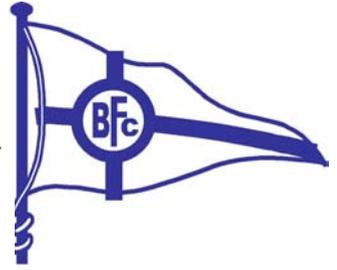


BAMBERGER FALTBOOT-CLUB E.V.  
IM DEUTSCHEN KANU-VERBAND · MITGLIED DES BKV UND  
BLSV

# Bamberger PaddelBlatt

Ausgabe 33 September - Oktober 2014



gut besuchte Schnupperkurse  
Stand-up-Paddling

# In dieser Ausgabe zu lesen:

Intensiv-Anfängerkurs Canadier	3
Weltcup Augsburg Kanuslalom	7
Stand-up-Paddling im Juli	8
Jugendwildwasserfahrt Lofer	11
Wichtige Ansprechpartner im BFC	14
Veranstaltungen und Termine	15
Mittenwald August 2014	17
Lerne Deine Heimat kennen - die Wi(e)sent(a)	21
Stand-up-Paddling im September	23
Aus der Vorstandsarbeit	26
BFC-Jahresübersicht IV. Quartal	27



**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](http://hotel-am-brauerei-dreieck.de)

# „Intensiv“-Anfängerkurs für Canadier

am 5. und 6. Juli 2014

Erste Erfahrungen mit dem Kajakfahren mit vollständigem Paddel (ein Blatt an jeder Seite des Paddels - in Summe also zwei Blätter pro Paddel) in unterschiedlichen Disziplinen habe ich bereits seit ein paar Jahren sammeln dürfen. Erfahrungen mit nur einem Blatt am Paddel (Stechpaddel) fehlten mir noch gänzlich. Durch Paddeltouren mit meinem Kajak gemeinsam mit Canadierfahrern und der mir dabei offensichtlich gewordenen Technik und Ästhetik wurde mein Interesse an dieser Art des Paddelns geweckt. Der ausgeschriebene Anfängerkurs des Referats Canadiersport bot also eine ideale Gelegenheit für mich, diese Lücke zu schließen - und das anscheinend gefahrlos und unter fachmännischer Anleitung.

Aus diesem Grund habe ich mich wagemutig zum Canadier-Anfängerkurs bei Gerhard Loch angemeldet und schon mal versucht heraus zu bekommen, was mich so erwarten wird. Gerhard erzählte, dass sich nur zwei Personen angemeldet haben, der Kurs aber trotzdem stattfinden wird. „Dann machen wir eben einen Intensiv-Anfängerkurs“, so die Originalaussage von Gerhard. Mit gemischten Gefühlen bin ich dann Samstagmorgen um 09:00 Uhr (normalerweise sitze ich um diese Zeit noch mit meiner Frau gemütlich beim samstäglichem Frühstück mit Schinkenbrötchen, weichgekochtem Ei, Tee und anschließendem Espresso) zum BFC-Gelände gefahren.

Nach der kurzen Begrüßung durch Gerhard hat sich herausgestellt, dass Thomas der zweite der insgesamt zwei Teilnehmer bereits ein versierter Kajak-Paddler ist und somit gute Voraussetzung gegeben sind, dass dies tatsächlich ein Intensiv-Anfänger-Kurs werden kann. Nach Auswahl von drei recht unterschiedlichen Kanadiern aus dem Container des BFC und Transport dieser mittels Handwagen zur Anlegestelle am Main-Donau-Kanal haben wir eine kurze Einweisung von Gerhard erhalten. Der Theorieteil fiel erfreulich kurz aus und so konnten wir unsere ersten Erfahrungen im Geradeausfahren, beim Wenden und beim Anfahren sammeln. Das Geradeausfahren klappte nach kurzer Zeit schon recht gut. Die größten Schwierigkeiten gab es beim Anfahren. Dabei finde ich - auch nach Abschluss des Kurses - immer noch nicht das rechte Maß zwischen effektivem Vorwärtkommen und Einhaltung der gewünschten Richtung. Der Tipp von Gerhard bei den ersten Schlägen zu Beginn an der Spitze des Canadiers nicht parallel zum Canadier, sondern senkrecht dazu mit dem Schlag zu beginnen, brachte nur teilweisen Erfolg. Hier fehlt einfach Erfahrung, Erfahrung, Erfahrung ...

Bisher haben wir für unsere Grundübungen den Kanal nur gequert. Zur Vertiefung für das Geradeausfahren paddelten wir bis zur Kettenbrücke und wieder zurück was für Anfänger schon eine erstaunliche Leistung darstellt. Nach so viel Anstrengung und Beanspruchung von Muskelgruppen die sonst nicht bzw. kaum gebraucht werden, hatten wir uns die Mittagspause mehr als verdient.

Nach Verzehr der mitgebrachten Speisen und Getränke sowie kurzem Erholen ging es nun zur Vertiefung der in der Theorie bereits bei uns gut bekannten Grundtechniken am Stangenwald (Tore) an der Anlegestelle des BFC. Hier stellten wir sehr schnell fest, dass das Manövrieren (grundsätzlich und auf engem Raum besonders) mit dem Kajak deutlich einfacher, schneller und mit weniger Technik von statten geht als beim Canadier. Durch häufigeren Wechsel der Boote unter

uns dreien konnten wir dabei auch die Drehfreudigkeit bzw. den Geradeauslauf in Abhängigkeit von der Bootsform „erfahren“. Langeweile kam dabei während des ganzen Tages nicht auf.

Besonderen Spaß hat die Spezialübung von Gerhard gemacht: Der Wiedereinstieg nach dem Kentern auf offenem Gewässer; zuerst mit einem von zwei Männern und anschließend mit zwei von zwei Männern über Bord bzw. im Wasser. Die Besonderheit dabei war, dass es vorher keine Anleitung gab, wie diese Aufgabe zu bewerkstelligen ist, so dass wir hier die besten Methoden selbst durch Ausprobieren herausfinden mussten. Ich verrate nur so viel ... Thomas und ich haben beide Übungen nach mehreren Anläufen mit sichtlichem und berechtigtem Stolz gemeistert. Der Lernerfolg durch das selbständige Ausprobieren war optimal und ist sicherlich nachhaltig.



Nach einem kurzen Spiel mit zwei nassen, in einen Stoff eingenähten Schwämmen war der erste Tag des zweitägigen Kurses geschafft - ich übrigens auch.

