

SERIE

Mitgemacht im Sportverein: Heute Teil9 – Kanufahren beim Kanu-Club Kelheim

INTERVIEW

Sie ist seit der Geburt Kanutin

SOPHIA BURGER
EM-Teilnehmerin



Wie bist du zum Kanufahren gekommen?
Ich bin schon seit meiner Geburt Mitglied im Kanu-Club. Schon mein Papa war in seiner Jugend im Verein. Deshalb hat er mich auch schon mit drei Jahren mit in sein Kanu genommen. Mit sechs Jahren habe ich dann angefangen, alleine im Canadier zu paddeln. Erst war ich eher ängstlich. Erst mit zwölf Jahren habe ich mich dann das erste Mal in ein altes Rennboot von meinem Papa gewagt. Dann habe ich mein erstes Rennen gefahren. Es war sogar in Kelheim und ist der erste Weg zur Bayerischen Meisterschaft.

Was war dein größter Erfolg bisher?
Das war definitiv meine Teilnahme an der Junioren-EM in Murau 2017. Damals habe ich im Team den dritten Platz belegt. Zusammen mit zwei Mädels haben wir Bronze im Langstrecken-Rennen gefeiert. Auch heuer war ich wieder bei der Junioren-Wildwasser-EM dabei. Mit 13 Jahren habe ich das erste Mal die Bayerische Meisterschaft in der Schüler-Klasse gewonnen.

Wie läuft dein Training ab?
Im Sommer habe ich heuer nicht so viel trainiert, weil ich mein Abitur geschrieben habe. Ich war trotzdem fünf bis sechs Mal pro Woche auf der Donau. Zu dieser Zeit habe ich vor allem Sprints trainiert. Das ist ab dem Frühling besonders wichtig, um wieder aufzuwachen nach dem Winter.

Wie hältst du dich im Winter fit?
Im Winter trainiere ich vor allem die Ausdauer. Das mache ich zum Beispiel beim Schwimmen. Außerdem mache ich dann noch ein bisschen Gymnastik. Natürlich bin ich auch im Winter auf dem Wasser, aber nur zwei Mal. Das mache ich nach Gefühl, es soll ja noch Spaß machen und ich will mich nicht immer raus in die Kälte quälen.

Wann steht dein nächstes Rennen an?
Ich werde nächstes Wochenende nach München fahren. Dort findet ein Wintercup statt. Doch dabei geht es weniger um die Platzierung, sondern mehr um den Spaß. Alle Sportler treffen sich wieder, darauf freue ich mich am meisten.

Wie geht es im neuen Jahr weiter?
Ab Januar bin ich nicht mehr im Juniorenbereich sondern bei starte zum ersten Mal bei den Damen. Dort ist die Konkurrenz härter, außerdem gibt es viel mehr Teilnehmer. Im Schüler- und Juniorenbereich waren wir bei manchen Rennen nur zu zweit oder zu dritt. Das wird sich jetzt ändern. Deswegen weiß ich noch nicht genau, wie es weiter geht. Ich werde auf jeden Fall bei den ersten Rennen antreten und dann schauen, wie ich abschneide. Ich bin mir nicht sicher, ob ich mich international qualifizieren kann.

Was macht dir an deinem Sport so viel Spaß?
Das Kanufahren ist immer ein Ausgleich. Wenn ich am Wasser bin, kann ich einfach abschalten und an nichts denken. Vor allem im Sommer. Denn dann bin ich entweder auf dem Wasser im Boot oder im Wasser und schwimme.

HABEN SIE WEITERE FRAGEN?
redaktion@mittelbayerische.de



MZ-Reporterin Julia Weidner wagt ihre erste Kanufahrt auf der Donau. In ihrem knalligen Canadier ist sie nicht zu übersehen.

FOTOS: HEIKE HEINDL (7)/DUANE BURLISON/AP/DPA (1)

Mit dem Paddel auf Entspannungs-Tour

SPORT Der Sommer ist schon lange zu Ende, trotzdem gibt es noch ein paar Kanuten, die sich im Dezember in die Donau wagen. MZ-Reporterin Julia Weidner macht ihre erste Kanu-Fahrt zum Glück noch im Oktober – auch wenn ihr das schon reichlich spät erscheint. Obwohl das Paddeln anstrengt, ist die Fahrt eher Wellness für sie.

VON JULIA WEIDNER

Die Wellen brechen sich an dem schwarz-weißen Flitzer, der sich flink durch die Donau bewegt. Die Deutschland-Flagge ist zur Hälfte unter Wasser, am Bug steht in großen weißen Lettern ein Name: Sophia Burger. Mein Boot ist quietschbunt: eine Mischung aus grellem grün und leuchtendem gelb. Gleich wird klar, wer die Anfängerin ist und wer der Profi. Die 18-Jährige aus Weltenburg war mit ihrem Kanu im Sommer bei der Junioren-Wildwasser-EM in Mazedonien. Jetzt, über drei Monate später, trainiert sie für die nächste Saison. Auch wenn die Temperaturen gerade um den Gefrierpunkt kreisen.

