KANU SPORT

K 4051
201
Sonderheft

FREIZEIT

SUP-Spots in Deutschland

WETTKAMPF

SUP-Termine 2016

SERVICE: SICHERHEIT

Infos für SUP-Einsteiger

Faszination SUP

Die Fachzeitschrift des
Deutscher Kanu-Verband

STAND UP PADDLING – Trendsport für Jede(n)

Liebe Leserin, lieber Leser!

„Gehören die Stehpaddler nicht auch zum Rudersport?" – Diese Frage richtete Bundesverkehrsminister Alexander Dobrindt am 3. September vergangenen Jahres beim Bürgerdialog auf dem Motorschiff „Wappen von Berlin" an die teilnehmenden Vertreter der Wassersportverbände. Da ein Verkehrsminister unmöglich jede Disziplin innerhalb des Wassersports kennen und richtig zuordnen kann, wurde der Minister aufgeklärt: Die Stehpaddler bewegen sich mit einem Stechpaddel vorwärts und sind daher der Sportart Kanu zugeordnet, zu der alle Wassersportarten zählen, bei denen die Vorwärtsbewegung durch ein Doppel- oder Stechpaddel erfolgt.

Foto: Eddie Wagner

Wenn Stehpaddeln – oder vielfach mit dem englischen Begriff „Stand Up Paddling" (SUP) bezeichnet – aber Kanusport ist, dann obliegt es natürlich auch dem Deutschen Kanu-Verband, diese Sportart vorzustellen und zu bewerben. Das vorliegende Sonderheft der Zeitschrift **KANU-SPORT** widmet sich dieser Aufgabe gern. Wir möchten, dass sich viele Menschen – gleich welchen Alters – mit SUP beschäftigen und den Spaß, aber auch die sportliche Herausforderung dieser jungen Kanu-Disziplin entdecken. Und wir möchten auch, dass sich die Kanu-Vereine in unserem Verband noch mehr als bisher für diesen Trend öffnen. SUP hat das Potenzial, gleichermaßen neue Mitglieder zu gewinnen als auch vorhandene Mitglieder zu neuen Aktivitäten zu bewegen.

Unterschiedliche Beiträge sollen die Leser näher an die Kanusparte SUP heranführen. Ganz gleich, ob es sich um einen Erfahrungsbericht mit Informationen für Einsteiger oder um Tipps für attraktive SUP-Reviere handelt, ob es um Sicherheitshinweise geht oder um Wettkampf und Ausbildung – das Thema SUP wird in verschiedenen Facetten behandelt. Sie zeigen auch, dass sich zu diesem Trend innerhalb kurzer Zeit Strukturen im DKV etabliert haben.

„Das Heft soll dazu einladen, SUP nicht nur als Lektüre zu betrachten, sondern aktiv zu erleben."

Zugleich möchte das Sonderheft dazu einladen, SUP nicht nur als interessante Lektüre zu betrachten, sondern auch aktiv zu erleben. Schon bald werden die Tage länger, Wetter und Wasser wärmer und dann gibt es eigentlich keine Ausrede mehr, warum man nicht einmal einen Versuch auf einem SUP-Board starten sollte. Viele werden sich dann vielleicht an ihre ersten Versuche im Kanu erinnern und mit einem Lächeln bemerken, dass SUP eigentlich gar nicht so schwierig ist – es muss ja nicht gleich bei starker Strömung oder gar im Wildwasser sein.

Ich wünsche Ihnen jedenfalls viel Vergnügen beim Kennenlernen dieser modernen Sportart. Wer weiß, vielleicht trifft man sich ja mal stehend auf dem Wasser!

Ihr

Thomas Konietzko
Präsident

KANU SPORT

Sonderheft • 85. Jahrgang • Januar 2016

Internet: http://www.kanu-sport.com

Herausgeber und Verlag:
Deutscher Kanu-Verband Wirtschafts- und Verlags GmbH
47055 Duisburg

Anschrift von Redaktion und Verlag:
Postanschrift:
Postfach 10 03 15 • 47003 Duisburg

Hausanschrift:
Bertaallee 8 • 47055 Duisburg

Telekontakte:
Telefon 02 03 / 9 97 59-0
Telefax 02 03 / 9 97 59-61
e-Mail Verlag info@dkvgmbh.de
Web: www.dkvgmbh.de

Handelsregister: AG Duisburg HRB 3611
Geschäftsführer: Dieter Reinmuth, Wolfram Götz
Konto: Nationalbank AG Essen,
IBAN DE82360200300000502189 BIC NBAGDE3E

Redaktion Sonderheft SUP:
Dr. Hans-Peter Wagner,
Dieter Reinmuth, Sabine Stümges
redaktion@dkvgmbh.de

Anzeigen: Sabine Egermann,
Tel. 02 03 / 9 97 59-51
anzeigen@dkvgmbh.de

Abonnenten-Betreuung:
Uwe Rex, Tel. 02 03 / 9 97 59-53
abo@dkvgmbh.de

Redaktions- und Anzeigenschluss:
25 Tage vor Erscheinen.

Für Vollkaufleute gilt **Anzeigenpreisliste Nr. 22**
vom 1. 1. 2016

Jahresabonnement
(incl. Porto und Versand):
EUR 36,– im Jahr, Ausland EUR 46,–
Kündigung zum 15.11. eines jeden Jahres
Bei Interesse senden wir Ihnen gern ein kostenloses Probeexemplar zu!

Mitarbeiter dieser Ausgabe:
Dr. Hans-Peter Wagner, Olaf Schwarz, Christine Höfer, Ludger Nückel, Jan Meessen, Bernd Weitzel

Titelbild:
Fotograf Ole Schwarz

Layout:
Sabine Stümges, Dieter Reinmuth

Bildnachweis:
Jan Meessen, Ludger Nückel, Olaf Schwarz, Starboard, Roger Theyssen/aloha, Eddie Wagner, Dr. Hans-Peter Wagner,

Druck:
Griebsch & Rochol Druck GmbH, Hamm
Nachdruck, auch auszugsweise, ist nur mit Quellenangabe und mit vorheriger Zustimmung gestattet.
Erscheinungsweise: 12 Hefte im Jahr, jeweils am Monatsanfang.

ISSN 0022-8923

Im SUP auf dem Meer. Foto: Eddie Wagner

Stand Up Paddling - Geschichte und Entwicklung

Eine JUNGE KANUSPARTE mausert sich auch hierzulande

Langjährigen, eingefleischten Paddlern im Kajak oder Canadier mag es möglicherweise noch vor wenigen Jahren seltsam vorgekommen sein, wenn ihnen unterwegs auf dem Wasser Menschen im Stehen paddelnd begegneten.

