



Der Watschel

Nachrichten und Berichte
aus dem Clubleben

Ausgabe 2023





Bis zu 40%
Förderung
sichern!



Wir sind NIBE Effizienzpartner, sprechen Sie uns an!

Heizungstausch mit Wärmepumpe

Nutzen Sie die Energie aus der Natur für Ihr Zuhause. Mit einer Wärmepumpe von NIBE ist man gerne draußen, aber noch lieber Daheim. Sichern Sie sich klimaneutralen Wohnkomfort zu jeder Jahreszeit. Mit über 500 installierten Wärmepumpen sind wir Spitzenreiter im Rhein-Neckar-Gebiet. Durch unsere Erfahrung und höchste Energieeffizienz sorgen wir dafür, dass Ihr Umstieg garantiert gelingt.

Eine bewusste Wahl für die Natur und Ihr Zuhause



Heizung-Expert
MEISTERBETRIEB

Profitieren Sie jetzt von attraktiven
Fördermöglichkeiten für Wärmepumpen.
Wir beraten Sie gerne: Tel. 06202 / 78 05 07

Anhalter Str. 11 • 68775 Ketsch • Tel. 06202 / 78 05 07 • info@heizung-expert.de • www.heizung-expert.de

Inhaltsverzeichnis

- 04 Grußwort des Vorsitzenden
- 05 Bericht Abteilungsleiter Kanu
- 07 Kilometer-Rangliste 2021 / 2022
- 08 Frühjahrswanderung
- 09 Herbstwanderung
- 11 Unser Bootshausfest - Eine Wiedergabe meiner Eindrücke

Jugend

- 14 Neues von der Jugend
 - 15 Slalombericht
 - 16 WSC-Trainerteam plant Revolution der bisher gängigen Leistungsdiagnostik
 - 18 Das erste Mal in Saint-Pierre-de Boeuf
 - 19 3. Lauf Baden-Württembergische Meisterschaft in Ulm
 - 20 Süddeutsche Meisterschaft im Kanuslalom
 - 21 Gute Leistungen des WSC-Ketsch bei den Deutschen Schülermeisterschaften
 - 22 Die Baden-Württembergische Meisterin kommt aus Ketsch
 - 23 Kinderferienprogramm – Ketscher Kinder sammeln beim Paddeln erste Erfahrungen
-
- 25 Veranstaltungs-Programm 2023
 - 27 WSC-Senioren unterwegs an Saale und Unstrut
 - 29 Radfahrtage in Neuenburg
-
- 30 Buchempfehlung: SICK *life* LINE von Olaf Obsommer
-
- 31 Aufnahmeantrag



Watschel Vereinsnachrichten

Redaktion:

Volker Moessinger, Dreieichenweg 22,
68723 Oftersheim
Telefon 06202 59 29 73
Email: presse@wsc-ketsch.de

1. Vorsitzender:

Thomas Leiser, Friedrich-Ebert-Str. 13 A
68775 Ketsch
Telefon: 06202 68 68 5
Email: 1.vorsitzender@wsc-ketsch.de

Herausgeber:

Wasser-Sport-Club 1956 Ketsch e. V.
Am Kraichbach 1, 68775 Ketsch

www.wsc-ketsch.de

Liebe Kameradinnen und Kameraden, liebe Sportfreunde,

Herzlich willkommen zur Ausgabe 2022 unserer Vereinszeitschrift „Der Watschel“.

Das Jahr 2022 war wieder ein absolut schönes Paddeljahr. Die „Corona“ Pandemie hatte wenige, bis keine Auflagen für unser Training auf dem Wasser sowie unsere Ausfahrten und Wanderungen oder unser Wintertraining.

In der vorliegenden Ausgabe seht ihr unsere vielseitigen Aktivitäten und erlebnisreichen Unternehmungen des letzten Jahres. Sie gibt einen Einblick in unser aktives und unterhaltsames Vereinsleben, das von Euch Mitgliedern lebt und gestaltet wird.

Als 1. Vorsitzender unseres Vereins bedanke ich mich an dieser Stelle ausdrücklich bei meinen Vorstandskollegen für die vielfältige Unterstützung in allen Bereichen. In Zeiten von veränderten Arbeitsanforderungen und eines durch das Internet geprägten Freizeitlebens ist eine Ehrenamtliche Vereinsarbeit in einem Vorstand eines Vereins nicht selbstverständlich. Natürlich gilt mein Dank neben der Vorstandschaft auch den Trainerinnen und Trainern und den vielen fleißigen Helfern aus den Reihen der Vereinsmitglieder, ohne die ein Verein nicht funktionieren würde.

Über unsere Homepage wurden zahlreiche Aktivitäten angeboten, die sich über das ganze Jahr erstreckten. Neben den Trainingstagen der

verschiedenen Wettkampfgruppen war das Mittwochspaddeln ein fester Bestandteil der Paddelsaison, das rege angenommen wurde. Unter der Flagge des „WSC-Ketsch“ starteten auch im Jahr 2022 etliche Sportler zu Kanu Slalom Wettkämpfen, Wanderfahrten oder gemütlichen Ausflügen in den nahen Rheinauen. Mit dem Ende der Sommerzeit begannen wir mit dem Wintertraining in der Turnhalle und dem Kentertraining im Hallenbad.

Viel Spaß beim Lesen und ein gesundes und aktives Jahr 2023.



Thomas Leiser
1. Vorsitzender

An dieser Stelle gedenken wir unserer verstorbenen Mitglieder.



Bericht Abteilungsleiter Kanu

29. Jahresbericht der Saison 2021/22

Das dritte Jahr in der Coronapandemie.

Allmählich sieht es so aus, dass die Menschheit die Pandemie in den Griff bekommt oder man lebt halt einfach damit. Auf jeden Fall werden die Maßnahmen immer weiter gelockert. Allgemein Abstand halten, weniger unnötige direkte Kontakte, Hygienemaßnahmen, eine fortgeschrittene Durchimpfung und Virusvarianten mit weniger Erkrankungspotential geben uns Hoffnung.

Also findet das Rollentraining im Hallenbad regelmäßig statt und ist meist gut besucht. Natürlich sind es die Kinder und Jugendlichen, die das Training rege wahrnehmen und die Kenterrolle meist schnell erlernen. Unsere Vereinsjugend und Trainer leisten hier erstaunliche Arbeit. Diejenigen, die die Rolle schon gut beherrschen, bringen es den nächsten bei und geben Hilfestellung. Damit der Andrang nicht zu groß wird, kommen die Erwachsenen und Größeren etwas später und tauschen die Plätze mit den Kleinen. Auch hier lautet die Devise: wer schon was kann, hilft bei den nächsten. Hier klappt die Rolle meist nicht ganz so schnell, aber nach meinen Beobachtungen bleiben fast alle hartnäckig dabei und geben nicht auf. Ein Riesengewinn ist es da schon, dass Angst und Panik, weil der Kopf mal unter Wasser ist, eigentlich vollständig abgebaut wird. Auf jeden Fall bekommt man viel mehr Gefühl und Vertrauen für die Boote. Und natürlich macht es Spaß.

Im Februar machten wir eine Paddeltour mit einer Hand voll Leuten aus der Mittwochsgruppe; unsere Ottirunde war da genau richtig.

Ein inoffizieller Saisonstart am 13.03. mit einer Fahrt von Leopoldshafen nach Ketsch musste auch sein; Wetter ausnutzen.



Am 27.03. fand die WSC-Frühjahrswanderung statt. Eine super Truppe aus 15 Wanderern liefen von Sinsheim –Dühren nach Michelfeld, Einkehr in der Besenwirtschaft und Rückweg. Darüber gibt es einen eigenen Bericht.

Am Sonntag den 02.04., nach zweijähriger Coronapause, endlich wieder mal ein Anpaddeln vom Kreis Mannheim, auf dem Neckar.



Da hält es keinen WSC-Paddler mehr zuhause. Es sei denn – das Wetter spielt nicht mit – und so war's. Leichter Wind bis stürmige Böen, untere einstellige Temperaturen und ein paar Schneeschauer. Perfekt! Annelore und ich führten die WSC-Truppe an, aber das war's dann auch schon und letztlich doch eine schöne Fahrt.

