancierst und kletterst gerne? Oder möchtest Du besser Gleichgewicht halten können und sicherer beim Klettern auf Bänken, über Sprossenleitern, am Tau und an der Kletterstange werden? Willst Du dich im Winter optimal aufs Kajakfahren vorbereiten?



Wir haben da ab Oktober genau das Richtige für Dich!

Bei verschiedenen Gerätekombinationen und Aufgaben trainieren wir spielerisch und mit viel Spaß dein Gleichgewicht, dein Körpergefühl, deine Koordinationsfähigkeit und weil wir uns gegenseitig helfen, auch das Miteinander! Nach einigen Vorübungen wollen wir uns auf eine niedrige Slack-Line wagen (gespanntes Band, auf dem balanciert wird). Die einzelnen Übungen sind natürlich immer entsprechend mit Matten abgesichert, sodass du sicher bist.

Abgerundet wird die Stunde mit Spielen zum Aufwärmen und wenn es Spaß macht, kleinen Entspannungsübungen und verschiedenen Massageformen (Pizzamassage, Igelball ...) zum Abschluss.

"Klettermaxe und Seiltänzerin" wird voraussichtlich donnerstags oder montags ab 16.00/16.30 Uhr in der Sporthalle der Luitpoldschule, Bamberg, Memmelsdorfer Straße, stattfinden. Bei ausreichender Teilnehmerzahl wollen wir zwei Gruppen (5 - 8 und 9 - 12 Jahre) anbieten.



Kostenlos mitmachen können alle Kinder, die Mitglied im BFC sind. Nichtmitglieder können zu gesonderten Konditionen (Kursbeitrag) nach Rücksprache teilnehmen. In jedem Fall ist das schriftliche Einverständnis der Eltern notwendig.

Bitte meldet euch schon jetzt per email unter karin-neubauer@online.de an. Gerne könnt ihr einen Wunschtermin (Mo oder Do) äußern, ich versuche dann, dies zu berücksichtigen.

Ich freue mich auf euch!

Karin Neubauer

Sport, Spiel und Spaß für Kinder/Jugendliche

Zielgruppe: ab 10 Jahre

Ort: Turnhalle Rupprechtschule

Zeit: Dienstag (außer Ferien)
18.00 - 19.15

Übungsleiter: Wolfgang Friedel

Tel. 0951/23323 privat oder 0951/9323927 dienstlich

Viele unkonventionelle und freche Spiele, freies Geräteturnen und Ballspiele aller Art werden eine Stunde voller sportlichem Spaß bringen und ganz nebenbei wird die Geschicklichkeit, Koordination und Ausdauer geschult.

Wesentliche Stundeninhalte:

- Lustige Staffeln zur Verbesserung von Kraft, Ausdauer und Koordination
- Bewegungsaufgaben zur Förderung des Teamgeistes
- Fantasievolle Bewegungsgeschichten und -landschaften
- Vorstellen und Erproben neuer Turn- und Spielgeräte für Kinder
- Übungen und kleine Spiele mit Alltagsmaterialien