Meine eigene Kanufahrt findet zum Glück schon im Oktober statt, an einem der letzten sonnigen Herbsttage. Schon da war ich unsicher, ob ich diese Sportart im Herbst überhaupt noch ausprobieren darf. Alles, was mit Wasser zu tun hat, ist für mich doch eher ein Sport für den Sommer. Trotzdem steht an diesem Freitagnachmittag im Oktober meine erste Fahrt in einem Canadier auf der Donau in Kelheim an. Sophie Burger zeigt mir ihre Tricks – oder fürs erste, wie ich auf dem Kanu ein paar Meter vorankomme. In der Redaktion waren schon Wetten abgeschlossen worden, nach wie vielen Sekunden ich patschnass in Donau schwimme. Doch ich werde es allen beweisen.

Motiviert bis in die Haarspitzen stehe ich beim neuen Vereinsheim des Kanu-Clubs hinter dem Donaupark. Während meine Kollegen noch im Büro sitzen, genieße ich die Herbstsonne am Donauufer. Gemeinsam mit Marianne Fruth, erste Vorsitzende des Kanu-Clubs, suche ich mir meinen Canadier und ein Paddel aus. Außerdem gibt es für mich – im Gegensatz zu Sophia – eine Schutzweste. Auch der Kanu-Club wähnt mich wohl schon im Wasser.

Bevor es endlich ins Wasser geht, soll ich am Ufer ein paar Trockenübungen machen. Ich setze mich also in meinen Canadier und suche die richtige Position für meine Beine. Im Kanu sind kleine Stehlen befestigt, auf denen ich meine Füße absetzen kann. Meine Beine muss ich ein wenig anwinkeln sein, die Knie nach außen an den Rand des Kanus drücken. Dann gibt mir Sophie das Paddel in die Hand und ich übe: Immer mit flachen Seite muss ich in die Wasseroberfläche einstechen und mit viel Kraft das Wasser nach hinten drücken. Diese Bewegung sieht am Kiešufer noch sehr befremdlich aus, wird mir im Wasser weitaus leichter.

Der ganze Stolz des Vereins

Während ich vor meiner ersten Kanufahrt überhaupt stehe, sind die Mitglieder des Kanu-Clubs fast jeden Tag an der Donau. Und das seit dem Frühjahr 2017 nicht nur fürs Vergnügen. Denn vor knapp zwei Jahren begann dort hinter dem Donaupark der Bau des neuen Vereinsheims. „Wir wollten endlich ein modernes Heim, in dem wir unsere Ausrüstung unterbringen können und auch ein Vereinsleben gestalten können“, erklärt Marianne Fruth. Ein kleines Vereinsheim steht auf dem Hügel über dem Do-

naufahrer aber nicht, es wurde viel mehr eine Vereinshalle mit einer Fläche von 160 Quadratmetern. „Unser Vereinsheim ist so groß, weil ein Boot kein Fahrrad ist“, sagt Marianne Fruth. Etwa 200 bunte Boote finden dort ihren Platz: Wildwasserboote, Rennboote, Kajaks. Man merkt gleich, der Verein fühlt sich wohl.



Für Julia gibt es sogar eine Schwimmweste.

Mit dem Heim ist ein Traum für Marianne Fruth und ihre Kameraden wahr geworden. Für die Vorstandschaft gibt es sogar ein eigenes Büro. Von dort aus hat man einen perfekten Blick zur Befreiungshalle und der Einstiegsstelle der Kanufahrer hat – an der ich mich gerade befinden und im Trockenen mit dem Paddel



Vom Ufer aus geht es ins Wasser – doch erst muss die Reporterin noch Übungen am Land machen.

DIE AUTORIN



Julia Weidner: Die Autorin ist eigentlich gar nicht wasserscheu. Trotzdem wollte sie nicht im Oktober ins Wasser fallen. Nach ihrer ersten Kanu-Fahrt freut sie sich schon auf eine Wiederholung. Doch erst wieder im Sommer, wenn es warm ist.

„Wenn ich am Boot sitze, denke ich an nichts anderes mehr.“

SOPHIA BURGER
EM-Teilnehmerin

meine Kreise ziehe.

Sophia gibt mir letzte Instruktionen und schon schieben wir meinen Canadier ins seichte Wasser. Ich schaffe es sogar einzusteigen, ohne nass zu werden, dann stabilere als erwartet. Insofern habe ich selbst befürchtet früher oder später im Wasser zu landen. Jetzt bin ich aber sicher: Diese Genugtuung muss ich mei-



In der Halle des neuen Vereinsheims hinter dem Donaupark haben über 200 Boote Platz.