Zwischendurch mal die eine oder andere Runde Otti oder einen Streckenabschnitt bei uns auf dem Rhein, z. B. Leopoldshafen-Ketsch, mit Frühstück in Leopoldshafen. Von wegen! Nix wars! Wegen Personalmangel nach Corona fangen die erst um halb zwölf an. Kaffee gab's gerade noch so. Dafür hatte das Weindorf in Germersheim offen. Kurze Absprache; Ausstieg am Bootsanleger im alten

Werfthafen. Verspätetes Frühstück mit Pommes, Currywurst, Wurstsalat, ... Jetzt drehte sich die Welt wieder in die richtige Richtung.



Unsere Moderfahrt war dieses Jahr ähnlich wie in den vergangenen Jahren. Allerdings kein Hochwasser wie letztes Jahr, sondern Niedrigwasser. Die Kieltiefe im Altrhein Karlsruhe musste man suchen. Kleine Truppe; Drusenheim – Ketsch, mit Übernachtung in Karlsruhe. Immer noch kein Frühstück in Leopoldshafen. Fahrer diesmal Jürgen und Karl-Heinz, denn ohne Fahrerservice wäre diese Fahrt kaum machbar. Also vielen Dank euch!

In meinen Berichten lesen wir immer weniger von Tagesausflügen mit Kleinflussfahrten sowie Wochenendausflügen wie in den 90ern. Ich will nicht bestreiten, dass das zu großen Teilen an mir liegt. Mir fehlt momentan die Zeit für ausschweifende Ausflüge. Hinzu kommen ökologische und ökonomische Gegebenheiten. Die demografische Entwicklung, besonders bei uns Wanderfahrern und in den letzten Jahren die Pandemie. Und auch der Klimawandel schleicht sich in unsere Freizeitgestaltungen. Die Auswirkungen sind uns bekannt. Wir müssen uns anpassen.

Die Bootsplatzsituation:

Nach langem Zögern übergab mir Charly eine „aktuelle“ Bootsplatzliste. Jetzt konnte ich zusammen mit Sven Brandl die wenigen noch freien Liegeplätze sowie die Situation der belegten Plätze angehen. Und so ganz langsam wird's. Und Charly kann sich um ihre Kernkompetenzen Kanusport kümmern.

Fahrtenbücher:

11 Fahrtenbücher kamen teilweise pünktlich, teilweise gerade noch so bei mir an. Die Auswertung dauert noch an. Das Ganze soll nun in das Elektronische Fahrtenbuch eingearbeitet werden. Und das hakt noch ziemlich. Die Bücher sind noch unterwegs und übermorgen ist Heilig Abend.

Da gab es am 04. 12. abschließend noch die Nikolausfahrt des Kanukreis Mannheim. Unser Verein war mit nur 4 Teilnehmern vertreten. Schade eigentlich, denn das Wetter war gut und der Eintopf in Brühl noch besser.

Letztlich bleibt nur noch ein sehr aktuelles Thema und zwar die Nutzung des Bootshauschlüssels. Hier gibt es ein Infoschreiben.

Mit diesen Worten schließe ich nun meinen Bericht.

Wanderwart und Abteilungsleiter Kanu
Marco Szelk

PARKETT
Kein alter Hut, sondern ein zeitloser und immer moderner Fußboden aus Holz

Beratung, Verkauf und Verarbeitung von:

- Mosaikparkett
- Fertigparkett
- Musterböden
- Landhausdielen
- Stabparkett
- Renovierung von Altböden und
- Erstellung von Unteraufbauten für fast alle Bodenbeläge

Ihr Meisterbetrieb für Parkett

 **I.M.S.** Fußbodenverlegeservice GmbH
Parkettarbeiten aller Art
(Familie Szelk, ca. 40 Jahre Erfahrung im Fußbodenbau)

Im Rauchleder 7
69242 Mühlhausen

Telefon 062 22/6 25 78
Telefax 062 22/6 46 52
Mobil 01 71/6 82 42 98

Kilometer-Rangliste 2021 / 2022

		Kilometer	FT.	WFA
1	Klaus	Dieter	705 33	
2	Klaus	Ursula	705 33	
3	Burgatt	Pierre	232 15	
4	Pfeiffer	Annelore	649 31	24. Br. zu G. 30
5	Richter	Gisela	667 30	
6	Szelk	Marco	457 18	
7	Brandl	Sven	155 11	
8	Moessinger	Volker	131 5	
9	Moessinger	Monika	101 3	
10	Hofmeister	Sandro	201 26	
11	Karas	Achim	86 21	
Kilometer lt. Fahrtenbücher			4089	
Kilometer ohne Fahrtenbücher			377	
Gästekilometer			146	
Kilometer gesamt			4612	

Auf zu neuen Ufern.

Morgen kann kommen.
Wir machen den Weg frei.

Damit Sie nicht untergehen, sollten Sie bei uns auftauchen!

Behalten Sie Ihre Karriere im Blick und schwimmen Sie los in eine neue berufliche Zukunft bei einer der größten Genossenschaftsbanken Deutschlands!

Interessante Stellenangebote mit einem breiten Spektrum an Karrieremöglichkeiten finden Sie auf unserer Webseite. Tauchen Sie mal ein...

vvrbank-krp.de/karriere

Werden Sie **#auftaucher**



Vereinigte VR Bank
Kur- und Rheinpfalz eG

Frühjahrswanderung

Im Herbst 21 bremste mich eine Entzündung des Fersenspornes aus. Für mich also keine Wanderung. Aber im Frühjahr 22 fühlte ich mich wieder zum Laufen in der Lage. Am Computer eine Strecke vorsimuliert, dann mit dem Fahrrad abgeklappert, passt! Die Teilnehmer erreicht man teilweise nur durch penetrantes Einladen. Zuerst per Mail, dann mehrfach über Soziale Netzwerke.

Am 27. März trafen sich dann letztlich fünfzehn wanderwütige oder wenigstens überredete Kameradinnen und Kameraden und ein Hund bei perfektem Wanderwetter auf dem Wandererparkplatz in Dühren. Nach kurzer Begrüßung ging es, wie es sich für eine ordentliche Wanderung gehört, erst mal auf einem schönen Waldweg ein paar Meter bergauf. Und schon zog sich die Truppe auseinander. Sobald die ersten von hinten rufen: „langsam“, richten die vorderen eine Gehpause ein. Bis der/die letzte endlich aufgeschlossen hat. Dann geht es unvermittelt weiter.

Nur zum obligatorischen Gruppenbild bleiben mal alle stehen.



Diesmal führte uns der Weg fast nur durch Wald. Ein paar Meter über Wege am Waldrand und ein paar Meter über freies Feld.

Keine Weinberge, wie sonst im Kraichgau üblich, ist keinem aufgefallen. Und so kam es, dass wir bereits am Mittagsziel noch ca. 30 Minuten Zeit übrig hatten. Diese nutzten wir für einen kleinen Abstecher in die Parkanlage des Michelfelder Schlosses. Na, das war dann wohl auch der kulturelle Teil des Tages.



Bei den Temperaturen sitzt man zum Mittag gerne im Freien. Im Geißenpeter in Angelbachtal / Michelfeld waren wir schon mal im Herbst 2019. War auch diesmal kein Fehler, dieses Ziel zur Mittagsrast auszuwählen.



Letztlich war die zweite Hälfte der Strecke, der Rückweg zu den Fahrzeugen, keine Herausforderung mehr.

Kurz vor dem Parkplatz führte uns der Weg an einem Angelsee vorbei. Im vorgelagerten Oberteich und dem Zulauf tummelten sich massenhaft Erdkröten auf der Suche nach Partnern.



Von dieser Entdeckung zeigten sich alle Wanderer überrascht. Nur der Hund nahm keinerlei Notiz von den Amphibien.

Gegen 15:30 Uhr, am Ziel angekommen, zeigte die Aufzeichnung von Antjes Outdoorapp ca. 10,2 Kilometer. Bei dem Schwierigkeitsgrad und so einem Wetter dürfen es gerne auch 12 Kilometer sein. Wäre leicht zu schaffen.