Noch am Vortag konnte ich Gerhard davon überzeugen, dass der Beginn am Sonntag um 10:00 Uhr (ursprünglich geplant war eine Stunde früher) vollkommen ausreichend sei. Somit konnte ich wenigstens am Sonntag wie gewohnt ausschlafen.

Da der Main durch lange Trockenheit Niedrigwasser führte (Pegel bei Kemmern < 2,20 Meter) konnte der zweite Tag dieses Kurses leider nicht traditionsgemäß auf dem Obermain stattfinden. Wir haben uns deshalb für die Bamberger Stadtrundfahrt mit Start und Ende bei der Anlegestelle des BFC entschieden. Diese Tour hat eine Länge von mehr als 12 km und ist sehr abwechslungsreich. Der erste Teil bis zum Jahnwehr kann man eher dem Pflichtteil zuordnen und stellt Anforderungen an das Geradeausfahren sowie an die Ausdauer. Nach dem Umtragen am Wehr haben wir festgestellt, dass zur gleichen Zeit auch der Triathlon der IfA nonstop Bamberg stattfand. Deren Schwimmstrecke zwischen dem Jahnwehr und der Buger Spitze war zum Teil identisch mit unserer Tour. Wir konnten aber ohne weitere Komplikationen unsere Tour trotz dieser Großveranstaltung fortsetzen - die auch von Mitgliedern des BFC mit ihren Kajaks auf der Schwimmstrecke unterstützt wurde.

Nach Erreichen der Buger Spitze hatten wir zum ersten Mal das Vergnügen mit Strömung fahren zu können. Dieser Umstand sowie die herrliche Umgebung des Hains ließen die zurückliegenden Anstrengungen schnell vergessen. Erstaunlicherweise sind wir unter der Hainbrücke des Münchner Rings nicht gerade aus in Richtung Schleuse 100 sondern nach rechts in den Hollergraben gefahren den ich nach der Umgestaltung noch nie mit dem Kajak befahre habe. Umso erstaunlicher war, dass auch mit den langen Candiern diese renaturierte Fließwasserstrecke recht gut befahrbar ist. Es hat sogar richtig Spaß gemacht und wir haben uns in diesem Abschnitt sehr lange mit „spielen“ aufgehalten.

Der Hollergraben, welcher am Zinkenwöhr mit einem kleinen Wehr endet, war

**Wir setzen Ihre Träume um!**

Meisterbetrieb

Schreinerei  
Eichhorn

✓ Innenausbau	✓ Türen
✓ Dachausbau	✓ Parkett
✓ Trockenbau	✓ Parkettrenovierung

Hallstadter Str. 5  
96164 Kemmern  
Tel.: 0 95 44 / 75 42  
Mobil: 01 71 / 7 53 98 83

[www.schreinerei-eichhorn.de](http://www.schreinerei-eichhorn.de)

noch einmal eine Herausforderung, die uns aber großen Spaß gemacht hat. Die Befahrung des Wehres ging bei mir - wie immer - nicht ohne Grundberührung ab. Vorbei an der herrlichen Kulisse des alten Kranens am Ludwig-Donau-Main-Kanal haben wir uns die Mittagspause mit mitgebrachten Broten und Getränken am Rathaus Geyerswörth wohl verdient und so - zumindest zum Teil - die verbrauchten Kalorien ausgleichen können.

Jetzt wurde es für einen Anfängerkurs wirklich intensiv: Wir haben oberhalb der alten Rathausbrücke in die Regnitz eingesetzt und sind zum Wildwasserfahren übergegangen. Wir haben hier im Bereich der Oberen und Unteren Brücke das Traversieren und das Einfahren ins Kehrwasser und auch das Ausfahren aus dem Kehrwasser zumindest schon mal probiert und trotz des ungewohnten Paddelns mit nur einem Blatt gab es keinen Schwimmer. Man braucht manchmal einfach auch Glück. In Kleinvenedig angekommen haben wir dann erst mal unsere Helme durch die mitgebrachten Hüte bzw. Mützen ersetzt und haben die herrliche und einzigartige Atmosphäre bei der Fahrt auf dem linken Regnitzarm vorbei an Klein Vendig und der Konzerthalle bei flotter Strömung genossen.

Nach Umtragen der Canadier an der Erba-Schleuse in Gaustadt haben wir mit letzter Kraft das Schlussstück der Bamberger Rundfahrt hinter uns gebracht. Sichtlich erschöpft, aber überaus glücklich und zufrieden sind wir mit vielen neuen Erfahrungen wieder bei der Anlegestelle des BFC angekommen. Nachdem wir die Boote und das Material aufgeräumt hatten, haben wir uns noch bei Kaffee und / oder Radler in der Vereinsgaststätte des BFC gestärkt und unsere Erfahrungen ausgetauscht und somit den Tag und den zweitägigen Kurs gemütlich ausklingen lassen.

Mein Fazit zu diesem Kurs: Meine Teilnahme hat sich auf jeden Fall gelohnt und ich würde mich auf jeden Fall wieder dafür entscheiden, weil es riesig Spaß gemacht hat- trotz oder gerade weil es ein wirklicher Intensivkurs war. Allen Interessierten kann ich die Teilnahme daran nur empfehlen und hoffe, dass im

nächsten Jahr auch ein Fortgeschrittenenkurs dazu angeboten werden kann.

Mein Dank gilt Gerhard Loch, der diesen Kurs ermöglicht und geleitet hat.

Guido Kremitzl

Fotos: Gerhard Loch



# 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

# Weltcup Augsburg Kanuslalom

Vom 15. Bis 17. August fand der letzte Wettkampf der Weltcupserie 2014 in Augsburg statt. Da Maria Himmelfahrt ein Feiertag war bot sich dieser zum Besuch idealerweise an, da die kompletten Vorläufe aller Disziplinen gefahren wurden.

Bisher musste man sich ja immer entscheiden was man ansehen wollte, die Halb- und Finalläufe im K1 Herren am Samstag oder K1 Damen am Sonntag.

Vom BFC starteten die Fans (Shay und Ingrid, Alexander und Dominick und ich) voller Vorfreude Richtung Augsburg. Das Teilnehmerfeld war gespickt mit Weltklasse-Athleten, fast alle Goldmedaillengewinner aus London. Außerdem nahmen zig ehemalige Welt- und Europameister teil, 274 Sportler und Sportlerinnen aus 42 Nationen bildeten ein auch ein numerisches starkes Feld.

