

## SOMMER, STRAND und STAND-UP-PADDLING

Klingenberg. Der Kanu-Bezirk Unterfranken lud alle Stehpaddler und diejenigen, die es noch werden wollten, zu einem eintägigen SUP-(Stand UP Paddling)-Workshop nach Klingenberg an den Main ein. Der gastgebende Kanu-Verein KC Klingenberg bot ideale Voraussetzung für diesen Kurs, zu dem Anja Scheuermann, SUP-Referentin der unterfränkischen Kanuten, eine große Materialauswahl zum Ausprobieren und Testen den Teilnehmern zur Verfügung stellen konnte und souverän durch den Lehrgang führte. In einem theoretischen Block, unterlegt mit einer ansprechenden Power-Point-Präsentation, erläuterte Scheuermann eindrucksvoll Grundlagenwissen des Stand-UP-Paddelns. Ausführliche Materialkunde vor Ort und viele wertvolle Praxistipps waren selbstverständlich inklusiv und ließ so manchen „AHA“-Moment bei den aufmerksamen Zuhörern aufkommen. Die heutige Trendsportart entwickelte sich bereits in der Mitte des 20. Jahrhunderts auf Hawaii, als Wellenreiten „in“ und die Lehrer ihre Probanden auf dem Meer während der Surfschule mit den Boards begleiten sollten. Nach dem kurzen Ausflug in die Historie gab es kein Halten mehr für die Teilnehmer: die vorbereitenden Landübungen mussten so schnell wie möglich ins Wasser übertragen werden! So wurde kurzerhand die eingeplante Mittagspause verschoben. Evtl. knurrende Mägen waren schnell vergessen, sobald die Füße auf dem Brett standen und die Paddel ins Mainwasser eintauchen konnten. Unter souveräner Anleitung gelangen auf Anhieb Vorwärts- und Bogenschlag, das Navigieren und die Stops! Keiner der buntgemischten Teilnehmerschar, im Alter zwischen 10 und 70, die teilweise zum ersten Mal auf dem Board standen, wollte sich die Blöße eines „Wasserfalls“ geben. So mancher sehnte sich schon heimlich nach Abkühlung in den Fluten, zumal das Tragen einer Schwimmweste auf der Wasserstraße empfohlen war und die Sommersonne vom wolkenlosen Himmel einheizte und die Schweißperlen tropfen ließ. Dank Anja Scheuermanns guter Vorbereitung auf dem Element Wasser unterblieb der Angstschweiß, auch wenn Wellenberge von Motorbooten und Frachtschiffen am Anfang kleine Herausforderungen darstellten. Zum Abschluss, vor der verdienten Mittagspause, ließ Anja dann das Aufsteigen auf das Board, vom Wasser aus, üben, so dass endlich der Sprung ins erfrischende Nass „ganz offiziell“ erfolgen durfte.

Vom Imbiss gestärkt, mit neuem Tatendrang und voller Enthusiasmus glitten die inzwischen fast „SUPER-SUPPLER“ zum Programmpunkt – Spiele und Challenges – mit ihren SUPs erneut in den Main. Nach Linie-, Schlangenfahren und Pivot Turn ging's zum Spielespaß „SUP-Polo“ mit einfachem Regelwerk. Zwei Spieler der Mannschaft im Ballbesitz bilden durch Hochheben ihrer Paddel ein vorübergehendes, variables Tor, das der ballwerfende Spieler „durchschießen“ muss. Blaue und orangene Hawaii-Blütenbänder kennzeichneten die unterschiedlichen Mannschaften. „Wehe, wenn sie losgelassen“! Vorbei das vorsichtige Hantieren auf dem Brett, Technikschläge und Ästhetik – alles Makulatur! Sobald der Ball ins Spiel kam, brach der Ehrgeiz sich seine Bahn, ausbooten und austricksen war angesagt und die „Wasserschlacht“ war in vollem Gange. Laute Anfeuerungsrufe, schallendes Gelächter und lautes Wasserplatschen, nach vergeblichen akrobatischen Gleichgewichtsversuchen, erfüllte den Mainabschnitt. Währenddessen sorgte die 1. Vorsitzende Evelyn Vill für eine reichhaltig gedeckte Kaffeetafel, an der der gelungene Tag ausklang. Der Dank der Teilnehmer galt der überzeugenden Referentin, die mit viel Herzblut für ihre Sportart alle begeisterte und dem Team des KCK für die Organisation vor Ort.

Text: Claudia Rohe

Bilder: Anja Scheuermann, Evelyn Vill, Claudia Rohe