Ich schätze, auch mit dieser Wanderung konnte ich keinen meiner Kameraden abschütteln. Und so bleibt mir wohl nichts anderes übrig, als mir eine weitere Tour für die Herbstwanderung einfallen zu lassen.

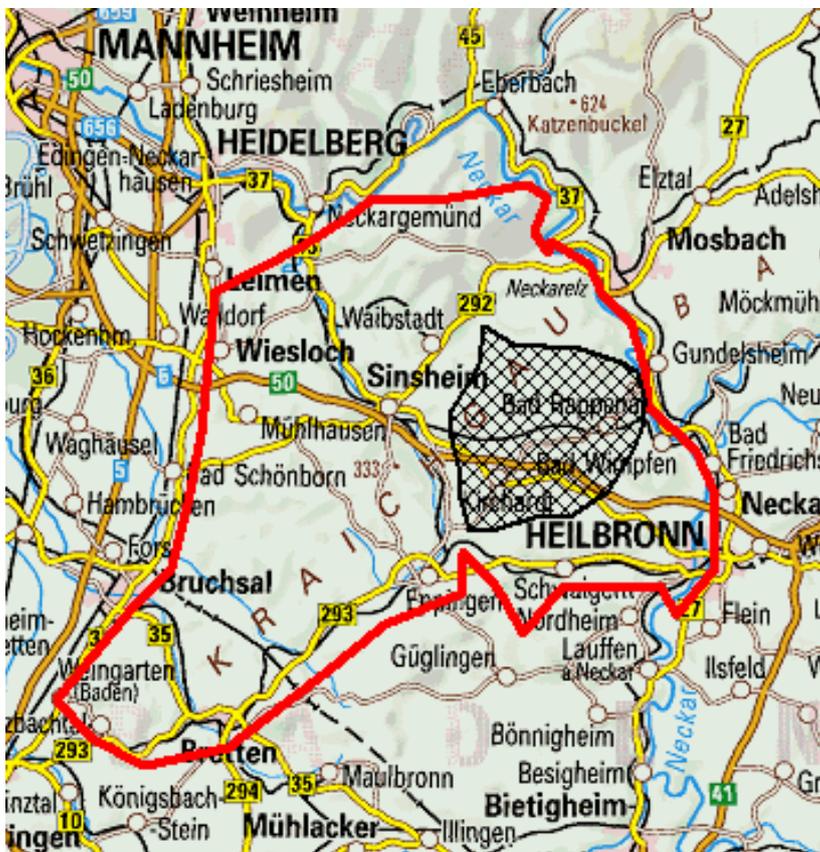
Marco Szelk

Herbstwanderung

Der Kraichgau

zählt zu den ältesten Kulturräumen Europas. Hier war schon vor über einer halben Million Jahren ein entfernter Verwandter des modernen Menschen, der Homo Heidelbergensis zu Hause.

'Creuch' keltisches Wort für Schlamm und Lehm 'Gau' ein offenes waldfreies Gebiet



Unter der Landschaftsbezeichnung Kraichgau wird das Hügelland zwischen den Ausläufern des Nordschwarzwaldes und dem Anstieg in den kleinen Odenwald südlich des Neckars verstanden. Im Westen bildet der abfallende Hang zum Rheingraben eine sichtbare Grenze (Wiesloch-Bruchsal-Karlsruhe) im Osten ist das Neckartal von Heilbronn bis Obrigheim eine ebenfalls deutliche Grenze. Kennzeichen des Kraichgaus, mit seiner etwa 1500 Km² großen Fläche, sind die sanften Hügel und flachen Talmulden, die hauptsächlich ackerbaulich genutzt werden.

Meine Wanderungen biete ich seit einigen Jahren in der nordwestlichen bis westlichen Region dieses Gebiets an. Für mich stellt der Bereich westlich von Sinsheim meinen persönlich nördlichen Rand meiner Wanderziele dar.

Am letzten Wochenende im Oktober 2022, für



Sonntag den 30. reservierte ich im Gasthaus „zum Ochsen“ in Zuzenhausen für ca. 15 Teilnehmer. Ich

musste nachjustieren. Wir waren dann 18 Wanderer.

Zum einen spielte uns das Wetter besonders freundlich in die Karten, wir hatten an diesem Tag bis zu 25° C Außentemperaturen und strahlende Sonne. Zum anderen war mit drei Kameraden aus der Gruppe der „Mittwochspaddler“, zwei Kameraden aus der Trainingsgruppe und weiteren vier Gästen die Truppe ansehnlich groß. So macht eine Wanderung nochmal mehr Spaß.



Startpunkt war in der Nähe der Hühnerranch in Hoffenheim. Die Strecke führte uns über den „Gigglerskopf“, nach Zuzenhausen. Bereits 700 Meter nach dem Start bot sich der Weg so offensichtlich an, das ich nach ca. einem Kilometer feststellen musste : „wir hätten uns da hinten etwas links halten müssen!“ Jetzt laufen wir halt eine zusätzliche Schleife über freies Feld und an Waldrändern entlang. Da gibt es eine kleine Alpacca Farm.



Dafür hatten wir mit der Gaststätte wieder mal richtig Glück gehabt. Essenbestellungen gleich am Anfang eingesammelt und vorab durchgegeben. Es gab keine Beschwerden - glaube ich. Nach dem Essen steuerte der Trupp, in Erwartung auf Kaffee und Kuchen, den Ausgangspunkt

„Hühnerranch“ an. Noch einmal führte uns der Weg durch eine verpasste Abbiegung etwas irre. Aber nur vielleicht 300 Meter. Pünktlich um 15:30 Uhr erreichten wir wieder den Ausgangspunkt.



Aber, die Hühnerranch hatte Mittagsruhe bis 17 Uhr, nix mit Kaffee und Kuchen! Aber die Mitglieder des Hühner-Zuchtvereins, direkt nebenan, hatten einen kleinen Hallenflohmkt und es gab Kaffee und Kuchen.

Ein prima Abschluss des perfekten Wandertags, knapp 12 Kilometer waren es am Ende.

Mal sehen, was der Kraichgau sonst noch im Angebot hat.

Marco Szelck

eisenbergBAUU.de



eisenbergBAUU
Verlängerte Triebstr. 40
68542 Heddesheim

Tel.: 06203 95 31 08
Fax: 06203 95 31 09
kontakt@eisenbergbauu.de

Unser Bootshausfest - Eine Wiedergabe meiner Eindrücke

Macht der WSC endlich wieder mal ein Bootshausfest? Das war ein Themenpunkt in einer Vorstandssitzung im Winter. Die Frage hatte wegen Corona immer noch Berechtigung. Aber die Stimmung stand recht deutlich auf „Ja.“ - Wir machen eins. - Einige Vereine sind schon wieder dabei. Also warum nicht auch der WSC? Vielleicht mal nur für uns Mitglieder oder doch für die Öffentlichkeit?

Diese Frage blieb etwas offen und wurde bis zur Mitgliederversammlung im Mai noch einige Male hin und her diskutiert. Als Ergebnis kam heraus: Anbau ausräumen und putzen. evtl. auch Teile der Bootshalle und putzen. Putzen war sowieso überfällig. Und wenn schon der Aufwand, dann doch gleich ganz offiziell. Mal wieder alle Mitglieder an einem gemeinsamen Projekt. Das mit den internen Grillfesten bei uns wird offenbar ohnehin nur halbherzig angenommen, (leider)!

Ganz wichtig: Beobachtungen außenherum zeigten doch einen klaren Trend. Die Leute wollen jetzt raus, Corona hin oder her. Man will sich treffen. Man will feiern. Man will Corona einfach mal vergessen können.



Außerdem ist unser Bootshausfest unser wichtigstes Aushängeschild, um Werbung für den Verein zu machen und in der Gemeinde eine fest verankerte Veranstaltung. Eine gemeinschaftliche Anstrengung, an denen sich Mitglieder und Freunde zum Schaffen und Feiern treffen, die sich sonst nie sehen. Unsere Jugend und nachfolgende Generation beweist: „Wir können das auch!“ Also; bei der Mitgliederversammlung wurde der Plan vorgestellt: wir machen ein öffentliches, richtiges Bootshausfest.