Von Ludger Nückel

Surfen und Paddeln gingen eine Liaison ein – von manchen Kanuten vielleicht anfangs belächelt, kamen doch die Stand Up Paddler im Vergleich zu den Paddlern im Kajak oder Canadier nicht wirklich flott voran. Inzwischen hat der neue Trend enorm an Popularität gewonnen und wird wohl kaum noch belächelt.

Als Sportart zwar noch relativ jung, hat die Fortbewegung paddelnder Weise im Stehen jedoch insbesondere bei den Naturvölkern eine lange Tradition. Ob in den entlegenen Regionen des Regenwaldes in Südamerika oder bei den polynesischen Inselvölkern, seit vielen Generationen bewegten sich Fischer stehend in ihren Schilfkanus mit einem langen Bambuspaddel zu ihren Fischgründen.

Wurzeln im Surferparadies Hawaii

Zu einem echten Sport entwickelte sich diese Art der Fortbewegung auf dem Wasser aber erst in den 50er und 60er Jahren auf Hawaii, der Geburtsstätte des Surfsports. Es waren Surflehrer, die SUP als schnelle, komfortable Fortbewegungsmöglichkeit entdeckten, um zu ihren Surfschülern zu kommen. Durch die erhöhte Position auf dem Board hatten sie eine bessere Übersicht und konnten ihre Schüler sogar in unmittelbarer Nähe auf den Wellen fotografieren.
Als eigenständige Sportart schaffte SUP etwa ab der Jahrtausendwende den Durchbruch, nicht zuletzt auch dank spektakulärer Manöver von bekannten Surflegenden wie Robby Naish und Laird Hamilton. Damit begann eine Erfolgswelle, die vor allem bei den großen SUP-Wettbewerben auch mit einer zunehmenden Medienpräsenz einher ging. Von den Aktivitäten der ersten SUP-Clubs auf Hawaii schwappte das Interesse schließlich zunächst nach Kalifornien und dann auf ganz Nordamerika über. Das wachsende Interesse an Outdooraktivitäten und die allgemeine Fitnessbegeisterung trugen dazu bei, dass sich der neue Sporttrend von der reinen Surfszene abspaltete und zu einem allgemeinen Freizeittrend mauserte. Etwa 2008/2009 erreichte die Welle auch Europa. Und bei einer Wasserfläche von über 8500 Quadratkilometern verwundert es nicht, dass die ersten Stand Up Paddler auch auf deutschen Binnengewässern auftauchten. SUP trat hierzulande schnell seinen Siegeszug an und ist inzwischen weit mehr als nur eine von Surfern genutzte Variante, windlose Zeiten am Meer oder am Baggersee aktiv zu überbrücken. ■

Nützliche Links

www.kanu.de/home/freizeitsport/stand_up_paddling.xhtml
Allgemeines, Ausrüstung, Ansprechpartner, Vereine und Termine.

www.surfsupcenter.de
SUP-Schule am St. Leoner See in 68789 St. Leon-Rot

www.surftools.de/sup-surf-shop/sup-shop
Shop für SUP-Ausrüstung von Angulo, JP, RRD, Starboard, Naish, Fanatic

www.bicshop.de/bicsup.html
Online SUP-Angebot von BIC Sport

Foto: Eddie Wagner

Neue Erfahrung SUP – ein Erlebnisbericht

Begeisterter JUBEL nach erfolgreich genommener Welle

30 Grad Luft- und 23 Grad Wassertemperatur – am Bodensee herrscht Südseefeeling. Das Wetter ermöglicht einen fantastischen Blick auf das Schweizer Ufer, Bergsicht. Vierzehn Schüler und zwei Lehrer der Realschule Ravensburg stehen auf ihren SUP-Boards und schauen gespannt auf das vorbeifahrende Schiff der „Weißen Flotte“.

Von Ludger Nückel

„Ein paar Meter weiter links, und wir bekommen die Bugwellen perfekt mit“, gibt David Jeschke, leitender Surflehrer der Surfschule Wasserburg, letzte Tipps vor den ersten anrollenden Wellen. Gerade mal eineinhalb Stunden Erfahrung haben die meisten der Schüler auf ihrem Brett gesammelt. Gepackt hat die neue Sportart alle.

Schon seit acht Jahren bietet die Surfschule Wasserburg SUP-Kurse und Material zum Verleih an. „Was soll denn das? Habt ihr euch das selber ausgedacht?“, lauteten damals die ersten Kommentare. Doch die sind mittlerweile verstummt. In den letzten drei Jahren ist das Interesse an dieser neuen Sportart auch am Bodensee enorm angestiegen: In Wasserburg finden inzwischen jeden Tag Kurse statt und es werden bis zu 50 Bretter verliehen. Die Kundschaft reicht vom Urlauber, der einfach mal was Neues ausprobieren will, bis zum Flatrate-SUPer, der nach Feierabend seine Fitnesseinheit auf dem Wasser absolviert.

Bevor die Schülergruppe aus Ravensburg loslegt, erklärt uns David Jeschke das Wassersportrevier. Wir haben spiegelglattes Wasser, kaum Strömung, direkt am Gelände der Surfschule einen Streifen von 100 Metern mit knie- bis brusthohem Wasserstand. Bei Wellengang könnten wir auf die andere Seite des Seebades ausweichen, ein Bereich, der in der Regel windstill ist und Flachwasser bietet. Aber heute herrschen optimale Bedingungen. Angesichts der fast tropischen Wasser- und Lufttemperaturen verzichten wir auf die vorhandenen Neoprenanzüge.

Wir ziehen die obligatorischen Schwimmwesten an und greifen uns die Paddel, die zunächst optimal eingestellt werden müssen (ca. Körpergröße + 20cm). Dann beschäftigen wir uns aber erst einmal mit den schon am Ufer bereitliegenden Hardboards. Bei vielen SUP-Einweisungen kommt die Brettgewöhnung zu kurz. Dabei lassen sich viele Erfahrungen, die beim späteren Paddeln benötigt werden, spielerisch vorwegnehmen. Für Nicht-

wassersportler ist das Gleiten und Ausbalancieren auf dem Brett eine neue, spannende Erfahrung. Jeder Trainer bekommt dabei direkt einen Überblick über die körperliche Fitness der Teilnehmer (wichtig ist zum Beispiel: Ist der Teilnehmer in der Lage, wieder auf sein Brett zu steigen?).

