

# An die Paddel, fertig, los!

**WASSERSPORT** Beim WSV Rheintreue kannst du das Kanufahren lernen

Von Verena Bretz

**D**u bist am liebsten draußen, magst Wasser und machst gerne Sport? Dann hat Kruschel einen tollen Tipp für dich: Versuch's doch mal mit Kanufahren! Dabei kannst du gemeinsam mit anderen Kindern auf dem Wasser

trainieren, zu Wettkämpfen reisen und gewinnst vielleicht sogar Medaillen.

Das neugierige Zeitungsmonster hat den Wassersportverein (WSV) Rheintreue in Düsseldorf besucht. Diesen Kanurennsportverein gibt es schon seit mehr als 80 Jahren, und er gehört zu den erfolgreichsten in Nordrhein-West-

falen. Die Sportler haben schon viele Medaillen bei Olympischen Spielen, Welt-, Europa- und anderen Meisterschaften gewonnen. Und das Beste: Die Mannschaft freut sich über jeden, der Lust hat, eine Runde zu paddeln. Kanuten sitzen übrigens entweder alleine im Boot oder als Zweier- oder Vierer-Team.



## Schnelle Erfolge

Wer das Kanufahren lernen möchte, sollte mindestens acht Jahre alt sein und sicher schwimmen können (Bronze oder ein höheres Schwimmabzeichen). Im Sommer trainieren die Kanuten des WSV Rheintreue zweimal in der Woche auf dem Wasser und fahren am Wochenende zu Wettkämpfen. Im Winter trainieren sie in der Turnhalle. Zum Training gehört nämlich nicht nur das Paddeln, sondern auch Laufen, Gymnastik und Krafttraining. Übrigens: Beim Paddeln hast du schnell Erfolg! Anfangs fällst du vielleicht noch ins Wasser, aber bereits nach etwa zwei Monaten kannst du schon bei deiner ersten Regatta starten.

## Einfach ausprobieren

Zur Kinder- und Jugendabteilung des WSV Rheintreue gehören aktuell 15 Jungen und Mädchen bis 17 Jahre, die von drei Trainern betreut werden. Wenn du Lust hast, den Kanusport auszuprobieren, kannst du einfach zum Schnuppertraining kommen. Trainiert wird im Hafengebäckchen im Düsseldorfer Medienhafen unterhalb des Rheinturms. Du brauchst nur deine Sportkleidung und Wechsel Sachen. Rettungsweste (die ist Pflicht!), Paddel und das Boot bekommst du vom Verein. Die Nachwuchsabteilung hat mehr als zehn Schülerboote. Die sind etwa vier Meter lang, extra für Anfänger und kippen nicht so schnell um. Alle anderen Infos hat die Jugendtrainerin Tina Köhler: Tel. 0151 - 17924207.





## Paddeln oder Rudern?

Manche Leute denken, dass Rudern und Paddeln dasselbe ist. Das ist aber Quatsch – zwischen beiden Wassersportarten gibt es große Unterschiede: Die Kanuten schauen in Fahrtrichtung, während Ruderer rückwärts, also praktisch „blind“ fahren. Außerdem haben Kanuten ein einziges Paddel, während Ruderer zwei Paddel (so heißen die Ruder) benutzen. Kanuten fahren in wendigen Kajaks oder in weniger wendigen Canadiern. Ruderboote sind hingegen sehr schlecht wendbar. Und dann gibt es noch einen Unterschied in der Geschichte der beiden Wassersportarten: Der Kanusport hat seinen Ursprung in der Arktis (die Kajaks der Eskimos) und in Nordamerika (die Canadier der Indianer), der Rudersport hat seinen Ursprung in der Antike (die Galeeren, also die Kriegsschiffe).



## Gemeinsam unterwegs

Die Nachwuchskanuten des WSV Rheintreue sind in der Regatta-Saison zwischen April und September bei ungefähr zehn Wettkämpfen in verschiedenen Städten dabei. Die Wettkämpfe sind am Wochenende oder in den Schulferien. Oft zeltet das komplette Team dann vor Ort – das macht allen besonders viel Spaß.



## Kruschels Fragen an Lino

Lino (links auf dem Siegerfoto) ist 14 Jahre alt und seit einigen Jahren Mitglied im Kanurennsportverein Rheintreue. Er ist ein sehr erfolgreicher Kanufahrer und hat schon mehrere Titel gewonnen, zum Beispiel bei den Westdeutschen Meisterschaften in den Disziplinen 500 Meter, 2000 Meter und im Kanu-Mehrkampf.

### Was gefällt dir am Kanusport?

Besonders im Sommer gefällt es mir, dass ich auf dem Wasser bin und mich abkühlen kann. Ich mag auch, dass man für die Anstrengung belohnt wird.

### Was ist deine Lieblingsdisziplin?

Auf Regatten mag ich am liebsten die 2000-Meter-Strecke, die Strecke über 500 Meter und den Kanu-Mehrkampf. Der besteht aus mehreren Disziplinen und ist erst für Sportler ab 12 Jahren, die 2000-Meter-Strecke übrigens auch.

### Welches Ziel hast du?

Mein Ziel ist die Nationalmannschaft.

### Wo ist das schönste Gewässer, auf dem du bislang gepaddelt bist?

Die besten Strecken sind in Duisburg und in Köln.

### Wo möchtest du gerne mal paddeln?

Mit der Nationalmannschaft in Florida.

## Infos

Kanusportverein WSV Rheintreue,  
Trainingszeiten Kinder und Jugendliche:  
Di, Do ab 17 Uhr im Wassersportleistungszentrum an der Kesselstraße 13 im Düsseldorfer Hafen,  
Tel. 0221-7187507 und 0151-40506065, www.rheintreue.com