Besonders gespannt waren wir Bamberger auch mal Daniele Molmenti (Goldmedaillen Gewinner von London 2012, Welt- und Europameister aus Italien) live in Aktion zu sehen und vielleicht auch ein paar Worte mit ihm zu reden.

Leider war das Wetter nicht gerade vom Feinsten, wahre Wolkenbrüche luden Unmengen Wasser auch von oben auf der Olympiastrecken von 1972 ab, warm war es für August auch nicht gerade. Hier musste man wieder einmal die abgehärteten Athleten bewundern, barfuß - oft mal keine Neo-Hose sondern modische Shorts, wie auch kurze „Kombos“ waren keine Seltenheit.

Als Trainer beruhigten mich die Fahrtweisen der Spitzensportler, auch ihnen (und also nicht nur den von mir betreuten Talenten des BFC) unterliefen oft unerklärliche Leichtsinnsfehler, einfach zu vermeidende Zweier (Torstabberührungen) - und der Bronzemedaillengewinner von London, der Augsburger Hannes Aigner, fuhr auf seiner Heimstrecke im ersten Lauf glatt an einem Tor vorbei und kassierte 50 Strafsekunden.

Wie oben geschrieben boten sich genügend Möglichkeiten zum Plauschen mit den „Cracks“ des Kanu-Slalom. Das Schöne an unserer Sportart ist eben auch die Bescheidenheit der Spitzensportler und man braucht kein VIP zu sein, um gehört zu werden.

Fazit, sollte auch mal ein Nicht-Kanuslalom-Enthusiast Zeit haben, um den Weltcup in Augsburg ansehen zu können, sei das unbedingt empfohlen! Neben absolut traumhaftem Spitzensport gibt es dort auch Athleten zum „Anfassen“.

HKW

Foto: Soriano



Ingrid mit Daniele Molmenti

# STAND UP PADDLING

Einführungskurs im Juli

Wir waren die ersten „Versuchskaninchen“ die den Kurs zur Einführung ins Stand Up Paddling unter der Führung von Gerhard genossen haben. Am 19.07. trudelten nacheinander einige Paddelkameraden ein. Bis dann zehn Minuten nach der abgemachten Zeit auch die letzten zwei zu der neun Mann (Frau) starken Truppe dazustießen.

In der ersten halben Stunde haben wir das Material begutachtet, welches von Jochen M., Stefan D. und Gerhard L. gestellt wurde, dafür herzlichen Dank. Im Verein gibt es derzeit noch keine SUP-Boards.

Die unterschiedlichen Formen, Kielsprünge und Längen ließen schon erahnen, welches SUP schnell, welches stabil und welches die beste Mischung aus Stabilität und Geschwindigkeit hat. Doch die Theorie war lange nicht so spannend wie das Fahren der SUPs.

Nach der kurzen Einführung übers Aufsteigen, Paddelhaltung und Paddelbewegung waren die Ersten aufs Board gestiegen. Da für die vielen Teilnehmer nicht genügend SUPs da waren konnten immer ein paar draußen bleiben und den anderen zuschauen oder in einschlägigen Zeitschriften blättern.

In der ersten Gruppe fiel keiner ins Wasser, deshalb lag bei der zweiten Gruppe noch mehr Spannung in der Luft. Und wie sollte es anders kommen, bin ich als erstes ins Wasser gesprungen, natürlich mit Absicht, denn wir hatten super heißes Wetter.

Nach und nach wurden die unterschiedlichen Boards Probe gefahren. Nachdem jeder froh war, ziemlich sicher auf dem SUP zu stehen und die Grundschräge einigermaßen zu können, kam Gerhard mit den nächsten Übungen.

Zum Wenden des SUPs nach hinten einen Ausfallschritt machen (Gewicht nach hinten aufs Board verlagern, damit es vorne hoch kommt), dann dreht es sich leichter.

Bei einer gemeinsamen Trinkpause wurden Erfahrungen über die verschiedenen Fahreigenschaften ausgetauscht.

Als wir in Zeitschriften, die Gerhard mitbrachte, Yogaübungen auf dem Board gesehen hatten, kamen einige Teilnehmerinnen auf die Idee, dies auch nachzumachen. Ob Kerze, Pflug, Cobra, Purzelbaum oder Handstand es wurde alles ausprobiert, wenn auch einiges ohne Erfolg.

Nachdem Norbert, mein Arbeitskollege den ich mitbrachte, und ich versuchten, während der Fahrt die SUPs zu wechseln, was nur teilweise gelang, war auch schon die Zeit vorbei.

Noch mal ein großes Dankeschön an Jochen, Stefan und Gerhard für die Leihgabe, und ein ganz großes Dankeschön an Gerhard der diesen lustigen sportlichen Samstagvormittag für uns möglich machte.

Marcel Kammerer

Fotos: Gerhard Loch





# Kieser Training – die Grundlage für alle Sportarten

Bauen Sie gezielt Muskeln für Ihre Sportart auf und optimieren Sie Ihre Leistung durch unsere speziellen Trainingsmethoden.

## **Bamberg**

Fortenbachweg 9

Telefon (0951) 302 82 00

 Kundenparkplätze

[www.kieser-training.de](http://www.kieser-training.de)

*Testen Sie uns  
mit einem kostenlosen  
Einführungstraining*

**KIESER  
TRAINING**

FÜR KRAFT UND GESUNDHEIT

# Jugendwildwasserfahrt Lofer

Kajak, Canyoning und EPP

Die langersehnten Sommerferien stehen vor der Tür, wir brechen auf zum Jugendlehrgang des BFC nach Lofer. Dabei sind Miriam, Flo, Christian, Mario, Carlo und Daniele, Peter F. ist unser Lehrgangsleiter. Nach Hunderten von Kilometern und stundenlangen Staus am Irschenberg kamen wir am Freitagabend endlich an. Zelte aufbauen bevor es dunkel wird, essen und schlafen, wir sind alle ziemlich platt.

Wir fahren Samstagfrüh als erstes Au bis Unken. Es geht schon rauschend los und interessante Stellen wechseln sich ab mit ruhigem Fluß und Zeit zum Spielen.