Jonny stand schon in den Startlöchern, diverse Vorbesprechungen im Orgateam, alles Mögliche bestellen, Spülwagen, Getränke, Speisen, etc. Natürlich und ganz wichtig: die Helfer und die

Bereichsverantwortlichen. Für die meisten Bereiche waren die Leute bereits klar oder schnell gefunden. Nur die Grillhütte, da wollte sich keiner so recht verantwortlich erklären. Irgendwann hat sich Luis Salomon breitschlagen lassen. Ja; so eine Aufgabe ist eine große Herausforderung, denn es gibt ständig Neues und man muss dauernd dazu lernen. Aber das hat er richtig gut gemacht, besonders im Umgang miteinander.



Und, keiner ist allein. Wir sind ein starkes Team. Am Ende haben sich überall genügend Helfer gefunden.

Das ging vom Ausräumen der Bootshalle und dem Anbau, über schon genannte Reinigung, Aufbau der Getränkeausgabe, der Kuchentheke, der Küche mit Salatbar, der Grillhütte, der Musik, Schirme, Zelte, Bühne, Bänke und Tische, Spülmobil, jede Menge Deko und vieles mehr.



Das kann Jonny, oder irgendein Bereichsverantwortlicher auf keinen Fall alleine managen. Da braucht es viele, viele zusätzliche, freiwillige und erfahrene Helfer.

Mit Jonny Green und Luis Salomon habe ich bereits zwei Säulen des Bootshausfestes genannt. Daneben sind Monika Moessinger und Familie Ader (alle), ebenso zu benennen wie Familie Geschwill.



Aus meiner Sicht bilden aber Karl-Heinz Herrmann und Marianne Kotterba das Fundament. Was Marianne alles bewegt und koordiniert hat, ist nicht zu beziffern. Und Karl-Heinz macht auf seine Art mal dies und mal das ganz unauffällig. Er ist vor dem Fest, während des Fests, nach dem Fest und immer da, wenn es was zu schaffen gibt. Alex hat sich in chirurgischer Präzision an den Preistafeln der Cocktailbar ausgetobt. Ein Kunstwerk! Selbst Dieter Klaus gönnt sich keine Pause. Mit 80!



leckeren Kuchen und der reichhaltigen und vielfältigen Salate.



Während ich diese Zeilen schreibe, komme ich aus dem Schwärmen gar nicht mehr heraus. Unser Bootshausfest war und ist das „Highlight“ des Jahres beim Wasser-Sport-Club Ketsch. Da müssen diverse, unvermeidliche Differenzen einfach schnell vergessen werden. Das eine oder andere in Gesprächen aufarbeiten und weiter, nächstes Jahr wird's noch besser!

Apropos „noch besser“. Noch besser kann ein Wetter an so einem Wochenende nicht werden. Der Samstag war klasse. Das Entenrennen gab den



Nicht vergessen darf man die vielen Kuchen und Salatspenden. Bei den Kuchen sind das nicht einfache Hausfrauenkuchen. Da sind echte Konditorinnen verloren gegangen und bei uns haben sie sich gefunden. Manche Gäste besuchen unser Fest inzwischen vorwiegend wegen der



Startschuss. Der Laden brummte in allen Bereichen

und dazu Livemusik bis spät in die Nacht. Ja, das ist Arbeit. Aber das macht auch richtig viel Spaß.



In der darauffolgenden Woche wurde die Bootshalle wieder eingeräumt. Wer war das denn? „Wahnsinn“. Das muss einfach mal gesagt sein! Sollte ich einige Helfer und Kameraden nicht namentlich aufgeführt haben; nehmt es mir bitte nicht übel. Ihr wart und seid alle klasse. Unser Bootshausfest muss leben. Helft alle mit, dass dieses Event auch in kommenden Jahren so stattfinden wird. Ich bedanke mich bei allen, dass ich ein kleiner Teil eines solchen Teams sein darf.

Marco Szelk

ALS FAMILIEN-
UNTERNEHMEN
MACHEN WIR
UNS FÜR SIE STARK!

Küche & Wohnen
KEILBACH
WOHNMARKT KEILBACH GMBH

www.wohnmarkt-keilbach.de

68775 KETSCH · Hockenheimer Str. 159 · Tel. 0 62 02/6 00 60 · Mo. – Fr. 9.30-19 Uhr · Sa. 9.30-16 Uhr

Neues von der Jugend

Nach eher schwierigen Corona Jahren konnten dieses Jahr wieder einige Veranstaltungen der Jugend ohne Einschränkungen stattfinden. Der Trainingsbetrieb im Anfängerbereich wurde hierbei von Till Aichele durchgeführt, der teilweise von Alexander Ader unterstützt wurde.

Ausfahrten konnten im vergangenen Jahr einige durchgeführt werden. An Ostern fand das erste große Trainingslager in Saint Pierre de Bœuf statt. Hierbei nahmen einige Sportler*innen teil und konnten ihr Paddelgeschick unter Beweis stellen. Das besonders für die neueren Sportler*innen schwierige Wildwasser stellte hierbei eine große Herausforderung dar, welche jedoch von allen gemeistert werden konnte.



(Till Aichele, Saint Pierre de Bœuf)

Über das verlängerte Wochenende an Christi Himmelfahrt gab es eine Wildwasserfreizeit an die Isar. Hier konnten die teilnehmenden Sportler*innen ihre Wildwasserkenntnisse zeigen und lernten über die Gefahren im Wildwasser. Auch das Retten im Wildwasser wurde den Sportler*innen vermittelt.



(Übung zum Thema „Retten im Wildwasser“, Isar)



(Isar)

Im Sommer fand auch dieses Jahr das Kinderferienprogramm statt, welches trotz anfangs schlechten Wetters gut besucht war und den Kindern eine Freude machte.

Während des Jahres fanden noch weitere Tagesausflüge statt, welche ebenfalls das Vereinsleben bereicherten. Ich möchte mich noch bei allen Beteiligten bedanken, die durch ihr Mitwirken die Jugendarbeit im Verein bereichern und hoffe, dass wir im kommenden Jahr wieder viele Aktivitäten für die Jugend planen und durchführen können.

Luis Salamon

Wenn´s um Fleisch
und Wurst geht:



Metzgerei

JÖRGER

Bahnhofsanlage 9
68775 Ketsch
Tel.: 0 62 02 / 6 16 13

Seit 1925 höchste handwerkliche Qualität!
www.metzger-joerger.de

Slalombericht

Nicht nur unserem Zuwachs in der Trainertruppe durch Sebastian Alt hatten wir es zu verdanken, dass der WSC Ketsch dieses Jahr mehr Trainingseinheiten daheim und auf anderen Kanälen absolvierte und an mehr Wettkämpfen teilnehmen konnte; auch die Sportler zeigten in diesem Jahr eine hohe Eigenmotivation. Das beflügelte das gesamte Trainerteam.

Insgesamt konnten wir den Sportlern ein wesentlich höheres Trainingsangebot anbieten. In den vergangenen Jahren wurde durchschnittlich 2–3mal pro Woche trainiert. Im Winter 2022 / 2023 konnten wir das Trainingsangebot für die Slalomgruppe auf 3-4 Trainingseinheiten und für die Wettkampfgruppe auf 4–5mal erhöhen. Auch die Anzahl der durchgeführten Trainings auf anderen Slalomstrecken sowie die Teilnahme an Wettkämpfen lag wesentlich höher als in den Jahren zuvor.

