

## Erlebnisbericht vom Anfängerkurs 2005

Es war eine bunte Gruppe, die sich im April 2005 zum Anfängerkurs traf: viele Kinder und Jugendliche und ein paar Erwachsene, die es wagten, zusammen mit dem „jungen Gemüse“ die Anfangsgründe des Kajakfahrens zu erlernen. Viele der Teilnehmerinnen und Teilnehmer hatten bereits einen Anfängerkurs absolviert, einige waren aber auch absolute „Greenhorns“ in Sachen Paddeltechnik und Bootsbeherrschung. So wie ich.

Mein Weg zu diesem Anfängerkurs war eher ungewöhnlich gewesen. Nach der Schule hatte ich als vollendeter Sportbanause jahrelang überhaupt keinen Sport getrieben. 2003 schließlich kam ich über eine Erkrankung zum therapeutischen Sport und dann zum Fußballspielen. Ich engagierte mich im Damenfußball, spielte in der Bezirksklasse mit und holte mir weitaus mehr Verletzungen als Siege mit meinem Team. Nach einer bösen Knieverletzung während eines Hallenturniers riet mir mein Sport- und Hausarzt dringend, mit dem Fußballspielen aufzuhören. Meine Ergotherapeutin empfahl mir dasselbe, da ich aufgrund von Gleichgewichts- und Koordinationschwierigkeiten stark sturz- und verletzungsgefährdet bin. Aber Sport ist nicht nur Mord, sondern tut auch gut... Was nun?

Die Ergotherapeutin hatte einen heißen Tip: Wie wäre es mit Bootssport? Gut zum Verbessern von Balance und Koordination, aber nicht so gefährlich. Langsam freundete ich mich mit dem Gedanken an, den Ball gegen ein Boot einzutauschen. Als ich dann im Internet nach den Stichwörtern „Anfängerkurs, Kanu, Kiel“ googelte, fand ich mich bald darauf auf der Webseite der Kanuabteilung vom TSV Klausdorf wieder. Ich meldete mich für den nächsten Anfängerkurs an, und seitdem bin ich mit wachsender Begeisterung Kanutin!

Die erste Hürde, die es zu nehmen galt, war das Kentertraining. Eigentlich bedeutete es nichts weiter, als erstens die Angst vor dem Wasser zu verlieren und zweitens zu lernen, unter Wasser aus dem Boot zu kommen. Der Satz „Du hast alle Zeit der Welt“ prägte sich bei mir ein, nachdem ich unter Wasser zuerst zu panisch reagiert hatte. Mit Geduld klappte es ganz gut, aus dem Boot herauszukommen.



Dann ging es auf die Schwentine. Während diejenigen, die schon einmal einen Anfängerkurs absolviert hatten, gleich nach Wellingdorf lospaddelten, blieben wir „blutigen“ Anfänger am Bootssteg und übten das Ein- und Aussteigen. Ich war vorher bereits auf der Globeboot in Hamburg gewesen und dort beim Einsteigen zur Hälfte ins Wasser gefallen. Deshalb war ich sehr froh darüber, daß uns das richtige Ein- und Aussteigen beigebracht wurde! Mit Paddelstütze war es ja auch viel sicherer...

Als wir dann das erste Mal paddelten, einmal um die Insel herum, wurde meine Freude am Kajak zunächst etwas getrübt. Irgendwie wollte das Boot nie so, wie ich

es wollte... Vor allem das Geradeausfahren fiel mir schwer, ich brauchte immer die ganze Flußbreite für mich und meinen Zickzackkurs. Beim Austragen im Fahrtenbuch überlegte ich oft, ob ich nicht eine höhere Kilometerzahl angeben müsse als die anderen, schließlich hatte ich für dieselbe Strecke mehr Weg zurückgelegt...

Es dauerte etliche Paddeltermine, ehe ich es lernte, mit der „Sverige“ geradeaus zu fahren. Geholfen hat mir dabei zum einen der Trick mit dem Ankanten, den mir Gerd Böttcher mal verriet, zum anderen mein Vater, der mir ein eigenes und leichteres Paddel sponserte. Inzwischen kann ich also auch geradeaus fahren, und das ganz ohne Steueranlage!

Gegen Ende des Kurses waren die Unterschiede zwischen denen, die schon einmal einen Kurs gemacht hatten, und den Anfängern nicht mehr so deutlich sichtbar. Wir konnten nun gemeinsam nach Wellingdorf und zurück paddeln. Zweimal erlebten wir Kenterungen, aber die betroffenen Kinder nahmen es mit Sportsgeist. Thomas Driller achtete fortan sehr genau darauf, daß wir alle unsere Kenterwäsche dabei hatten. So „gedrillt“ werden wir sie sicherlich auch bei späteren privaten Touren nicht vergessen.

Mein persönliches Highlight war die Teilnahme an der Schwentine - Wandertour. Ich war unsicher, ob ich die Strecke Preetz – Klausdorf gut schaffen würde, immerhin konnte ich erst seit kurzem halbwegs geradeaus paddeln. Die Tour stellte sich aber als großes und leicht zu bewältigendes Vergnügen heraus. Gerda Böttcher brachte mir unterwegs noch ein paar Dinge bei, und gemeinsam trudelten wir gemütlich in Klausdorf ein. Dieses Erfolgserlebnis machte mich wagemutig, und so paddelte ich bereits im September bei meinem Kurzurlaub in Bayern eine 21 Kilometer lange Strecke auf der Donau mit – in einem Wanderkajak, das noch weniger geradeaus fahren wollte...

Zum Abschluß des Anfängerkurses gab es eine Schatzsuche, die vor allem die Kinder sehr genossen. Alles in allem war der Kurs richtig „cool“, und daß viele diesen Kurs zweimal oder noch häufiger machen, kann ich inzwischen gut verstehen. Ich persönlich möchte 2006 jedoch in die Seekajakgruppe „umsteigen“. Immer auf dem Weg zu „neuen Ufern“...

Zum Schluß möchte ich mich bei den Betreuerinnen und Betreuern des Anfängerkurses herzlich bedanken. Sie haben den Kurs zu etwas Besonderem gemacht, ganz persönlich auch für mich. Im Gegensatz zum Fußballverein erlebte und erlebe ich hier im Kanusport eine ausgezeichnete Integration. Trotz meiner Schwerbehinderung als autistischer Mensch habe ich nie spüren müssen, daß dies ein Problem wäre. Insbesondere mit Gerda und Thomas kam ich problemlos ins Gespräch, nachdem die ersten Anfangshemmungen überwunden waren. Ihre natürliche Art, mit mir umzugehen, ermutigte mich auch zur Teilnahme an Veranstaltungen des Kanuvereins, und auch dort fühlte ich mich nie so „verloren“ wie bei anderen sozialen Ereignissen. Es wäre zu wünschen, wenn Menschen mit Handicap in unserer Gesellschaft immer so unkompliziert integriert würden, wie dies in der Kanuabteilung des TSV Klausdorf der Fall ist!

Heike