Etwas nach der Hälfte der Strecke fließt rechts ein kleines Rinnsal in die Saalach und Peter strandet an dem kleinen Strand an. Er lädt uns ein mitzukommen, wir folgen ihm bergauf den Bachlauf, bis zu seinem Ursprung aus der Innersbachklamm. Er zögert nicht und geht den Steg hinauf, klettert übers Gelände und springt in den Gumpen. Nach fünf



Minuten waren alle patschnass und mindestens dreimal in den Gumpen gesprungen, Peter lädt uns nochmal ein, wir folgen ihm den Steg hoch. Der führt



uns in die Klamm hinein, Treppen hoch über die Stufen mit Wasserfällen, tosendes Wasser unter uns. Wir erreichen den Einstieg zur Klamm, außer Carlo (der noch zu jung für sowas war) und mir (zu alt) begaben sich alle hinein und begannen zu rutschen, tolle Abkühlung für so einen heißen Tag. Unten wieder heil angekommen sprangen gleich alle nochmal in den Gumpen, um dann bis Unken entspannt auszupaddeln. Danach kochen, essen und dann Palatschinken beim Gasthof Krepper am Berghang über Lofer.

Am Sonntag entschieden wir uns für die Slalomstrecke nach dem Frühstück um dann gleich nochmal Au bis Unken paddeln zu können, wieder mit dem kleinen Ausflug in die Innersbachklamm, diesmal war Carlo alt genug und ich jung genug und wir rutschten alle nochmal runter.

Nach dem Essen und Herumtoben auf dem Campingplatz besprechen wir den

letzten Tag, wir stimmen ab: Slalomstrecke (1) versus Au - Unken (4), eine Enthaltung. Danach setzen wir uns mit einigen wichtigen Themen auseinander. Unterkühlung beim Paddeln, Verletzungen, Hilferuf 112 waren unter anderem die Themen. Abschließend konnten wir sagen, die Unterkühlung gibt es wirklich und man kann z. B. auch ein Feuer machen, um sich aufzuwärmen. Aber womit es anzünden, fragten wir uns. Also vergesst nicht das Fichtenharz... oder die Buchenzweige.

Am Sonntag nochmal unsere Hausstrecke, wir stoppen an einem großen Schwall mit Verblockungen um Rettungsübungen zu machen. Im Nu hat Peter alles erklärt und die Wurfsäcke fliegen, wir besprechen genau, wo wir die Schwimmerrettung üben und begutachten Strömung und Steine im Fluß. Der erste Freiwillige ist auch gleich bereit ins kalte Wasser zu springen und unermüdlich sind alle mit retten und gerettet werden, springen und schwimmen, Springer sichern und herausziehen beschäftigt.

Irgendwann auf dem Weg zu unserem Auto am Einstieg schaue ich auf die Uhr und sage zu Peter: „ Es ist 16.00 Uhr“ - um 21.30 fallen wir am BFC todmüde aus den Autos - die Ferien können beginnen, morgen gibt´s Zeugnisse. Für uns gab es außerdem den Europäischen Paddel Pass, herzlichen Glückwunsch dazu allen Teilnehmern!

Ingrid Löffler-Sorian



Fotos: Soriano

Café · Bistro · Biergarten

Das

Faltboot

am  
ERBA-Park



## PIZZA-HAPPY-HOUR Ab September

★ täglich (Montag Ruhetag) 17.00 bis 18.00 Uhr ab 5,50 € ★



## Anlanden - Entspannen - Ablegen

Das Faltboot am ERBA-Park.

Weidendamm 150 | 96047 Bamberg | Tel. 09 51-96 83 86 09 | [www.dasfaltboot.de](http://www.dasfaltboot.de)

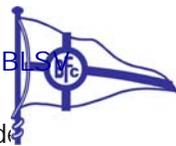
Öffnungszeiten: Montag Ruhetag, Di - Sa 14.00 bis 23.00 Uhr, Sonn- und Feiertag 10.00 bis 23.00 Uhr

# BAMBERGER FALTBOOT-CLUB E.V.

IM DEUTSCHEN KANU-VERBAND · MITGLIED DES BKV UND BLSV

Weidendamm 150      Tel. 0951 68624

96047 Bamberg      info@faltbootclub.de      www.faltbootclub.de



Bankverbindung: Sparkasse Bamberg Konto-Nr 12 757 BLZ 770 500 00

Vereinsgaststätte "DAS FALTBOOT": Tel. 0951 96 83 86 09 www.dasfaltboot.de

Impressum Bamberger PaddelBlatt:

offizielle Vereinsnachrichten des Bamberger Faltboot-Club e.V. (Herausgeber),  
erscheint alle zwei Monate, Auflage ca. 300st

Redaktion Bamberger PaddelBlatt (V.i.S.d.P.):

Karin Neubauer, [paddelblatt@faltbootclub.de](mailto:paddelblatt@faltbootclub.de), Tel. 09503 502810

## Wichtige Ansprechpartner im BFC

Vorstandsvorsitzender <b>Dr. Michael Steber</b>	09505 803077
Vorstand Geschäfts-/Schriftführung <b>Stefan Dittmar</b>	0179 1107026
Vorstand Finanzen <b>Katrin Steinmetzer</b>	0951 6010170
Vorstand Breitensport <b>Harald Thiele</b>	0951 133545
Vorstand Leistungssport <b>Werner Merklein</b>	0951 3093050
Referentin Jugend <b>Ingrid Löffler-Soriano</b>	09547 872338
Referent Wandersport <b>Armin Hein</b>	0951 9170333
Referent Wildwasser <b>Thomas Neubauer</b>	09503 502810
Referent Kanu-Slalom <b>Christof Pfannenmüller</b>	0951 23323
Referent Canadiersport <b>Gerhard Loch</b>	0951 1339847
Referent Drachenboot <b>Jürgen Hoh</b>	0951 2994871
Referent Geräte/Schulboote <b>Norbert Sperlein</b>	0951 5190167
Referent Bootshaus/Campingplatz <b>Michael Rudhart</b>	0171 2655702
Referentin BFC-Veranstaltungen <b>Susanne Adelhardt</b>	0951 23689
Referentin Öffentlichkeitsarbeit <b>Karin Neubauer</b>	09503 502810
Mitgliederverwaltung/Archiv <b>Stefan Leimeister</b>	0171 8077768

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

WICHTIG !!!

Redaktionsschluss für die Ausgabe Nov - Dez ist am 10.11.2014!