Die Baden-Württembergische Meisterschaft wurde in Waldkirch, Fürth und Ulm ausgefahren. In Fürth fand auch die Süddeutsche Meisterschaft (SDM) und somit die Qualifikation zur Deutschen Meisterschaft (DM) statt. Hier konnten sich die Sportler Mona und Erik sowie die Mannschaft Mona, Erik und Felix für die Deutsche Meisterschaft qualifizieren. Dies bedeutet für den WSC Ketsch, seit Jahren nun endlich wieder einmal zur DM fahren zu dürfen. Begleitet wurden die Sportler hier von Trainer Sebastian Alt. Auch wenn es bei dieser für die Sportler ersten DM nicht zu einer Qualifikation für das Finale kam, war es für alle eine großartige Erfahrung und wieder ein enormer Motivationsschub. Mona darf sich auf Grund ihrer guten Leistungen bei der SDM und DM im Jahr 2023 über Einladungen zu Kadertrainingslagern freuen.

	Waldkirch BaWü	Fürth BaWü und SDM	Hildesheim Schüler DM	Ulm BaWü	Bad Kreuznach
Sch B weibl.					
Mona Ader	4	5	11	5	4
Sch A weibl.					
Nike Hess				10	
Sch A männl.					
Erik Ader	15	19	54	16	12
Felix Eisendick	17	26		15	14
Jug männl.					
Leven Salamon	11			14	17
LK					
Sebastian Alt					12
Charlotte Bopp	1	7		2	6
Richter Christine	2				
Mannschaft					
Eisendick- Ader- Ader			28	7	9

Trainer Luis Salamon konnte im Jahr 2022 erfolgreich die Prüfung zum C- Trainer Leistungssport Kanuslalom ablegen und kann sein neu erworbenes oder vertieftes Wissen nun in die Trainingsplanung mit einbringen.

Auf Grund der guten und motivierten Leistungen der Sportler beschlossen das Trainerteam und Arzt Alexander Ader zum ersten Mal, eine eigene Leistungsdiagnostik inklusive Laktat-Test in Ketsch durchzuführen. Diese erleichtert den Trainern die genauere und spezifischere Trainingsplanung. Das

ist auch nötig, denn unsere Sportler starten im Jahr 2023 nicht nur hoffentlich wieder auf der SDM und DM, sondern für einige werden auch die Wettkampfstrecken wesentlich anspruchsvoller werden.

Optimistisch und motiviert blicken wir auf die Wettkampfsaison 2023 und freuen uns auf ein sportliches und erfolgreiches Jahr.

Charlotte Bopp

WSC-Trainerteam plant Revolution der bisher gängigen Leistungsdiagnostik

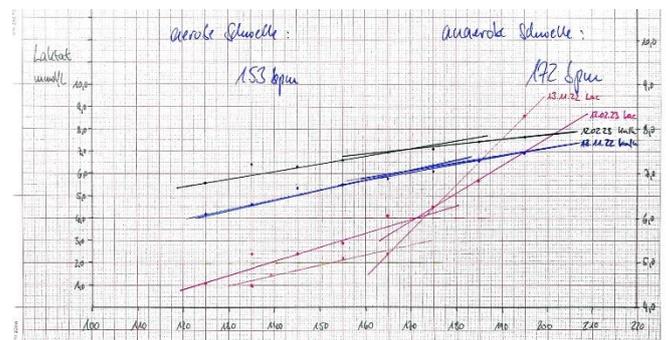
Während Mona Ader aufgrund ihrer Platzierung bei der deutschen Schülermeisterschaft 2022 zur komplexen Leistungsdiagnostik (KLD) an den Landesleistungsstützpunkt Waldkirch eingeladen war, haben die übrigen Wettkampfsportler in diesem Winter erstmals hier auf dem Altrhein einen Stufentest mit Laktatmessung absolviert. Zur professionellen Trainingsplanung ist die Bestimmung der aeroben Schwelle und der individuellen anaeroben Schwelle unerlässlich. Anhand der Ergebnisse kann dann eine Aufstellung aller Trainingsbereiche für individuelle Vorgaben berechnet werden.

Also fanden sich am 13.11.22 und am 12.02.23 bei eisigen 5 Grad Außentemperatur und dichtem Nebel die übrigen Athleten der Leistungsgruppe (Nike Hess, Leven Salamon, Felix Eisendick, Joshua Boos und Erik Ader) mit den Trainern Charlotte Bopp, Luis Salamon und Sebastian Alt an der Bootstreppe ein. Zuvor hatte ich eine exakt 600 Meter lange Strecke mittels GPS-Messung und Markierbojen abgesteckt. Während die Sportler nun mehrere Runden mit jeweils vorgegebener Herzfrequenz (HF) absolvieren durften (Steigerung der HF pro Runde um 10/Min), wurde nach jeder Runde nicht nur die Zeit genommen, sondern auch ein Tropfen Blut vom Ohrläppchen. Aus den Blutproben wurde nun direkt vor Ort von Dr. Jörg Eisendick und mir die Blutlaktatkonzentration bestimmt. Die Messgeräte und die Laborchemie hierfür hatte ich mitgebracht, so dass die Untersuchung direkt am „Point-Of-Care“ stattfinden konnte, und nicht die Proben ins Labor eingeschickt werden mussten.



So weit so gut. Aber nun begann das Dilemma! Während bei der üblichen Form eines Stufentests

zur Leistungsdiagnostik pro Stufe die Belastung gesteigert wird (also z.B. die Watt beim Fahrradergometer oder die Geschwindigkeit beim Laufband) ist dies im Kanusport nicht so einfach! Die Fließgeschwindigkeit unserer Hausgewässer lässt sich leider nicht ändern und auch die exakte Bestimmung der Geschwindigkeit ist kaum möglich (Versuche mit GPS-Tachometern haben gezeigt: diese funktionieren nur zuverlässig auf schnurgerader Strecke). Und die HF zu steigern pro Stufe ist eigentlich Quatsch, da sie unter der Belastung nicht linear ansteigt, sondern sich irgendwann ein Steady-State einstellt.



Um dennoch einigermaßen verlässliche Werte für die aerobe und anaerobe Schwelle zu erhalten, habe ich schließlich zu Millimeterpapier, Bleistift und Geodreieck gegriffen und konnte so die Schwellen mühsam bestimmen. Unzufrieden mit dieser Situation habe ich schließlich mit meinem Kollegen Prof. Röcker Kontakt aufgenommen. Kai Röcker ist Professor der Hochschule Furtwangen, Institut für Angewandte Gesundheitsförderung und Bewegungsmedizin und hat ein hervorragendes Computerprogramm zur Auswertung von Leistungstests entwickelt. Da der Kanusport immer noch eine Randsportart ist, gibt es jedoch noch keinen perfekten Testaufbau und Algorithmus zur Auswertung. Prof. Röcker hat jedenfalls angeboten, das Programm extra für uns mit unserer Mitarbeit derart anzupassen, dass der Computer einen Großteil der Arbeit übernimmt und uns damit mehr Zeit fürs Training bleibt.

Die aktuelle Entwicklung ist vielversprechend! Und vielleicht ist irgendwann das Landesleistungszentrum Kanuslalom hier im kleinen gallischen Dorf der Slalomkanuten ohne Slalomstrecke...

Alexander Ader



Bis zu 40%
Förderung
sichern!



Wir sind NIBE Effizienzpartner, sprechen Sie uns an!

Heizungstausch mit Wärmepumpe

Nutzen Sie die Energie aus der Natur für Ihr Zuhause. Mit einer Wärmepumpe von NIBE ist man gerne draußen, aber noch lieber Daheim. Sichern Sie sich klimaneutralen Wohnkomfort zu jeder Jahreszeit. Mit über 500 installierten Wärmepumpen sind wir Spitzenreiter im Rhein-Neckar-Gebiet. Durch unsere Erfahrung und höchste Energieeffizienz sorgen wir dafür, dass Ihr Umstieg garantiert gelingt.