AKTUELL IM NETZ Ein Video



Ein Video von der ersten Kanu-Fahrt von MZ-Reporterin Julia Weidner finden Sie bei uns im Internet unter www.mittelbayerische.de/mitgemacht

nen Kollegen nicht bescheren. Als Sophia bei mir ankommt, fangen wir an, flussaufwärts in Richtung Kloster Weltenburg zu paddeln. Nach meinen Übungen am Ufer geht das ganz leicht von der Hand. Als wir auf der Donau entlang schippern kann ich mich sogar mit Sophia unterhalten, nur manchmal sind



Ganz wichtig beim Kanufahren: Das richtige Paddel. Eine angemessene Länge ist wichtig. Außerdem gilt: Je leichter, desto besser.

meine Stöße in die eine Richtung zu stark und ich komme von meiner geraden Linie ab. Nach ein paar hundert Metern wird wieder klar, wer der Profi ist. Denn dort werden meine Arme schon schwer. Sophie dagegen lacht nur.

Der Ausblick ist es wert

Wir fahren bis zum Klosterl, dem alten Standort des Kanu-Clubs. Wir sind bestimmt 45 Minuten unterwegs, es fühlt sich aber an, als wären wir gerade erst los. Ich merke, wieso die Mitglieder des Vereins am liebsten jeden Tag hier raus kommen und für eine Stunde in ihr Boot steigen. Auf der Donau ist es komplett ruhig, die Sonne scheint angenehm herab, der Ausblick auf den Donaudurchbruch ist unglaublich. Hier komme ich richtig zur Ruhe und erfreue mich einfach nur am Paddeln.

Sophia scheint es genauso zu gehen. Sie flitzt sogar einmal zurück zu unserem Startpunkt und ist in nicht einmal zehn Minuten wieder da.

Vor dem Rückweg graut es mir ein wenig. Noch einmal 45 Minuten Paddeln finden meine Arme nicht sehr toll. Als Sophia mich zu einem Wettrennen auffordert, denke ich, sie macht einen Witz. Trotzdem versuche ich, mit ihr mithalten und bin überrascht, wie schnell ich auf einmal bin. Bin ich doch ein Naturtalent? Fehlanzeige. Jetzt paddeln wir einfach mit dem Strom. Und Sophia hängt mich nach ein paar Schlägen schon wieder ab. Aus der Traum von der großen Sportkarriere.

Sophia kämpft noch immer für diesen großen Traum. Dafür wagt sie sich auch jetzt im Advent in die kalte die Donau. Das Wasser ist gerade 0 Grad kalt. Da bin ich doch froh, meinen Ausflug noch bei Sonnen genossen zu haben.

DER VEREIN IN KÜRZE

Kanu-Club: Der Kelheimer Verein wurde im Jahr 1963 gegründet. Damals hatten ein paar Jugendliche die Idee, selbst Paddelboote zu bauen. Nach den ersten Bootsfahrten auf der Donau beschlossen sie, einen Verein zu gründen. 55 Jahre später sind knapp 700 Menschen als Mitglied beim Kanu-Club gemeldet. Etwa 150 bis 200 von ihnen sind noch aktiv.

Ziele: Ein Projekt des Kanu-Clubs ist die Jugendarbeit. Der Verein bietet verschiedene Kurse an und versucht seinen Nachwuchs zu fördern. Außerdem hat sich der Verein den Umwelt- und Naturschutz auf die Fahnen geschrieben. Der Kanu-Club kämpft deswegen darum, die Fließgewässer in ihrer natürlichen Form zu erhalten.

Bootshaus: In der Anfangszeit konnten die Mitglieder des Kanu-Clubs ihre Boote in einer Höhle beim Klosterl lagern. Im Jahr 1972 begannen die Mitglieder dann mit dem Bau eines Bootshauses im Garten des Klosterl. Nach sieben Jahren Bauzeit wurde das Haus fertiggestellt. Auch jetzt, mit dem neuen Vereinsheim am Donaupark, wird das alte Bootshaus noch als Lager genutzt.

Kontakt: Per Mail an vorstand@kanu-club-kelheim.de oder telefonisch unter (09441) 13 78.

200 BOOTE

passen in die Bootshalle des neuen Vereinsheims. Hier können die Mitglieder einen Platz für ihr Boot mieten.

11 SPORTGERÄTE

stehen im Fitnessraum des neuen Vereinsheims bereit. Dort können die Kanufahrer sich im Winter fit halten.

19 WINTERFAHRER

gibt es im Verein. Sie lassen sich auch von den kalten Temperaturen im Winter nicht aufhalten und wagen sich auf die Donau.

LESEN SIE IN UNSEREM NÄCHSTEN SERIENTEIL



Nach dem Reiten und Tauchen nun Eishockey. Vor seinem dritten Beitrag zu unserer Serie hatte unser Mitarbeiter Thomas Kreidemeier zumindest ein kleines bisschen Bammel, wie er einräumt. Denn sein neues sportliches Experiment bei den „Torpedos“ dort ist hierzulande ja vor allem für eines berüchtigt: ausgeschlagene Zähne.

ALLE SERIENTEILE UNTER:
mittelbayerische.de/kelheim