# Veranstaltungen und Termine

02. - 05.10. Abpaddeln  
04. - 05.10. Kanuslalom in München, Abschluss Bay. Meisterschaft  
06.10. Start Freestyle-Training im Bambados  
11.10. Familien-Radtour  
24. - 26.10. Kanuslalom Trainerseminar in Augsburg  
07.11. Start Eskimotier-Training, Hallenbad der Lebenshilfe



Fotos: Gebert, Soriano, Scholz





# Rosengarten Kleintierpraxis

Dr. med. vet. Shay Soriano

Nach Vereinbarung

Rosengarten 6 · 96199 Zapfendorf

Telefon 095 47/87 23 38 · Handy 01 62/3 29 81 67

E-Mail: shaysoriano@freenet.de



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](http://www.nsb-cases.de) E-Mail: [info@nsb-cases.de](mailto:info@nsb-cases.de)



...der dübel dienst hilft!



Martin Langhans  
Maria-ward-Str. 76  
96047 Bamberg



[http:// der-duebel-dienst.de](http://der-duebel-dienst.de)

mobil: 0176-61286547

email: [derduebeldienst@web.de](mailto:derduebeldienst@web.de)



Montagen Möbel Gartenhäuser...



# Mittenwald August 2014

- ein bisschen Schwund ist normal

Thomas N. hatte für das verlängerte Augustwochenende eine Wildwasserfahrt ausgeschrieben, die trotz Urlaubszeit regen Anklang fand und einigen Teilnehmern die ein oder andere persönliche Erstbefahrung bescherte.

Zunächst sah es so aus, als ob wir in ganz großer Runde starten würden, aber kurz vor knapp hagelte es Absagen. Da gab es zu viel Arbeit, keine geeignete Unterkunft, fehlende Option für den anschließenden Familienurlaub und Solidarität mit dem Vielarbeiter, von der Wettervorhersage war komischerweise nie die Rede. Der Spruch von den 10 kleinen Negerlein machte schon die Runde. Die Fahrt war aber nicht in Gefahr und die Absagen sind zumindest für das folgende Insiderrätsel geeignet: Ordne folgende Namen (Nele und Roger H., Nobs, Marion und Stefan L.) den genannten Absagegründen zu und schicke die Lösung per Postkarte an BFC, Weidendamm 150, 96047 Bamberg. Als Gewinn lobe ich hiermit stark gebrauchte und stets barfuß getragene Neoprenschuhe aus. Unter allen richtigen Einsendungen wird ohne Mitwirkung eines Notars der Gewinner gezogen. Die Übergabe erfolgt nachdem die mit Bier (wahlweise auch alkoholfreiem) gefüllten Schuhe in aller Öffentlichkeit, also am besten im Faltboot, vom Gewinner auf ex geleert worden sind. Viel Spaß beim Mitmachen und Gewinnen! Ich wäre auch sehr gern mit den „Absagern“ gefahren, aber als viel arbeitender Familienvater kann ich die Gründe gut nachvollziehen und ich bin ja sonst derjenige, der mehrtägige Vereinsfahrten häufig auslässt.

Es blieben Thomas und Sven N., Norbert S., Martin G., Schumi, Matthias V. und ich übrig. Wegen der brauchbaren Pegel entschieden wir uns für Mittenwald und nächstigen überwiegend auf dem Isarcampingplatz. Wir trudelten Donnerstagabend und Freitagmorgen ein und entschieden uns zum Einfahren für die Obere Isar. Leider wurden wir noch am Campingplatz dezimiert. Schumi räumte ein, dass es ihm nicht gut geht und er nicht mitfahren wolle. Da waren's nur noch sechs. Wir wollten vom Oberlauf Hinterantal bis zum Campingplatz paddeln. Die trockenen Klamotten blieben also am Campingplatz. Mit unseren Autos fuhren wir bis Scharnitz. Von dort ging es mit dem Shuttleservie Hotel Ramona nach kurzer Wartezeit zum Einstieg.

Die Isar ist im oberen Teil abschnittsweise mit WW III angegeben. Sie hatte vor dem Zufluss des Karwendelbach weniger Wasser als erhofft, dennoch war sie gut zu fahren und wir hatten unseren Spaß. Keiner war fahrtechnisch oder psychisch am Limit. Das Wetter machte leider nicht so richtig mit. Nach einem zunächst trockenen Start fing es an zu regnen und Gegenwind kam auf. In Scharnitz stiegen wir aus, um das Wehr anzuschauen und gegebenenfalls zu umtragen. Sven und Norbert strichen die Segel und fuhren mit dem Auto zum Campingplatz. Da waren's nur noch vier. Wenn ich trockene Klamotten im Auto gehabt hätte, wäre meine Entscheidung wahrscheinlich auch so ausgefallen, denn es regnete noch



immer in Strömen. Aber mir war halbfrigid im Boot lieber als ganzfrigid im Auto. Das Wehr schauten wir uns gründlich an und kamen zum Ergebnis, dass es keine kontrollierbare Durchfahrt gibt. Nachdem wir 500 Meter auf dem Wasser zurückgelegt hatten, kam die Sonne raus und die Sicht auf das Bergpanorama war umwerfend, beinahe kitschig. Ab Scharnitz war die Strömung recht stark. Der Durchfluss betrug  $13,7 \text{ m}^3/\text{s}$  und wir brauchten bis zum Campingplatz nur knapp zwei Stunden. Die Iller Stelle hatte ich noch gut in Erinnerung, da ich diesen Abschnitt der Isar vor 2 Jahren im Anfängerstadium gefahren bin. Sie war heuer für alle problemlos zu fahren. Matthias, der vor 2 Jahren auch mit dabei war und an der Stelle unfreiwillig aussteigen musste, kam entspannt durch, Thomas und Martin sowieso und ich merkte sehr deutlich, dass ich in den letzten beiden Jahren routinierter geworden bin. Bis zum Campingplatz waren wir wieder gut aufgewärmt, aber als wir abends zum Essen auf eine Hütte spazierten, waren die Himmelsschleusen wieder offen. Den abendlichen Ausklang organisierte Beate. Wir waren bei einer Bekannten von ihr, die eine sehr schöne kleine Hütte führt, die allein mit uns beinahe voll besetzt war. Ganz anders als die Mainstreamkneipen, die sonst so oft in touristisch erschlossenen Gebieten zu finden sind. So fand der Abend ein beschauliches Ende.