Eine bewusste Wahl für die Natur und Ihr Zuhause



Heizung-Expert
MEISTERBETRIEB

Profitieren Sie jetzt von attraktiven
Fördermöglichkeiten für Wärmepumpen.
Wir beraten Sie gerne: Tel. 06202 / 78 05 07

Anhalter Str. 11 • 68775 Ketsch • Tel. 06202 / 78 05 07 • info@heizung-expert.de • www.heizung-expert.de

Das erste Mal in Saint-Pierre-de-Boeuf

Am 14.04.22 nachts machte sich die Jugend des WSC Ketsch für 4 Tage auf den Weg zur Kanuslalomstrecke nach Saint-Pierre-de-Boeuf. Wir haben uns am 14.04. um 17 Uhr am Bootshaus getroffen, um die Boote und die Paddelsachen zu laden. Mitgekommen wären eigentlich die Trainer Till, Luis und Charlotte mit ihrer Familie sowie die Sportler Leven, Felix, Frida, Friederike, Joschua und Nike. Begleitet und versorgt wurden die Sportler von Fridas Eltern. Da Charlottes Tochter krank wurde, musste die Familie zu Hause bleiben, Leven konnte leider coronabedingt nicht mit, alle anderen machten sich auf den Weg. Als Überraschung haben die meisten dies erst kurz vor der Abfahrt mitbekommen.

Die geplante Abfahrt hat sich dadurch ca. um 1h verspätet, so sind wir erst gegen 5 Uhr losgefahren. Nach 10 h Autofahrt, hatten wir es geschafft und waren da. Als allererstes haben wir die Boote abgeladen und uns umgezogen, um gleich aufs Wasser gehen zu können. Gegen 18 Uhr paddelten wir Richtung Campingplatz, um dort zu duschen und die Zelte aufzubauen, während für uns Spaghetti Bolognese gekocht wurde.



Am nächsten Morgen mussten wir feststellen, dass Friederike krank ist. Wir waren von 9 Uhr bis ca. 13 Uhr am trainieren, danach konnten wir während des Mittagessens bei einem Freestyle Wettbewerb zuschauen. Von halb drei bis 18 Uhr konnten wir wieder trainieren, danach ging es wieder zurück zum Campingplatz.

Am 3. Tag erkrankte Till und Friederike musste mit dem Zug nach Hause fahren. Um 9 Uhr morgens haben wir wieder mit dem Training begonnen, nach

dem Mittagessen begleiteten uns diesmal Jens und Michelle mit aufs Wasser. Gegen Ende der Trainingseinheit konnte, wer wollte, die Strecke von ganz oben und die große Anfangswalze fahren. Diesen Abend gab es Pizza. Am nächsten Morgen wurden Luis und Till auf Wunsch mit russischer Polka geweckt (im Gegensatz zu den anderen Tagen), sodass wir alle nochmal von 8:30 Uhr bis 11 Uhr aufs Wasser konnten. Danach haben wir alles gepackt und sind gegen 12:30 Uhr wieder nach Hause gefahren, um ca. 21 Uhr erreichten wir wieder das Ketscher Bootshaus. Alles in Allem war es ein sehr toller Ausflug, trotz der vielen Überraschungen. Friederike und Till ging es inzwischen wieder besser, nur vermisst Till leider seine Brille.

Das Ganze wiederholen wir gerne nochmal:!)

Nike Hess



Mobilfunk · Festnetz · Internet/DSL · Service

- Kompetente Beratung, die jeder versteht
- Techniken und Tarife praktisch erklärt
- Smartphones und Tablets live erleben
- Persönlich und hautnah für Sie da
- Geschäftskundenservice inklusive

Wir freuen uns auf Sie!

HandyDrom

PARTNER



Untere Hauptstr. 14 · 68766 Hockenheim
Tel. 06205 309088 · www.handydrom.com

3. Lauf Baden-Württembergische Meisterschaft in Ulm

Am 07.10.22 fuhr die WSC Ketsch Wettkampfgruppe zum Illerkanal in Ulm. Dabei waren Trainerin, Charlotte Bopp und 5 Athlet*innen, Mona, Erik, Felix, Nike und Leven. Wir trafen uns um 14 Uhr am Ketscher Bootshaus und fuhren gegen 14:30 los, um 17 Uhr kamen wir dort an. Wir luden die Boote und das Gepäck ab und die Sportler zogen sich fürs Training um. Währenddessen haben zwei liebe Elternteile die Zelte und das Shelter aufgebaut. Als die Athleten vom Training zurückkamen, gab es Kartoffelbrei, Frikadellen und Karotten zum Essen. Abends machten wir ein Lagerfeuer in einer Feuerschale dazu gab es ein paar Süßigkeiten, so ließen wir den Abend entspannt ausklingen.



Am Samstagmorgen gegen 8 Uhr gingen die Athleten nochmals zum trainieren auf die Wettkampfstrecke, nach der kleinen Trainingseinheit gab es erst einmal Frühstück, was ebenfalls von zwei lieben Elternteilen vorbereitet wurde. Während des Essens haben wir den Plan für den Tagesablauf besprochen.



Nacheinander in der Reihenfolge Leven, Nike, Felix, Erik und Mona gingen die Sportler am Samstag an den Start. Alle Läufe waren relativ gut und Trainerin Charlotte war sehr zufrieden. Den coolsten und spektakulärste Lauf hatte Mona, sie lieferte eine

kleine Stunt – Einlage. Danach folgten die zweiten Läufe.



Nachdem jeder seinen zweiten Lauf beendet, hatte sind wir bei den Ulmer Paddlern duschen und anschließend Essen gegangen. Als wir wieder am "campingplatz" waren, haben wir wie am Tag davor ein kleines Lagerfeuer gemacht, dabei ist die Jugend relativ früh ins Bett. Am letzten gemeinsamen Morgen war Trainerin Charlotte schon früh wach und paddelte sich für ihren Wettkampf ein. Als sie wiederkam, waren wir dann auch mal wach und frühstückten gemeinsam. Beim Frühstück besprachen wir den Tagesablauf, wer besetzt welche Wertungsstelle und wer startet wann. Daraufhin gingen viele zu einer Wertungsstelle, bis auf die Mannschaft und Charlotte, da sie ihre Läufe sonntags hatten. Charlotte hatte ihren Lauf um 10:27 und meisterte diesen relativ gut, der Zweite war aber besser als der Erste. Die Mannschaft durchfuhr ihren Lauf relativ gut und erreichte den 7. Platz der Schüler A männlich. Alle packten ihre Sachen relativ schnell ein, da noch die Siegerehrung stattfand. Charlotte erzielte allgemein den 2. Platz und in der baden-württembergischen Wertung den 1. Platz. Mona erzielte in der baden-württembergischen Wertung den 3. Platz. Auch alle anderen sind sehr gut gefahren und haben relativ gute Platzierungen erlangt, Leven erreichte den 14. Platz, Erik Platz 16, Felix Platz 15, Mona Platz 5 und Nike erreichte bei ihrem ersten Wettkampf den 10. Platz. Nach der Siegerehrung beluden wir das Auto und fuhren zurück nach Ketsch, gegen 18 Uhr waren wir wieder am Bootshaus, im Ganzen war es ein tolles Erlebnis und aber leider der letzte Wettkampf in dieser Saison.

Nike Hess und Mona Ader

Süddeutsche Meisterschaft im Kanuslalom

Bei der Süddeutschen Meisterschaft im Kanuslalom in Fürth bei Nürnberg konnten die Athleten des Wasser-Sport-Club Ketsch mit der bärenstarken Konkurrenz mithalten.



Unter der Leitung der Trainerin Charlotte Bopp, die auch selbst bei den Damen ihr Kajak auf den hervorragenden 7. Rang paddelte, konnten bei den Schülern in der Kategorie Kajak Erik Ader und Felix Eisendick mit persönlichen Bestzeiten eine Marke setzen. Trotz der schwierigen Trainingsmöglichkeiten, aufgrund einer fehlenden Wildwasserstrecke in der Region, mussten die WSC Athleten sich nicht hinter ihrer Leistung verstecken. Leven Salamon verpasste bei der Jugend zwar knapp die Qualifikation zur Deutschen Meisterschaft, stimmte jedoch die Trainerin mit seinem Ergebnis zufrieden.



Bei den Schülerinnen lieferte sich Mona Ader ein spannendes Rennen mit den Mitstreiterinnen aus

dem Landeskader und qualifizierte sich für die Deutsche Meisterschaft mit einem hervorragenden 5. Platz. Auch Erik Ader erreichte sicher die Qualifikation im Kajak Einzel. Die Mannschaft in der Altersklasse „männliche Schüler A“ bestehend aus Erik Ader, Felix Eisendick und Mona Ader fuhr ein solides Ergebnis ein und wird ebenfalls bei der Deutschen Meisterschaft starten.