Im Safety und Indian Stance bekommt jeder schnell Sicherheit

Ein schülerorientierter Ansatz weckt die Experimentierfreude und die Bewegungsvariabilität. Anschließend kommen nun auch die Paddel zum Einsatz. Die Schüler beginnen erst einmal im Knien. Im Safety und Indian Stance bekommt jeder schnell Sicherheit, und durch Ausprobieren gelingen auch die ersten Richtungswechsel. Das Aufstehen ist dann nur noch ein kleiner Schritt. So in Ausgangsposition, wird das Paddel schulterbreit gepackt, die obere Hand am Knauf, und schon kann es losgehen. Im Stand Up Paddling gibt es vier Grundschläge, die dem Paddler in allen wesentlichen Situationen helfen (siehe Seite 6/7). Die letzte halbe Stunde ihres SUP-Erlebnisses genießen die Schüler in kleinen Gruppen. Einige probieren Tricks, andere haben Spaß an kleinen Rennen oder liegen einfach entspannt auf ihren Boards. Die Bugwellen der „Weißen Flotte" haben sie übrigens unterschiedlich gut bekommen. Die Schüler, die die Welle abreiten konnten, waren jedenfalls begeistert und brachen in lautem Jubel aus. ■

Ludger Nückel ist DKV-SUP-Instruktor, Sportlehrer und Fachberater Sport, Schwerpunkt Outdoorsport, RP-Beauftragter Sportklettern/ Kletterwettkämpfe, Lehrbeauftragter Sport PH Weingarten

Positive Effekte des SUP-Sports

- ✓ Life-time-Sportart mit schnellem Lernerfolg
- ✓ Training des Gleichgewichts
- ✓ effizientes Ganzkörpertraining
- ✓ selbst dosierbare Herz-Kreislauf-Belastung
- ✓ intensives Naturerlebnis auf dem Wasser
- ✓ Möglichkeit zur Entspannung und Erholung
- ✓ vielfältige Einsatzmöglichkeiten in der Rehabilitation

von Thorsten Huber, Surfschule Wasserburg

Stand Up Paddling ist ein schnell und einfach erlernbarer Sport. Unsere Stand Up Paddle Instruction Tipps und Tricks sollen dazu beitragen, etwaige Fehler zu vermeiden und die SUP Basics schnell zu erlernen.

Von Ludger Nückel

Voraussetzungen

Um die neue Sportart SUP auszuüben, ist normale Fitness erforderlich. So sollte man z. B. in der Lage sein, selbstständig auf das Board aufzusteigen. SUP bietet aber auch für Bereich Menschen mit Handicap interessante Möglichkeiten.

„SUP bietet auch für Menschen mit Handicap als Inklusion interessante Möglichkeiten."

Auswahl des Gewässers

Für die ersten SUP-Versuche eignen sich besonders stehende Gewässer mit ruhigem Wasser und keinem oder nur geringem Schiffsverkehr. Wichtig ist, sich über Wetter- und Windverhältnisse, Gefahrenstellen, Naturschutzregeln sowie besondere Regelungen zur Befahrung der Gewässer zu informieren. Für kleine „Expeditionen" mit dem SUP-Board sollten auch die angrenzenden Ufer- und Strandabschnitte zwecks Anlandepunkte begutachtet werden.

Empfehlenswerte Übungen zur Brettgewöhnung

1 **Im knie- bis max. hüfttiefen Wasser auf das Board:**
- im Wasser stehend auf das Board legen und angleiten
- aus dem Angehen/Anlaufen auf das Board hechten
- das Board anschieben und aus der Bewegung aufspringen

2 **Liegend fortbewegen**
- mit unterschiedlichen Armbewegungen gleiten:
  - Kraularmzug (Windmühle),
  - Delphinarmzug (Maulwurf)
- das Board im Liegen drehen: einseitiger Armzug, beidseitiger Armzug gegenläufig

3 **Vom Liegen über das Knien zum Stehen (Stand Up)**
- beidseitiges Knien (Safety Stance)
- einseitiges Knien (Indian Stance)
- paralleles Stehen (Cruising Stance)
- versetztes Stehen (Surfing Stance)

4 **Spielerische Balanceübungen**
- auf dem Board gehen, quer und längs wippen, sich drehen, einbeinig stehen

5 **Fallen und Aufsteigen**
- sich bewusst fallen lassen, Varianten: aus instabilen Positionen/Bewegungen heraus
- das Board in die Bewegungsrichtung drehen und aufsteigen

Die richtige Grundposition auf dem Board

Die Füße stehen auf Höhe der Griffschlaufe, die Beine sind parallel und hüftbreit, die Knie leicht angewinkelt.

Voraussetzungen, Gewässer, Übungen und Techniken

NÜTZLICHE TIPPS für SUP-Einsteiger

Techniken zur Fortbewegung

1. **Basisschlag/Grundschlag - basic stroke**
Den Basisschlag nutzt man zum Geradeausfahren: Das Paddel wird weit vorn neben dem Brett eingesetzt und bis zu den Füßen durchgezogen. Die Bewegung erfolgt aus dem Oberkörper mit lang gestreckten Armen. Damit man geradeaus fährt, wird alle 3-5 Schläge die Seite gewechselt.

2. **Stoppschlag - stop stroke**
Zum Anhalten und Bremsen wird das Paddel auf Höhe der Füße ins Wasser gesetzt und passiv gehalten bzw. aktiv nach vorne gedrückt - das Board dreht zur Paddelseite. Der Schlag kann auch zum Drehen genutzt werden.

3. **Bogenschlag - bow stroke**
Das Paddel wird in einem weiten Bogen vom Bug zum Heck gezogen. Dadurch kann das Brett gedreht oder die Richtung korrigiert werden.

4. **Ziehschlag - draw/T-stroke**
Der Oberkörper dreht sich mit Paddel um 90° aus der Grundposition und das eingetauchte Paddel wird auf der gegenüberliegenden Seite Richtung Bug und Brettkante gezogen. Der Ziehschlag wird häufig in Kombination mit dem Bogenschlag zum schnellen Richtungswechsel genutzt. ■

Weitere Infos

Weitere Infos unter anderem zu SUP Schulungs-Stationen mit Verleih auf der Webseite der German Stand Up Paddle Association: **www.gsupa.com**

SUP - VERLEIH TEST BERATUNG VERKAUF www.surftools.de

SurfTools Starnberg . Olympiastr. 1 - 08151 4462801 | **Testcenter:** Camping Hirth in Ambach

Pics Jp Indra, KirstyJones by Ali Beqqali, OliviaTiana by JohnCarter

Tour-Empfehlungen inmitten TRAUMHAFTER KULISSE

Von Jan Meeßen

Deutschlands Gewässer bieten in nahezu allen Landesteilen zahlreiche Gelegenheiten zu abwechslungsreichen Touren mit dem SUP-Board. Darunter ist auch so manches Gewässer, das auf den ersten Blick vielleicht nicht unbedingt im Verdacht steht, ein attraktives Reiseziel für SUP-Aktivitäten zu sein.

Nützliche Orientierung bei der Suche nach geeigneten Revieren gibt der Reiseführer **Deutschlands schönste SUP-Spots**. Er beinhaltet alles, was SUP-Fans sich an Informationen wünschen: Von Start- und Zielpunkten über Wetterdaten und Wasser-Sichtweiten, Highlights auf und neben dem Wasser, empfehlenswerten Restaurants und Cafés, Übernachtungsmöglichkeiten in der Nähe der Spots bis hin zu Sicherheitshinweisen und einem präzisen Grundlagen-Ratgeber zum Stand Up Paddling.
Zwei markante Tourenvorschläge aus dem Buch sollen im Folgenden kurz vorgestellt werden.