Zu meinem Leidwesen führen wir am Samstag die Ammer, die ich schon in meinem imaginären Tourenbuch hatte. Mir wäre der Reißbach viel lieber gewesen, aber der war nicht mehrheitsfähig Schwund gab es durch Norbert, der an diesem Tag mit Beate wandern wollte. Dafür war Schumi mit am Start. Auch die Ammer führte mit  $10,7 \text{ m}^3/\text{s}$  weniger Wasser als gehofft, so ähnlich wie ich sie schon kannte und weit weg von der „Hammerammer“ von der ich leider nur gelesen habe. Die Scheibum hatte nichts Bedrohliches und war eine von vielen Spielstellen, die wir mehr oder minder ausgiebig nutzten. Anfangs war es mir etwas zu warm, aber schon bald setzte wieder Regen und Wind ein. Sven spielte anfangs sehr intensiv und zog sich beim Rollen wegen des niedrigen Pegels eine tiefe Hautabschürfung am Daumen zu. Die Oberhaut war großflächig komplett weg. Schon das Anschauen tat weh. Das kann einem das Paddeln echt verleiden, vor allem wenn es auch noch kalt ist. Sven wollte uns dann animieren, schneller zu fahren. Das war aber nicht mehrheitsfähig. Unser Jungstar musste damit leben, dass er mit „alten Männern“ unterwegs war, die den Bach runter spielen und nicht runter bügeln wollten. Am Ausstieg schien es so, als ob der Himmel den Wasserstand massiv aufbessern wollte, es kam richtiger Starkregen auf. Ein paar britische Kajakfahrer bauten sogar ein Tarp auf. Es fiel mir schwer, mich aus meinen Klamotten zu schälen, so viel Wasser wollte ich gar nicht auf der Haut. Der Shuttle-Matzda von Schumi hat leider



keine Heckklappe, die die Bezeichnung Regenschutz verdient. Abends ging's nur in die Zeltplatzkneipe, das ersparte Fahraufwand und den Abend ließen wir später am Lagerfeuer ausklingen. Kaum zu glauben, es regnete mal 2 Stunden am Stück nicht.

Sonntag stand die Griesenschlucht der Loisach an. Norbert wollte den Abschnitt gern mitfahren, so dass wir das Beste bis zum Schluss aufgehoben haben.

Mich erwischte mal wieder die geriatrische Bettflucht in diesem Fall Schlafsackflucht, so dass ich schon vor 6:00 Uhr mein Zelt verlies. Es war saukalt und neblig. Nach dem zweiten Kaffee kam die Sonne raus und es kündigte sich ein Bilderbuchtag an. Selbst die vom Vortag noch komplett nassen Paddelklamotten trockneten bis wir losfuhren.

Die Loisach ist im Abschnitt Griesenschlucht ein technisch anspruchsvoller Bach, WW III+ mit 2 IVer Stellen. Der Bach ist schmal und relativ steil, aber das Wasser wird durch große Steine im Flussbett und einige Kurven und Stufen gebremst. Wir hatten 10,5 m<sup>3</sup>/s Durchfluss, also in etwa das, was auf dem Eiskanal die Olympiastrecke runter läuft.

Im Einstiegsbereich hing über der Loisach ein Banner mit dem Hinweis auf Baumverhau und Lebensgefahr. Uwe und Jesko sind die Griesenschlucht schon Freitag gefahren und hatten vermeldet, dass alles fahrbar sei. Dennoch haben wir uns selbst ein Bild von der Sache gemacht. Schon nach wenigen Metern lag ein Baum quer in der Fahrlinie allerdings recht hoch, auf der Hasslach haben wir uns schon tiefer bücken müssen. Also rein in die Boote und ab, schön geordnet natürlich und in zwei Gruppen, die aber immer Sichtkontakt hatten. Es machte riesigen Spaß, die Schwierigkeiten waren etwas mehr als auf der Ammer nur ohne Flachwasserpassagen. Der Baum war kein Problem und allen war die Freude am Fahren anzusehen.



Den Dom, eine Engstelle bestehend aus einer S-Kurve mit Prallwand am Anfang und verblockter Stufe am Ende, haben wir ausführlich gescoutet, insbesondere um zu sehen, ob und wo Bäume in der Durchfahrt hängen. Die Domburchfahrt haben wir alle überstanden. Von breitem Grinsen bis leichten Verspannungen und erfolgreichem Rollen war alles dabei.

Der Bach wird danach etwas leichter und verlangt erst am Treppenhaus, Charakteristik selbsterklärend, wieder mehr Konzentration, aber alles noch im Komfortbereich. Sven war trotz seines jugendlichen Alters fahrtechnisch über jeden Zweifel erhaben. Es scheint tatsächlich so zu sein, dass in einem guten Slalomfahrer auch ein Wildwasserfahrer steckt. Die Erstbefahrungspopoklatscher waren mir neu und trafen Sven, Matthias, Norbert und mich.

Die Thomas, Sven und ich sind nach einer kurzen Pause den Abschnitt noch mal gefahren. Ein Mädels hat sich bei uns eingeklinkt. Für sie war es auch der zweite Umlauf. Es ging viel schneller, weil wir nichts mehr anschauen mussten und das

Mädel saß so sicher im Boot, dass eine Absicherung mit Wurfsack nicht erforderlich war. Ich fuhr etwas lässiger als beim ersten Durchgang und der Bach quittierte es mit zwei Kerzen, aber alles kein Problem. Schön war's und die Loisach fahr ich gern wieder auch bei etwas mehr Wasser.

Einige von uns blieben noch länger aber für Matthias und mich war Schluss und wir fuhren heim. Ich hoffe, bald mal wieder in ähnlicher Konstellation auf dem Bach zu sein. Vielleicht die Untere Ötz beim Abpaddeln.

Ralf Kämmer

Fotos: Martin Gebert

**H O T E L G A R N I**



Hotel Am Blumenhaus  
Amalienstr. 1  
96047 Bamberg  
Tel.: 0951-2080225

Internet: [www.hotel-am-blumenhaus.de](http://www.hotel-am-blumenhaus.de)

# Lerne Deine Heimat kennen

## - Park, walk and play - oder: die Wi(e)sent(a)

Idyllisch und still ist es heute, nur das vielstimmige Gezwitscher der Vögel und das sanfte Plätschern der Wellen ist zu hören. Rechts oberhalb von uns, auf der B 470, zieht ein nicht enden wollender Strom von Radfahrern und Inlinern wie Schatten vorbei - wir sehen sie zwar, hören aber - nichts... Wir glauben zu träumen, bis sich scheppernd und johlend fünf Leihboote von flussauf ankündigen, besetzt mit je einem triefnassen Girlie auf dem vorderen Sitzplatz und ihrem obercoolen, fast noch trockenen Boyfriend hinten. Sie: kreischt bei jedem Spritzer Wasser auf ihrer Jeans, er: raucht lässig.