Hoch zufrieden mit diesem Ergebnis haben die Jugendtrainer des WSC Ketsch bereits mit intensiviertem Training im Hinblick auf die Deutsche Meisterschaft begonnen, welche im September in Hildesheim stattfinden wird.

Charlotte Bopp

Gute Leistungen des WSC-Ketsch bei den Deutschen Schülermeisterschaften

Nach einigen Jahren ohne Teilnahme des WSC-Ketsch bei deutschen Meisterschaften, haben sich in diesem Jahr gleich zwei Sportler unserer Leistungsgruppe im Kanuslalom für die Deutsche Schülermeisterschaft am 10. und 11.09.2022 in Hildesheim qualifiziert.

Bereits Freitagvormittag war das Team unter Leitung von Trainer Sebastian Alt angereist, um die gefällestarke Strecke der Innerste in Hildesheim mit einer intensiven Trainingseinheit unter Wettkampfbedingungen kennenzulernen.

Am Samstagvormittag konnte zunächst Felix Eisendick als Vorstarter sein Können unter Beweis stellen, der sich im Voraus zwar nicht für die Einzelläufe der Meisterschaft qualifizieren konnte, jedoch in der Mannschaft mit seinen Teamkollegen Mona und Erik Ader starten durfte. Mit einem souveränen Lauf hat Felix die extra für diesen Tag abgehängte Strecke gut gemeistert und sich somit für den Mannschaftslauf am Nachmittag vorbereiten können.



Felix Eisendick

Mona und Erik Ader, die von klein auf im Boot sitzen und schon einige Erfahrungen im Wildwasser sammeln konnten, waren nun an der Reihe. Erik befuhr die technisch anspruchsvoll gehängte Strecke nahezu fehlerfrei, konnte sich aber im starkbesetzten Feld der Schüler A nicht durchsetzen und verpasste nur knapp das Halbfinale. Mona Ader, die bei den Jüngsten an diesem Wochenende (u12) startete, zeigte hervorragende Leistungen und paddelte auf einen guten Platz 11 in Ihrer Startergruppe.



Erik Ader



Mona Ader

Trotz anfänglich gutem Start im Mannschaftslauf am Nachmittag, bei dem drei Boote gleichzeitig die Slalomstrecke befahren müssen, hatte das Team – Mona, Erik und Felix – mit einigen Problemen zu kämpfen und kassierte durch einen Fehler am Zieleinlauf 50 Strafsekunden. Folglich musste sich das Team mit einem Platz im hinteren Feld der Schüler zufriedengeben.

Trotz fehlerhaftem Mannschaftslauf waren die Einzelwettbewerbe der deutschen Schülermeisterschaft für den WSC-Ketsch ein voller Erfolg und das gesamte Trainerteam ist äußerst stolz auf die Leistungen seiner Sportler.

Ein besonderer Dank geht auch an die mitgereisten Familien, die sich sowohl um die Verpflegung über das Wochenende als auch um die Einsätze als Kampfrichter kümmerten.

Wir blicken nun auf die beiden letzten Wettkämpfe dieses Jahres in Bad Kreuznach sowie Ulm (Ba-Wü-Meisterschaft) und freuen uns bereits jetzt auf eine spannende Saison und auf weitere Erfolge unserer Wettkampfgruppe im kommenden Jahr 2023.

Charlotte Bopp

Die Baden-Württembergische Meisterin kommt aus Ketsch

Erfolgreicher Saisonabschluss der Kanuslalom-Athleten des WSC

Am Wochenende konnte im letzten Lauf der baden-württembergischen Meisterschaft in Ulm Charlotte Bopp bei den Damen ihren Vorsprung ausbauen und belegte im Einer-Kajak souverän den 1. Platz in der Landeswertung. Bei den Schülerinnen sicherte sich Mona Ader nach einer filmreifen Freestyle-Einlage auf der Wildwasserstrecke den 3. Platz in einem spannenden Duell mit der Zweitplatzierten. Im großen und starken Teilnehmerfeld der Schüler behaupteten sich Felix Eisendick und Erik Ader im Mittelfeld. Seinen besten Lauf der Saison hatte Leven Salamon mit null Fehlern. Erstmals am Start konnte Nike Hess auf schwieriger Strecke ihr Kajak sicher über die Ziellinie navigieren. Auch bei der Mannschaft 3x Einer-Kajak konnte das Mixed Team (Ader, Eisendick, Ader) seine Platzierung im Mittelfeld verteidigen.

Ein Verdienst nicht nur des Trainer-Trios Charlotte Bopp, Luis Salamon und Sebastian Alt, sondern auch der Betreuer und Eltern. Denn „Kanusport ist Motorsport“, wie es in der Szene heißt. Am Wochenende zuvor fand die Herbstregatta in Bad Kreuznach statt, Anfang September die Deutsche Schülermeisterschaft im niedersächsischen Hildesheim, und dazwischen Trainings im Ötztal sowie in Hüningen bei Basel. In Ermangelung einer Trainingsstrecke sind immer wieder lange Autostrecken zurückzulegen, denn auf dem Ketscher Altrhein fehlt es nicht nur an Wildwasser, sondern vor allem an der Möglichkeit Torstangen aufzuhängen. Das seit Jahren improvisierte Training unter der Brücke, mit am Gelände befestigten Stangen, bietet nur unzureichende Möglichkeiten. Insbesondere im Sommer war durch das Niedrigwasser des Rheins wochenlang kein Techniktraining möglich.

Die Vorbereitung für die nächste Saison hat bereits begonnen. Hierzu gehören neben regelmäßiger Leistungsdiagnostik mit Laktatmessung auch die

Trainingslager in Südfrankreich, Österreich und Tschechien. Eine kurze Verschnaufpause bis zu den Herbstferien ist jedoch insbesondere für die Teilnehmer bei der Deutschen Schülermeisterschaft, Mona und Erik Ader sowie Felix Eisendick, eingerechnet.



Die Leistungsgruppe des WSC (vlnr): Leven Salamon, Trainerin Charlotte Bopp, Nike Hess, (unten) Felix Eisendick, Erik Ader und Mona Ader



Das Mixed-Team 3x Einer-Kajak: Mona Ader, Felix Eisendick und Erik Ader

Alexander Ader

Kinderferienprogramm - Ketscher Kinder sammeln beim Paddeln erste Erfahrungen

Ich blickte aus dem Fenster und sah den Regen, den wir bei dieser langanhaltenden Trockenheit so sehr herbei gesehnt hatten. Aber doch nicht genau an dem Tag, an dem der WSC sein Kinderferienprogramm veranstaltet. Trotzdem fanden sich um 9.30 Uhr 15 Kinder im Bootshaus ein, denen das Wetter nichts anhaben konnte. Beim Paddeln wird man sowieso nass. Nachdem Luis Salamon, der zum zweiten Mal die Organisation übernommen hatte, die Kinder begrüßt hatte, schrieb sich jedes Kind ein Namensschild und alle wurden in 2 Gruppen eingeteilt. Luis und Jeanette trugen mit der einen Gruppe trotz Regen den Kanadier „der Bruder“ zum Wasser, um dort gemeinsam eine Runde über den Altrhein zu drehen. Zum Glück war der Pegel wieder so weit gestiegen, dass dies problemlos möglich war. Die Kinder übten sich in Teamarbeit. Wie von Luis erklärt, musste jedes Kind auf den Schlag vom Vordermann achten, da es sonst Paddelsalat gibt.



Till Aichele bleibt mit der anderen Gruppe im Bootshaus und übten die Geschicklichkeit mit



Paddeln und Wurfsäcken. Leven Salamon und Felix Eisendick waren sofort bereit, sich mit Regenjacken in Kajaks zu setzen und als Zielscheibe für das Wurfsackwerfen zu dienen. Sie hatten einen riesigen Spaß dabei.