Tour 1

SUPen durch die Inselwelt des Alpenvorlandes

Der traumhaft an den Ausläufern der Alpen gelegene Staffelsee ist der inselreichste See im Alpenvorland. Sieben Inseln verschiedener Größe verteilen sich über den See, jede einzelne hat ihren eigenen, ganz besonderen Charakter. Das Wasser ist leicht moorhaltig und hat Trinkwasser-Qualität. An den Ufern rund um den See gibt es viele kleine Buchten und verschwiegene Ecken zu entdecken, die den Staffelsee zu einem SUP-Highlight machen. Genauso finden sich gut ausgebaute Uferzonen mit gastronomischen Einrichtungen, Strandbädern, Campingplätzen, usw. Um den gesamten See führt ein 22 Kilometer langer Rundweg. Empfehlenswerte Ein- und Ausstiegsstellen befinden sich in Murnau am öffentlichen Stadtbad sowie in Uffing am Restaurant Alpenblick, wo ein guter Zugang über die Bootsrampe möglich ist.

Inselreichster See im Alpenvorland

Für eine SUP-Tour empfiehlt sich die Route ab dem Startpunkt am Fähranleger Achele neben dem öffentlichen Stadtbad Murnau. Von dort geht es rechtsherum gegen den Uhrzeigersinn vorbei am Campingplatz Burg und der winzigen Jakobinsel zunächst zum Fähranleger Seehausen und dem Restaurant Fischerstüberl auf der rechten Seite. Anschließend wird die Insel Buchau mit dem urigen Natur-Campingplatz (linke Seite) und die kleine Insel Gardeneiland passiert. Sodann führt die Tour am Ufer entlang über das flache und seichte Wasser (viele Fische!) zum Seerestaurant Alpenblick mit einem fantastischen Ausblick auf das Alpenpanorama. Das Restaurant eignet sich gut als Zwischenziel für eine Pause.
Ausgeruht und gestärkt kann nun Kurs auf die Insel Mühlwörth genommen (Privatbesitz, Betreten verboten!) und einmal um die Insel herum zurück zum Ufer gepad-

SUP-Revier am Schweriner Schloss. Foto: J. Meessen

delt werden. Vorbei am Campingplatz Aichalehof auf der rechten Seite geht es längs an der Halbinsel Lindenbichl (Jugendfreizeitgelände) entlang und dann quer über den See zur Insel Große Birke (ebenfalls Betreten verboten, privater Campingplatz). Nach dem Umrunden der Insel gegen den Uhrzeigersinn wird die Insel Kleine Birke mit ihrer schönen Unterwasserwelt und verschiedenen Untiefen passiert. Schließlich führt die Tour zur Insel Wörth und den kleinen „Fjord", einem idyllischen Ort, der zum Relaxen einlädt. Am südlichen Ufer der Insel Wörth entlang geht es dann wieder Richtung Ausgangspunkt Murnau. Für die ca. 17 Kilometer lange Tour sind etwa 4,5 Stunden zu veranschlagen.

Fantastischer Ausblick

Alternative Routen stehen vom Ein- und Ausstiegspunkt Uffingen mit Kurs über den nördlichen Teil des Sees bis zur Insel Buchau, den Flachwasserstellen am Nordostufer und zur Insel Mühlworth mit schönem Ausblick auf die Alpen (ca. 8 km, Dauer ca. 2,5 Stunden) oder vom Ein- und Ausstieg in Murnau über den südlichen Teil des Sees mit 5 verschiedenen Inseln und sehr abwechslungsreichen Einblicken in die Unterwasserwelt (ca. 8,5 km, ca. 3 Stunden) zur Verfügung. Zu beachten ist das Befahrungsverbot im südwestlichen Teil des Sees (Naturschutzgebiet).

Tour 2

Rundtour mit perfekter Aussicht auf das Schweriner Schloss

Im Wassersportparadies Mecklenburg-Vorpommern besticht insbesondere der südliche Teil des Schweriner Sees neben dem Blick auf das beeindruckende Schloss und die angrenzende Altstadt von Schwerin mit klarem Wasser, einer attraktiven Inselwelt, ruhigen Uferzonen und lauschigen Buchten. Als SUP-Revier empfiehlt sich vor allem das von grünen Wäldern gesäumte Südufer mit seinen kleinen Bootshäfen. Der 500m lange Zippendorfer Strand bietet nicht nur Gelegenheit, einmal Sand zwischen den Füßen zu spüren, er ist beim Bootssteg am Anfang des Strandes auch ein guter Einstiegsort für die SUP-Tour. Zudem gibt es dort nahegelegene Parkmöglichkeiten sowie Snacks und Getränke. Ebenso gut ist das Ein- und Aussteigen an der „Schwimmenden Wiese" neben den Wasserfontänen an der Terrasse des Burgsees möglich. Von der „Schwimmenden Wiese" lässt sich trefflich geradeaus zum Schloss und dann rechts unter der Brücke hindurch entlang der Schlossinsel und der pittoresken Liebesinsel zu den gegenüber liegenden Bootsstegen des Segelclubs Schlossbucht SUPen, von wo aus sich ein phantastischer Blick auf die Schlossinsel bietet.
Weiter führt die Tour entlang dem Ufer und vorbei am Hafen des Schweriner Yachtclubs und der Badeanstalt Kalkwerder. Zur Rechten gibt es einige Häuser mit Seeblick und schönen Gärten, auch empfehlen sich mehrere Möglichkeiten für eine erholsame Pause. Hinter den Bäumen, kurz vor dem Bootsanleger, versteckt sich im Wald der Zoologische Garten von Schwerin. Ein Stück weiter lädt der Sandstrand von Zippendorf zu einer Badepause, einem Snack oder einem kurzen Bummel vorbei an repräsentativen Villen und Hotels ein.

Die Insel erkunden oder am Strand relaxen.