Endlich, jetzt hat uns die Realität wieder! Wir befinden uns an einem sonnigen, schwülheißen Spätsommersonntag auf der „klassischen“ Strecke der Wiesent und sind dabei doch (fast) allein auf dem Wasser!?

Nachdem die Wisenta-Fahrt in Thüringen leider wegen Wassermangels komplett ausfallen musste, wollten wir eine gemütliche, kleine Wiesent-Tour machen. Dass aber ausgerechnet an diesem Sonntag der Fränkische-Schweiz-Marathon stattfindet, viele Straßen deshalb gesperrt sind und überall auf der B 470 Straßenfeste stattfinden, hatten wir nicht eingeplant und eine halbe Nacht lang über den besten Weg zum Wasser gegrübelt...

Trotzdem finden sich sieben mutige Paddler(innen) und Emma die Hundedame zusammen, die es mit Staus, Umleitungen und der freiwilligen Feuerwehr an den Straßensperren aufnehmen wollen. „Jetzt erst recht“ heißt die Devise bei der Krisensitzung. Dann beginnt die Odyssee zum Fluss in einem großen Bogen von Süden her, durch wunderschöne Dörfer und Landschaften, wo keiner von uns je zuvor gewesen ist, mit schmalen Ortsdurchfahrten und halbsbrecherisch steilen Waldwegen. In Behringersmühle, welch Glück, können wir sogar bis zum Parkplatz fahren und müssen statt der befürchteten 1-2 km nur ca. 5 Minuten weit unsere Boote tragen bzw. wagen!!! Nach nur drei Stunden Anfahrt - tataa - sind wir schon auf dem Wasser!

Der Rest ist, wie gesagt, herrliches Paddelvergnügen, himmlische Ruhe, wohlverdiente Eis- und Kaffeepause. Die aufheulenden Motoren auf der nahen Straße oder die Krankenwagen, die zu verunglückten Motorradfahrern eilen, vermissen wir nicht im geringsten. Man meint, in einem abgeschiedenen, unbekanntem Tal zu sein. Nur das schrille Pfeifen der historischen Diesel-Lok zerreißt die Stille. Und vom Marathon selbst, dem Massenaufmarsch der Zuschauer und den immer gleichen Anfeuerungsrufen per



Lautsprecher bekommen wir nichts (mehr) mit, als wir am frühen Abend in Niederfellendorf eintreffen. (Der schnellste Läufer war übrigens ein Äthiopier, der für Bayreuth startete, er lief die 42 km in 2 Std. 31 Minuten; der langsamste war 6 Std. 40 Minuten unterwegs.)

Die verbleibende Zeit, bis um 19 Uhr alle Straßensperren wieder aufgehoben werden, verbringen wir im nahegelegenen Biergarten und füllen unsere leeren Energiespeicher wieder auf. Noch liegt tiefe Ruhe über dem Wiesenttal, kein Auto ist zu hören. Doch dann - ein Motorrad, und noch eins! Und - ein Gewitter! So ein Glück, für die Läufer und für uns, dass es erst jetzt kommt und diesen unglaublich schönen Tag beendet. Trotz der strapaziösen Anfahrt bereut keiner, dabei gewesen zu sein. Vielen Dank an alle, die so verrückt waren, sich auf diese Tour ins Ungewisse einzulassen! Nächstes Jahr wieder, gleicher Ort, gleiche Zeit !?

Barbara Scholz  
(Text und Fotos)



A logo for Eugen Koch GmbH. The name "Eugen Koch" is written in a white, stylized script font. Below it, "GmbH" is written in a smaller, white, sans-serif font. The background is a blurred image of several colorful, geometric shapes (triangles and squares) in shades of orange, red, and black. Below the logo, the text "EINRICHTUNGSWERKSTATT FÜR IDEEN IN HOLZ" is written in a bold, black, sans-serif font. At the bottom right, the website address "www.EUGEN-KOCH.de" is written in a smaller, black, sans-serif font.

# Stand Up Paddling

Kurs bei Gerhard am Samstag den 6.9.

Auf meiner Suche nach einem Stand-Up-Paddling-Kurs wurde ich tatsächlich beim Bamberger Faltbootclub fündig. Äußerst erfreut, dass ich direkt vor der Haustüre ein so tolles und zudem günstiges Angebot gefunden habe, ging es am Samstag mit fünf anderen Teilnehmern (insgesamt zwei BFCler und vier Nichtmitglieder, mehr Teilnehmer konnten bei diesem Kurs nicht teilnehmen, da wir sowieso schon mehr Teilnehmer als Boards waren – Gerhard musste sogar drei weiteren Teilnehmern absagen) los.

Die Voraussetzungen der Teilnehmer reichten von mehrjähriger Paddelerfahrung (das waren dann die BFCler, die schon mit Canadiern auf dem Wasser unterwegs waren) bis gar keine Erfahrung auf dem Wasser.

Nach einer kurzen theoretischen Einführung (u. a. Erläuterung der unterschiedlichen Boardtypen und natürlich Einführung in die Paddeltechnik) ging es auf die Bretter. Zunächst waren alle darauf bedacht, nur nicht reinzufallen. Ein Teilnehmer blieb seinem Vorsatz bis zum Schluss auch treu. Alle anderen machten zwar Bekanntschaft mit dem feuchten Nass, nahmen es aber mit Humor. Durch die verschiedenen Übungen, die wir auf dem Wasser gemacht haben, war ein Kontakt mit diesem teilweise auch nicht zu verhindern.

Für alle Teilnehmer war es sehr erstaunlich, wie schnell wir mit der Technik vertraut wurden. Jeder durfte mal auf jedem Brett fahren um die Unterschiede zwischen den Brettern zu testen. Ging man zunächst mit dem Anfänger-Brett von Gerhard auf Nummer sicher, wurde am Ende des Kurses auch mit den schnittigen Modellen geübt und Yogaerfahrene Teilnehmerinnen übten sogar auf den Brettern verschiedene Asanas. Die Mischung aus Streckepaddeln und Yoga bzw. Fitness-Übungen auf dem Brett gefiel einigen Teilnehmerinnen sehr gut und könnte auch für die Zukunft ein schönes Training sein.

