

Auch im Winter auf dem Wasser

Schnee und Kälte können die Sportler des Linden Dahlhauser Kanuclubs nicht stoppen

Eine Bootsfahrt im Sommer, bei blauem Himmel und Sonnenschein – da macht das Paddeln richtig Spaß. Einen echten Kanuten schrecken aber auch Schnee und Kälte nicht ab. Deswegen legen die Sportler des Linden Dahlhauser Kanuclubs (LDKC) im Winter keine Pause ein, stattdessen geht es regelmäßig mit Thermokleidung und Stirnlicht auf die Ruhr.

Bestes Beispiel sind die Drachenbootfahrer des LDKC. Die „Allstars“ treffen sich zweimal die Woche zu einer 10-Kilometer-Tour. Im Winter bedeutet das: Fahren durch die Dunkelheit. „Wenn es klar ist, spiegeln sich der Mond und die Sterne auf der



Im Boot bei Wind und Wetter.

der er seine 20 Paddler und das Boot ausleuchtet. Stoppen kann die „Allstars“ fast nichts. Bei richtiger Kleidung sind Kälte, Wind und Nässe, selbst Schnee kein Problem. „Wir haben schon bei minus acht Grad auf dem Wasser trainiert. Das härtet ab“, meint Drachenbootwart Dietmar Grundlach. Die Ruhr gefriert als fließendes Gewässer so gut wie nie, bei Eis wäre eine Fahrt selbstredend nicht möglich. Auch bei Hochwasser bleiben die Boote im Schuppen.

Ähnlich sieht es bei den Renn-

bootfahrern aus. Die zehnköpfige Gruppe von Matthias Kremer trainiert den ganzen Winter durch. „Da müssen alle in den sauren Apfel beißen“, sagt der Trainer: „Im Winter werden die Grundlagen für die Saison gelegt.“ Vor allem Kraft und Ausdauer stehen auf dem Trainingsplan. Wettkämpfe gibt es nicht.

Die Paddler vom Ruhrpott-Boot setzen zu jeder Jahreszeit größtenteils auf individuelles Training. Dennoch sind die Sportler auf dem Wasser, in Rennbooten geht es zum Training auf die Ruhr und in Drachenbooten ins Hallenbad beim Indoor-Cup, den sie im vergangenen Jahr souverän gewannen.

Die „Allstars“ fahren den Winter-Cup, an dem auch die Stand-Up-Paddler teilnehmen. Für die sind die dunklen Monate kein



Ruhr, das ist hell genug für uns und sieht einfach faszinierend aus“, berichtet Steuermann Uli Köhler (Foto oben), der als einziger eine Stirnlampe aufhat, mit



Wenn Licht und Schatten verschwimmen: Die Drachenbootler machen ihre Touren bei Dunkelheit.

Problem. „Der Vorteil ist ja, das wir mit dem Wasser möglichst nicht in Berührung kommen“, sagt Alexander Kirsch und gibt zu: „Im Sommer ist es trotzdem schöner.“