Über die Mueßer Bucht und die versteckte Badestelle Reppiner Burg, einem weiteren guten Pausenplatz, geht es Richtung Norden zur gegenüberliegenden Insel Ziegelwerder und weiter zur Insel Kaninchenwerder. Hier gibt es ein einfaches Restaurant, man kann die Insel erkunden, am Strand relaxen und es gibt die Möglichkeit zu zelten. Von Kaninchenwerder aus führt die Tour entweder ca. 800m Richtung Süden zur nächstgelegen Landzunge oder ca. 2 km über offenes Wasser Richtung Westen direkt zum Schweriner Yachtclub (allerdings nur bei optimalen Wetter- und Windbedingungen und mit genügend SUP-Erfahrung zu empfehlen!). Die rund 16 Kilometer lange Runde dauert etwa 4,5 Stunden.
Alternativ lässt sich vom Schweriner Schloss aus in Richtung Norden der Hafen und die Marina des Schweriner Segler-Vereins erkunden bzw. weiter zum Stangengraben und in den Heidensee paddeln. Dort gibt es viele versteckte Anleger, kleine Häfen und im Norden des Sees die Marina-Nord. Zu beachten ist, dass insbesondere an schönen Tagen und am Wochenende in den Kanälen und an den Engstellen reger Schiffs- und Bootsverkehr herrscht, was verstärkte Wellenbildung und kabbeliges Wasser mit sich bringt. Da auch von rasch aufkommendem Wind Gefahren ausgehen, sollte unbedingt mit Leash gepaddelt werden. Zudem empfiehlt sich, die Wettervorhersagen zu beachten und die Dimensionen des Sees bedenken. ■

„Bei der Planung einer Tour immer die Wettervorhersagen beachten."

Autor Jan Meeßen

„Nach vielen Jahren auf, im und unter Wasser bin ich immer noch fasziniert vom Stand Up Paddeln. Das Gefühl über das Wasser 'zu laufen', die erhobene Perspektive und das Empfinden des Freiheitsgefühls treiben mich regelmäßig aufs Board - mal zu einer schnellen Fitnessrunde mit hohem Pulsschlag, mal zu einer relaxten Tour, um die Seele baumeln zu lassen. Für mich ist SUPen ein sehr positives Lebensgefühl, das ich gerne an andere Menschen weitergeben möchte."

Jan Meeßen schreibt einen Reiseblog www.aktiv-reise.info. Sein erstes Buch „Deutschlands schönste SUP-Spots" wird im Mai bei der DKV-GmbH veröffentlicht.

SUP als Wettkampfsport

Der Boom weckt auch den EHRGEIZ sich zu messen

Von Olaf Schwarz, DKV-Referent SUP

Schon die SUP-Begeisterten der ersten Stunde gaben dem neuen Trend rasch Wettkampfcharakter.

So fanden bereits 2009 erste Wettkämpfe mit SUP-Boards statt. Mit geringem organisatorischen Aufwand wurden kleinere Rennen veranstaltet, bei denen alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer ihren Spaß hatten. Nahezu zeitgleich wurden mit Blick auf den weltweiten Wettkampfbetrieb erste Wettkampfformate mit Sprint und Langstreckenrennen entwickelt, Wettkampfregeln erarbeitet und erfolgreich in der Praxis getestet. Der erste World Cup im Herbst 2009 in der Hamburger Hafencity verzeichnete nicht nur einen großen Andrang der Teilnehmer, auch das Medieninteresse war enorm. Erstmals hatten die Teilnehmer dabei die Möglichkeit, die internationalen „Stars" der Szene persönlich zu erleben.

Bundesweite Wettkampfserie German SUP League

In der Folge entwickelten sich verschiedene Wettkampfserien in Nord- und Süddeutschland, an deren Ende die Gesamtsieger ermittelt werden. Diese Serien finden sich inzwischen in der German SUP League als bundesweiter Wettkampserie wieder. Dabei wird in den Disziplinen Langstrecke, Sprint, Beach Race und Technical Race um die Wette gepaddelt.

Seit 2012 gibt es im DKV offene Deutsche Meisterschaften für SUP. Die Zahl der Teilnehmenden steigt von Jahr zu Jahr. Kämpften 2012 nur knapp 50 Sportlerinnen und Sportler um die Medaillen, so waren es bei den Titelkämpfen 2015 auf dem Tegeler See in Berlin annährend 100 Teilnehmerinnen und Teilnehmer. In diesem Jahr sollen die Deutschen Meisterschaften erneut im Rahmen einer Großveranstaltung stattfinden. Derzeit laufen Verhandlungen mit den Veranstaltern der Hanse Sail in Rostock. Kommen sie zu einem erfolgreichen Abschluss, steht den nationalen SUP-Meisterschaften am zweiten Augustwochenende im Rahmen der Hanse Sail nichts im Wege.

Die Einbindung der Deutschen Meisterschaft in öffentliche Veranstaltungen trägt dazu bei, SUP an eine breite Masse heranzutragen. Viele Zuschauerinnen und Zuschauer können sich so vor Ort hautnah informieren, SUP selbst einmal ausprobieren oder sogar schon an einem Spaßwettkampf teilnehmen. Neben den leistungsorientierten Sportlerinnen und Sportlern besuchen daher auch viele Freizeitsportler die Veranstaltungen und machen dort ihre ersten Paddelschläge auf dem SUP-Board.

In den letzten zwei Jahren hat auch die Zahl der von Kanuvereinen organisierten und angebotenen SUP-Wettkämpfen immer mehr zugenommen. Diese erfreuliche Entwicklung zeigt, dass SUP als Paddelsportdisziplin im DKV eine immer stärkere Anerkennung findet und von den Vereinen zunehmend wahrgenommen wird. ■

Auszug SUP Wettkampftermine 16

30. Januar	boot Düsseldorf SUP Short Track Masters	Messe Düsseldorf
30. April	Main Metropoliten Cup	Frankfurt am Main
01. Mai	SUP Cross und Flachwasserwettkampf	Limburg
11.-12. Juni	Fastest Paddler 200 und 500 m	Berlin Grünau
18. Juni	1. SUP Landesmeisterschafft Sachsen-Anhalt	Merseburg
18.-19. Juni	3. SUP Landesmeisterschaft NRW	Bochum
16.-17. Juli	Ostdeutsche SUP Meisterschaft	Berlin Tegel
29.-31. Juli	SUP und Beachsports Festival	Fehmarn
12.-14. August	5. Offene Deutsche SUP Meisterschaft	Rostock
17.-18. September	Berliner SUP Meisterschaft	Berlin Wannsee

Richtig SUPen will gelernt sein. Foto: Eddie Wagner

SUP-Instruktorausbildung des DKV

Mit fundierten KENNTNISSEN auf's SUP-Board

Von Olaf Schwarz

Seit 2013 wird im Deutschen Kanu Verband die SUP Instruktor-Ausbildung angeboten. Sie wendet sich in erster Linie an Trainer bzw. Übungsleiter aus dem Kanubereich, es können aber auch „kanufremde" Interessenten den Instruktorschein des DKV erlangen, wenn sie alle Kriterien erfüllen bzw. die entsprechenden Nachweise erbringen. Folgendes ist erforderlich:

Voraussetzungen für die Teilnahme an der Ausbildung

- Sichere Board- und Paddelbeherrschung. Achtung! Die Ausbildung eignet sich nicht für SUP-Neulinge/Unerfahrene.
- Erste-Hilfe Bescheinigung (nicht älter als 2 Jahre zu Beginn der Ausbildung)
- Nachweis der Rettungsfähigkeit durch das Rettungsschwimmabzeichen Bronze oder eine vergleichbare Ausbildung.
- Mindestalter 18 Jahre

Ausbildung SUP-Instruktor Basis DKV:

Die Ausbildung gliedert sich in zwei Module mit unterschiedlichen Inhalten (siehe Tabelle) und ist für den Zahmwasserbereich konzipiert, d. h. für SUP-Aktivitäten auf stehenden oder nur sehr leicht strömenden Gewässern. Sie umfasst 30 Lehreinheiten (LE), die an bis zu 4 Lehrgangstagen besucht werden müssen. Dabei ist zu beachten, dass Fehlzeiten nachgeholt werden müssen.