Auf die Frage, was jetzt eigentlich das Besondere am Stand-Up-Paddling ist, gibt es wahrscheinlich individuell sehr unterschiedliche Antworten. Für die Teilnehmer in diesem Kurs ist der Sport aus folgenden Gründen attraktiv:

- SUP ist leicht zu erlernen
- SUP kann man sehr meditativ, aber auch sehr sportlich betreiben
- der ganze Körper ist gefordert
- die Bretter sind leicht und können einfach transportiert werden
- die aufrechte Haltung mit Blick in die Ferne gibt ein gutes Gefühl
- das Gleichgewicht wird sehr gut geschult

Alle Teilnehmer waren begeistert und wollen das Stand-Up-Paddling vertiefen. Super wäre es dafür natürlich, Boards im Faltbootclub leihen zu können bzw. dort weitere Kurse und/oder Fahrten machen zu können.

Zu dem guten Gelingen des Kurses hat neben dem tollen Sport natürlich vor allem

auch Gerhards ruhige und kompetente Art beigetragen. Wir hoffen, dass er sein Wissen noch an viele Wasserbegeisterte weitergeben wird.

Danke auch nochmal an Gerhard und Jochen Mergner für die zur Verfügungstellung von Material.

Antje Neundorfer

Café · Bistro · Biergarten

Das  
**Faltboot** am  
ERBA-Park



**Essen wie zu Oma's Zeiten**

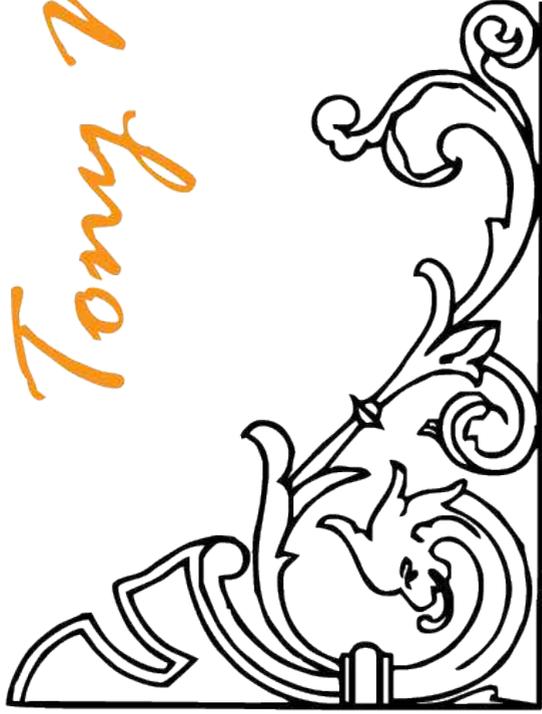


**Entdecken Sie "alte" Bamberger Gerichte neu!**  
- ab Donnerstag, 25. September 2014 -  
Jeden Donnerstag und Freitag ab 17.00 Uhr  
Weitere Infos siehe [www.dasfaltboot.de](http://www.dasfaltboot.de)

**Anlanden - Entspannen - Ablegen**  
Das Faltboot am ERBA-Park.  
Weidendamm 150 | 96047 Bamberg | Tel. 09 51-96 83 86 09 | [www.dasfaltboot.de](http://www.dasfaltboot.de)  
Öffnungszeiten: Montag Ruhetag, Di - Sa 14.00 bis 23.00 Uhr, Sonn- und Feiertag 10.00 bis 23.00 Uhr

*Tony Maldonado*

Stukkateurmeister



Altbausanierung • Trockenbau • Putz- und Malerarbeiten

Seehofstraße 8 , 96163 Gundelsheim

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

# Aus der Vorstandsarbeit

Aus der vielfältigen Arbeit der Vorstandschaft gibt es folgendes zu berichten:

## Verkauf alter Rennboote

Es wurden eine Reihe alter Rennboote, darunter auch gut erhaltene Holzboote aussortiert, die nun zum Verkauf stehen.

Die entsprechenden Boote sind im BFC für den Trainings- und Rennbetrieb nicht mehr geeignet, jedoch für sportliche Kanuten oder Sammler durchaus interessant.

Interessenten melden sich bitte umgehend bei der Vorstandschaft.

## Rathauswelle

Die Gespräche mit der Stadt Bamberg und dem Triebwerksverband zur Umgestaltung der Rathauswelle sind wieder aufgenommen worden.

## Stand-up-Paddling

Aufgrund des zahlreichen Interesses bei den angebotenen Schnupperkursen wird die Anschaffung von vereinseigenen SUPs und Paddeln geprüft.

## Herbstputz

Termin wird rechtzeitig per email-Verteiler bekannt gegeben

nk

...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

# BFC Jahresübersicht 2014

Stand: 15.09.2014

OKTOBER				NOVEMBER				DEZEMBER			
1	mi			1	sa			1	mo		
2	do			2	so			2	di		
3	fr	Abpoddein		3	mo			3	mi		
4	sa	Thomas Neubauer	München	4	di			4	do		
5	so	(Bus)	Bayerische	5	mi			5	fr		
6	mo			6	do			6	sa		
7	di			7	fr			7	so		
8	mi			8	sa			8	mo		
9	do			9	so			9	di		
10	fr			10	mo			10	mi		
11	sa	Familien RadTour Fritz Haag		11	di			11	do		
12	so			12	mi			12	fr		
13	mo			13	do			13	sa		
14	di			14	fr			14	so		
15	mi			15	sa			15	mo		
16	do			16	so			16	di		
17	fr			17	mo			17	mi		
18	sa			18	di			18	do		
19	so			19	mi			19	fr		
20	mo			20	do			20	sa		
21	di			21	fr			21	so		
22	mi			22	sa			22	mo		
23	do			23	so			23	di		
24	fr		Trainer- seminar	24	mo			24	mi		
25	sa		Augsburg	25	di			25	do		
26	so		Christof (Bus)	26	mi			26	fr		
27	mo			27	do			27	sa		
28	di			28	fr			28	so		
29	mi			29	sa			29	mo		
30	do			30	so			30	di		
31	fr							31	mi		

Ferien
Übungsleiter
Familie

Wildwasser
Slalom
Canadier

Wanderfahrer
Jugend
Alle