Das Modul Basis I wird auch als Fortbildung für den Trainer- bzw. Übungsleiter-C Schein des DKV anerkannt. Das heißt, für DKV-Lizenzinhaber ist nach dem Lehrgang Basis I die Qualifikation SUP Instruktor Basis erreicht. ■

Inhalte der Ausbildung:

Modul	Inhalte
Basis I 15 LE	SUP Praxis SUP Sicherheit SUP Materialkunde Methodik / Didaktik
Basis II 15 LE	Ökologie Grundzüge der Trainingslehre Grundzüge der Strömungslehre/ Wasserlesen Rechtliche Grundlagen/Verkehrsregeln

Geplante Termine 2016

März	Hamburg
02.-03. April	Frankfurt am Main
06.-08. Mai	Markkleeberg
03.-05. Juni	NRW
17.-18. Sept.	Baden Württemberg

Anmeldung und Informationen zur Ausbildung bei:

- **Sandra Matenaer,** Tel.: 0203 / 99759 - 42, E-Mail: Sandra.Matenaer@kanu.de
- **Olaf Schwarz:** olaf.bonn@web.de

Tipps für sichere SUP Touren

Gut VORBEREITET steht dem Paddelspaß nichts im Wege

Von Christine Höfer, DKV-Ressortleiterin Sicherheit

Damit eine SUP-Tour am Ende auch wirklich zu einem ungetrübten Erlebnis wird, bedarf es einer gewissen Vorbereitung. Wer sich die Zeit dafür nimmt, beugt unangenehmen Überraschungen unterwegs vor. Die folgenden Empfehlungen sollen helfen, wichtige Aspekte der Sicherheit vor und während einer SUP-Tour zu berücksichtigen.

Um das Paddelerlebnis stressfrei und mit viel Spaß genießen zu können, sollte bereits der Auswahl des geeigneten Gewässers entsprechende Aufmerksamkeit gewidmet werden. Wichtige Kriterien hierbei sind das persönliche Können der Sportler sowie der Schwierigkeitsgrad des Gewässers. Anfängern ist zu empfehlen, besser vor der ersten Fahrt bei einem Verein oder einer SUP-Schule einen Einsteigerkurs zu absolvieren. Diese Kurse vermitteln wichtige Grundlagen des Stand Up Paddling.

Bei der Auswahl eines geeigneten Gewässers muss ferner beachtet werden, ob es sich um eine Schifffahrtsstraße handelt, welche Verkehrs- und Befahrungsregelungen es gibt und ob der jeweilige Wasserstand eine Befahrung zulässt. Viele Gewässer unterliegen aus Naturschutzgründen Befahrungsregelungen, dies können dauerhafte Beschränkungen oder Beschränkungen nur zu gewissen (Jahres-) Zeiten bzw. aufgrund bestimmter Wasserstände sein. Bei manchen Gewässern muss eine Befahrung auch vorab angemeldet und genehmigt werden. Touren bei Niedrigwasser bzw. Hochwasser sollte man zum einen aus Naturschutzgründen, aber auch zur eigenen Sicherheit vermeiden.

Die Schwierigkeiten einer Tour können zudem je nach Wetterbedingungen und Jahreszeit stark variieren. Ein sehr wichtiger Faktor hierbei ist die Wassertemperatur. So müssen bei niedrigen Wassertemperaturen besonders in der kalten Jahreszeit spezielle Vorsichtsmaßnahmen getroffen werden.

Auf Jahreszeit und Wetterbedingungen einstellen

Beim Sturz ins kalte Wasser reagiert der Körper mit verschiedenen Symptomen. Ab 15 Grad Wassertemperatur nimmt zum Beispiel die Fähigkeit ab, die Luft anzuhalten. Dazu kommen Koordinationsstörungen bei Kälte und die Einschränkung der Muskelstreckarbeit. Symptome wie Frieren, Muskelzittern, eine beschleunigte Herzfrequenz und Atmung sind erste Zeichen der Auskühlung. Auch das Urteilsvermögen kann beeinträchtigt sein. Zudem besteht in kaltem Wasser die Gefahr eines Lungenödems, in der Fachsprache „SIPE" („swimming induced pulmonary oedema") genannt. Betroffene schweben dann in akuter Lebensgefahr. Darüber hinaus können auch gleichermaßen bedrohliche Herzrhythmusstörungen auftreten.

Vor diesen körperlichen Reaktionen auf das kalte Wasser sind übrigens auch gut trainierte Sportler nicht gefeit. Empfehlenswert ist daher das Tragen eines Neoprens, er verhindert zwar nicht komplett das Problem der Unterkühlung, verlängert jedoch das Überleben z. B. bei 15 Grad Wassertemperatur von zwei auf vier Stunden. Ein guter Trockenanzug mit warmer Unterwäsche verdreifacht übrigens die Überlebenszeit noch mal gegenüber einem Neoprenanzug.
Die Risiken einer SUP-Tour lassen sich zudem minimieren, wenn man in einer Gruppe unterwegs ist. Eine Alleinfahrt birgt ein hohes Risiko, weil im Notfall niemand helfen kann. Ab zwei Personen sinkt das Risiko bei einem Notfall, noch größere Sicherheit bietet eine Gruppengröße von drei Personen. Allerdings darf die Gruppe auch nicht zu groß sein, da sie sonst zu unübersichtlich wird bzw. sich zu sehr auseinanderzieht und das Risiko damit wieder steigt. Grundsätzlich gilt, je schwieriger das Gewässer ist, desto kleiner sollte die Gruppe sein, zumindest jedoch aus drei Personen bestehen. Dabei sollten die Mitpaddler von ihrem paddlerischen Können und von ihrer Fitness her der jeweiligen Tour auch gewachsen sein. Als Maßstab ist stets der schwächste Paddler anzusehen.

Mit der richtigen Ausrüstung sicher unterwegs

Die Wahl des richtigen Boards und Paddels richtet sich nach dem persönlichen Können des Sportlers und dem gewählten Gewässer. Darüber hinaus sollte auch die Bekleidung der jeweiligen Luft- und Wassertemperatur angepasst sein. Ratsam ist beim Wassersport immer Kleidung aus Synthetik-Material. Es nimmt weniger Wasser auf, trocknet schneller und wärmt im nassen Zustand auch besser als Baumwolle. Um auf Temperaturänderungen reagieren zu können, empfiehlt sich der bekannte „Zwiebellook". Bei kälteren Luft- und Wassertemperaturen erweisen sich zudem besonders wärmende Materialien wie Fleece und Neopren als nützlich. Dabei ist die Wassertemperatur der wichtigere Faktor für die Wahl der richtigen Bekleidung. Von den Vorteilen eines Trockenanzuges mit geeignetem Kälteschutz vor allem bei sehr niedrigen Temperaturen war bereits die Rede. Als wichtiges Ausrüstungsutensil empfiehlt der DKV generell das Tragen einer zur eigenen Körpergröße und dem Köpergewicht passenden Schwimmweste. Mein Tipp: Die Schwimmweste im Fachhandel kaufen und vorher anprobieren, ob man sich darin auch wohl fühlt. Nichts kann nerviger sein als eine Schwimmweste, die nicht richtig passt. Dabei ist auch darauf zu achten, dass die Weste nicht nur im Stehen, sondern auch im Sitzen und Knien noch richtig passt, falls man mal nicht mehr stehend paddeln kann. Ebenso sollte sie beim Klettern aufs Board nach einem Sturz nicht zu sehr behindern. Eine Feststoffschwimmweste schützt zudem den Oberkörper bei einem Sturz und wärmt darüber hinaus im kalten Wasser.
Für eventuelle Notfälle empfiehlt sich ferner, ein wasserdicht verpacktes Handy – es kann auf dem Wasser Leben retten – sowie ein ebenfalls wasserdicht verpacktes Erste-Hilfe-Set mitzunehmen, vor allem wenn die Tour auf schwereren oder abgelegenen Gewässern stattfindet. Auf bewegtem Wasser bzw. auf Wildwasser ist es zudem ratsam, einen Helm zu tragen.
Vom jeweiligen Gewässer hängt auch ab, ob eine Leash benutzt werden sollte. Dies ist eine Leine, über die das Board mit dem Paddler verbunden wird, damit man das Board nach einem Sturz nicht verliert. Speziell auf Flüssen kann eine Leash allerdings auch ein potenzielles Risiko darstellen, z. B. wenn die Leash ins Wasser hängt und sich möglicherweise irgendwo verfängt. Deshalb sollte – wenn überhaupt – auf Flüssen nur eine Spiral-Leash (coiled leash) mit Quick Release (Schnell- oder Sicherheitsverschluss) eingesetzt werden, die sicherstellt, dass man sich im Notfall schnell lösen kann. Außerdem sollte sie aus Sicherheitsgründen nicht am Fußgelenk befestigt werden, sondern oben am Bein, so dass man gut an den Schnellverschluss herankommt. Leashes ohne Quick Release eignen sich dagegen nur für offene Gewässer (Seen oder Küstengewässer). Auf diesen Gewässern ist die Verwendung einer Leash auch anzuraten, denn der Verlust des Boards stellt auf solchen Gewässern ein größeres Risiko dar als auf dem Fluss.

Sorgfältige Tourplanung unerlässlich

Dies beginnt bereits bei den Ein- und Ausstiegsstellen. Bevorzugt sollten ausgewiesene Ein- und Ausstiegsstellen benutzt, zumindest aber auf einen guten Zugang zum Gewässer einschließlich der Anfahrt über öffentli-

„Mein Tipp: Die Schwimmweste im Fachhandel kaufen und vorher anprobieren, ob man sich darin auch wohl fühlt."

Fotos: H.-P. Wagner

che Straßen geachtet werden. Dabei empfiehlt sich, aus Umweltschutzgründen nur mit so vielen Fahrzeugen anzureisen wie notwendig. Das Befahren von Wald- und Feldwegen und wildes Parken sollte vermieden werden.

Wetter- und Windvorhersagen beachten

Unmittelbar vor dem Start zu einer Tour ist es wichtig, neben dem Abfragen des aktuellen Wasserstandes auch die Wettervorhersage (Luft- und Wassertemperatur) sowie insbesondere die Windvorhersage (Windgeschwindigkeit, Windrichtung) zu beachten. Die Lufttemperatur sollte dabei wegen des sogenannten Windchill-Faktors immer im Zusammenhang mit Windgeschwindigkeit und Windrichtung betrachtet werden. Vereinfacht ausgedrückt bedeutet dies: Je stärker der Wind, umso kälter empfinden wir die Temperatur, weil der Wind die warme Luft vom Körper wegführt. Windgeschwindigkeit und -richtung sind gerade beim Stand Up Paddling sehr wichtige Faktoren bei der Planung einer Tour. Es ist immer von Vorteil, am Anfang gegen den Wind paddeln zu müssen, wenn man noch frische Kräfte hat, als am Ende der Tour.
Je nach Länge der Tour kann es ratsam sein, neben Ersatzkleidung, Handtuch, Erste-Hilfe-Set, Handy und eventuell Sonnenschutz auch etwas zu Essen und zu Trinken in einem wasserdichten Packsack mitzunehmen. Zu guter Letzt ist es nicht verkehrt jemandem mitzuteilen, wohin man paddelt und wann geplant ist zurückzukehren.
Während einer Tour sollte es auch selbstverständlich sein, die Naturschutzregeln einzuhalten. Das beginnt vor Ort am Gewässer mit einer Überprüfung, ob der Wasserstand ausreicht, da bei zu geringem Wasserstand Tiere und Pflanzen unbemerkt geschädigt werden können und insbesondere Fischlaich ersticken kann. Grundsätzlich gilt alles zu vermeiden, was Tiere stören oder auch nur beunruhigen könnte. Flachwasserbereiche, Uferzonen sowie angrenzendes Umland sind oft Brut- und Aufzuchtgebiete für viele Tiere, insbesondere für Wasservögel, deren Brutzeit sich von April bis Juli erstreckt. Daher sollten Nester und Nachwuchs führende Wasservögel weiträumig mit möglichst großem Abstand zügig passiert werden, um die Störung gering zu halten. Das gilt auch für Flachwasser- und Schilfzonen, als wertvolle Laich- und Brutgebiete für Fische und Vögel und Standorte seltener Wasserpflanzen stehen sie unter besonderem Schutz.
Ebenso sollten eine Übernutzung der Gewässer sowie auch Uferbeschädigungen z. B. beim Start oder beim Rasten vermieden werden und kein Müll an Rast- und Lagerplätzen liegenbleiben.
Während einer Tour ist grundsätzlich Rücksicht auf andere Gewässernutzer zu nehmen, d. h. Ausweichregeln beachten, auf Schifffahrtstraßen die Verkehrsregeln einhalten und vorausschauend paddeln. Dabei empfiehlt sich vor allem Abstand zu Gefahrenquellen wie z. B. künstlichen Einbauten, Wehren, Schleusen, Staustufen etc. zu halten. Fallen auf einer Tour Gefahren auf, die bisher nicht in den Gewässerführern vermerkt sind, ist es hilfreich, diese zu melden, um andere Paddler zu warnen. Gleiches trifft zu, wenn es auf der Tour einen Unfall gab, aus dem andere lernen können.
Die beste Tour ist natürlich die, wo nichts dergleichen passiert, die einfach nur ein tolles SUP-Erlebnis ist. Und dies kann auch ruhig weitergesagt werden, sofern das jeweilige Gewässer den darauf folgenden möglichen vermehrten Zulauf verkraften kann. ■

„Während einer Tour sollte es auch selbstverständlich sein, die Naturschutzregeln einzuhalten.“

„SUP-ossibilities“ für Einsteiger und Profis

Das Team vom **SURF + SUP Center am St. Leoner See** und vom SUP Shop sind Wassersportler durch und durch. Eveline und Christian SUPen (Stand Up Paddlen) seit über 7 Jahren.

In ihrem SURF + SUP Center am Erholungscenter St. Leoner See bieten Sie für Einsteiger und Fortgeschrittene eine Vielzahl an Kursen und Angeboten:

- SUP-Kurse
- SUP-Touren
- Geburtstagsfeiern
- Junggesellenabschnitt
- SUP-Events für Kinder, Jugendliche oder Erwachsene
- Big SUP
- SUP-Yoga und SUP-Pilates
- SUP-Shop und -Verleih

Infos und Kontakt:
SURF + SUP Center
Erholungsanlage St. Leoner See
Am St. Leoner See 1 – Eingang 2 – Germany
68789 St. Leon-Rot

Tel. +49-(0)6222-307 99 00 - Mobil +49(0)160-822 76 13
info@surfsupcenter.de - www.surfsupcenter.de

SUP hop since 2008
SUP SHOP und Test Center
Kompetente Beratung
Schule - Vermietung
Touren - Events
PRO SHOP - TEST CENTER:
SIC Maui - Mistral - BIC - Fanatic - Starboard
MARKEN
SIC Maui - Mistral - BIC - Fanatic - Starboard - RRD - Infinity
Carbonerro - Werner - Ocean Rodeo - ION - Restube - FCS und viele mehr ...
SHOP:
SUP SHOP
69234 Dielheim - Adalbert-Stifter-Strasse 15A
Telefon +49(0)6222-3079900
Mobil +49(0)160-8227613
info@supshop.de
http://www.supshop.de
CENTER:
Surf SUP Center St. Leoner See
Erholungsanlage St. Leoner See
68789 St. Leon-Rot, Am St. Leoner See 1 - Eingang 2
Mobil +49(0)160-8227613
info@surfsupcenter.de
http://www.surfsupcenter.de
SURF + SUP CENTER

Spaß beim SUP-Polo. Foto: Starboard, APM-Marketing

Neuer Trendsport SUP-Polo

Stand Up Paddling wird zum HIPPEN TEAMSPORT

Von Bernd Weitzel

Auf der „boot“ 2012 in Düsseldorf ließ SUP-Polo mit einer neuen Facette des bietet Stand Up Paddling aufhorchen und bot den Fans die Möglichkeit, diese Idee auszuprobieren.

Allerdings markierte die Präsentation auf der „boot“ nicht die Deutschland-Premiere dieser neuen Verbindung von Stand Up Paddling und Mannschaftssport. Bereits im Mai 2011 gab es im Rahmen des Bayer Kanu-Polo-Cups auf dem Fühlinger See in Köln auch einen Wettbewerb im SUP-Polo. In einer Meldung dazu war sogar die Rede vom „ersten SUP-Polo-Turnier der Welt“. International waren wohl die Australier die Vorreiter dieses neuen Trendsports. So postete Stuart Murray schon im Februar 2011 im australischen Seabreeze-Forum, dass er beim St. Kilda Festival SUP-Polo vorstellt.

Auch in Deutschland wurden weitere Initiativen entwickelt, um SUP-Polo zu etablieren.

So wird der Trendsport als Firmenevent angeboten, im Sommer an Stadtstränden gespielt und es wird sogar schon im Schwimmbad trainiert. In den Jahren zwischen 2012 und 2015 fanden im Rahmen einiger SUP-Events auch SUP-Polo-Turniere statt wie z. B. das Kemnade SUP-Festival in Bochum und 2014 in Köln die 1. Deutsche SUP-Polomeisterschaft des Deutschen Wellenreit-Verbandes (DWV), bei der die Sportler von Supnation aus Koblenz gewannen. Auch die Firma Starboard, einer der Global Player im SUP-Sport, hat sich zu ihrem 2014 Dealers Meeting des Spiels angenommen und veranstaltet mittlerweile SUP-Polo World Games. Starboard hat neben einer Vereinheitlichung der Regeln auch entsprechendes Equipment entwickelt wie spezielle Paddel, kurze, breite, in beide Richtungen zu fahrende Boards und ein aufblasbares Spielfeld mit aufblasbaren Toren. Beim SUP-Polo versuchen zwei Mannschaften bestehend aus jeweils drei aktiven Spielern wie beim Kanu-Polo den Ball im gegnerischen Tor unterzubringen. Die Spieler dürfen auf ihrem Board stehend den Ball nur mit dem Paddel spielen. Gespielt wird mit einem vom Wasserball abgeleiteten Ball.
So hat sich Stand Up Paddling in Verbindung mit einem Mannschafts-Ballsport inzwischen zu einem kurzweiligen Trendsport gemausert. In naher Zukunft könnten mit steigenden Teilnehmerzahlen - ähnlich dem Kanupolo, nur deutlich ungefährlicher - auch Turnierserien in Ligaform möglich werden.

Kontakt für Veranstalter

Kontakt für interessierte Veranstalter bzw. Vereine:
Bernd Weitzel, E-Mail: bernd@supball.de oder Tel. 0163 366 2333

THIS IS *YOUR* MOMENT. MAKE IT TIMELESS.

NALU SERIES
All-around Cruising/Wave

MANA SERIES
Widestyle Wave

GLIDE SERIES
Touring/Fitness/Racing

HOKUA X32 SERIES
Versatile Performance Wave

HOKUA SERIES
Performance Wave

GTW CONSTRUCTION | In with the Wood

Back by popular demand, the GTW construction features a visible wood sandwich deck and bottom for natural load spread and energetic flex. A glass matrix deck and bottom delivers outstanding strength-to-weight ratio while a half deck glass reinforcement delivers impact strength and durability.

Convenient and long-lasting, the GTW's molded EPS closed cell core is lightweight and resistant against potential water leakage. Check out all of the sizes and full technical specs online at **NaishSUP.com**.

Kubus Sports BV · bossi@kubus-sports.nl · +49 431 70 28 148 NaishStandUpPaddling NaishSUP Photo: E. Aeder, Riders: K. Kerbox, A. Baxter

naish