Wir, Familie Geschwill, sorgten in der Zwischenzeit dafür, dass sich die Kinder in der Mittagspause mit Bratwürsten und Pommes stärken konnten. Sabine und ihre Mutter hatten tolle Salate gemacht, sodass jeder satt wurde.



Das Wetter meinte es doch noch gut mit uns und so kam dann auch die Sonne wieder raus. Die Kinder waren kaum zu bremsen, als es hinterher mit den Einerkajaks wieder aufs Wasser ging. Das war gar nicht so einfach, gerade auszapaddeln und nicht im Kreis herum.



Ich hoffe, es hat den Kindern genau so viel Spaß gemacht wie uns. Wir bedanken uns bei Familie Salamon und allen Helfern.

Sylvia Geschwill

WIR HABEN DIE RICHTIGE

AUSRÜSTUNG

FÜR JEDE DEINER TOUREN!

AUCH ZUHAUSE KANN ES SCHÖN SEIN:

Ausblick von der Neckarriedkopfhütte zum Dilsberg. Unterwegs auf der ersten Etappe des Neckarsteigs. Infos: www.neckarsteig.de



OUTPOST
ALTSTADT
Plöck 73
Heidelberg



BACKPACKER
CLIMB



BACKPACKER
TRAVEL & FOOTWEAR



Jack
Wolfskin
STORE AM
HAUPTBAHNHOF

Outdoor-Passage - Kurfürstenanlage 62
Heidelberg

WWW.BACKPACKER-STORES.DE

Veranstaltungs-Programm 2023

Blau = Wanderfahrten Grün = Jugend Rot = Slalom

03.02.-05.02.2023	Hüttenwochenende Jugend	Frederik Kotterba
11.-12.02.2023	komplexe Leistungsdiagnose (KLD), Waldkirch	
18.-19.03.2023	1. Lauf BaWü, Waldkirch, Elz	Charlotte Bopp
03.03.-05.03.2023	Hüttenwochenende im Schwarzwald	Antje Riesenberger
11.03.2023	Hauptversammlung und Abteilungsversammlungen Kanu und Ski, 15.00 Uhr	Thomas Leiser
12.03.2023	Frühjahrswanderung	Marco Szelk
26.03.2023	Vereinsanpaddeln	Marco Szelk
02.04.2023	Anpaddeln Sportkreis Mannheim	Marco Szelk
08.04.-19.04.2023	Spreewald Osterfahrt KVBW	Marco Szelk
07.-09.04.2023	Trainingslager Kanuslalom, Sault-Brenaz (F)	Charlotte Bopp
10.-16.04.2023	Wildwasserfreizeit, Ardèche	Alexander Ader
05.05.-07.05.2023	Verbandsfahrt nach Illingen (Enz)	Marco Szelk
05.05.-07.05.2023	2. Lauf BaWü + SDM, Ulm, Illerkanal	Charlotte Bopp
18.-21.05.2023	D-Cup / D-Cup U18, Lofer, Saalach	Sebastian Alt
08.06.2023	Kadertraining, Hildesheim Schülerländerpokal, Innerste	Charlotte Bopp
09.-11.06.2023	Schülerländerpokal, Hildesheim Schülerländerpokal, Innerste	Charlotte Bopp
16.06.-18.06.2023	Verbandsfahrt Bodensee (Kanu-Club-Singen)	Marco Szelk
23.-25.06.2023	D-Cup / D-Cup U18, Roudnice	Sebastian Alt
08.07.-09.07.2023	Bootshausfest (organisiert vom Festteam)	Jonathan Green
29.07.-30.07.2023	WSC-Gepäckfahrt Moder	Marco Szelk
29.07.-05.08.2023	11. WW-Woche KVBW, Eyglis (F), Durance	Frederik Kotterba
29.07.-05.08.2023	Kadertraining, L'Argentière (F), Durance	
	Kinderferienprogramm	Luis Salamon
18.08.-20.08.2023	Freundschaftsfahrt der Verbände (Heilbronn)	Marco Szelk
04.09.-10.09.2023	Kadertraining - Schüler DM, Zeitz / Haynsburg, Weiße Elster	Luis Salamon
09.09.-10.09.2023	Schüler DM, Zeitz / Haynsburg, Weiße Elster	Luis Salamon
22.09.-24.09.2023	61. Herbstslalom Bad Kreuznach, Nahe	Sebastian Alt
24.09.2023	Abpaddeln Kreis Mannheim	Marco Szelk
27.09.-29.09.2023	Kadertraining - DM JJ-LK, Markkleeberg	Sebastian Alt
30.09.-01.10.2023	DM-Jug / -Jun / -LK, Markkleeberg	Sebastian Alt
07.10.-08.10.2023	3. Lauf BaWü, Ulm, Illerkanal	Luis Salamon
08.10.2023	Vereinsabpaddeln	Marco Szelk
15.10.2023	Herbstwanderung	Marco Szelk
11.11.-12.11.2023	komplexe Leistungsdiagnose (KLD), Waldkirch	Luis Salamon
03.12.2023	Nikolausfahrt Sportkreis Mannheim	Marco Szelk
10.12.2023	Winterfeier, 15.00 Uhr Bootshaus	Thomas Leiser

Weitere Fahrten und Veranstaltungen werden kurzfristig angeboten.

Informationen über die WSC-Homepage: www.wsc-ketsch.de

- im Aushangkasten im Bootshaus
- oder am WSC-Monatsstammtisch

Wintertrainingszeiten:

Donnerstag	17.00 - 18.30 Uhr	Kindertraining
Donnerstag	18.30 - 20.00 Uhr	Konditionstraining
Donnerstag	20.15 - 21.30 Uhr	Gymnastik für Erwachsene
Freitag	15.00 - 17.30 Uhr	Ausdauertraining
Samstag	17.00 - 19.00 Uhr	Kennterrollentraining im Hallenbad
Sonntag	11.00 - 14.00 Uhr	Techniktraining

Sommertrainingszeiten:

Dienstag	17.30 - 20.00 Uhr	Wettkampftraining
Mittwoch	17.45 - 20.15 Uhr	Paddeltraining für Erwachsene
Donnerstag	17.30 - 20.00 Uhr	Wettkampftraining
Donnerstag	17.00 Uhr	Radfahren, Treffpunkt am Marktplatz

Das DKV-Sportprogramm gibt es nicht mehr in Papierform.

Diese Infos, sowie weitere Termine findet man auf der Homepage des DKV.

<https://www.kanu.de/>

Dort findet man auch vieles zu

-
- Befahrungsregeln
- Gewässersperrungen
- Sicherheitsschulungen
- EPP (Europäischer Paddelpass)
- eFb. (elektronisches Fahrtenbuch)
- u.v.m.

Elektro-Installation
LED- und Beleuchtungs-
technik
Rauchwarnmelder
Photovoltaik
SAT-Anlagen
digitalStrom



Energieberatung/ Energieausweis

24-Stunden-Notdienst

Thorsten Metz
Elektrotechnikermeister
www.thorsten-metz.de

Friedrichstraße 27
68723 Schwetzingen
info@thorsten-metz.de

Mobil 01 71 / 47 777 18
Telefon 0 62 02 / 950 82 91
Fax 0 62 02 / 950 82 92

WSC-Senioren unterwegs an Saale und Unstrut

vom 12.06. – 03.07.2022

Naumburg an Saale und Unstrut war unser diesjähriges Sommer-Reiseziel. Mit dabei waren Ursula und Dieter, Gisela, Günter, Manfred, Gerd, unsere Freunde aus Dillingen Regine und Siggie.



Unser Campingplatz lag in unmittelbarer Nähe der Unstrut-Mündung in die Saale, sodass es möglich war, drei verschiedene Strecken zu paddeln, bei denen wir direkt am Platz ein- bzw. aussteigen konnten. Günter stellte sich freundlicherweise zum Fahren bereit, sodass uns das lästige Verstellen erspart blieb.



Neben dem Platz war ein riesiger Bootsverleih, der sich an den Wochenenden zu unserem Erstaunen komplett leerte. Überhaupt waren in diesem Gebiet viele Gepäckwanderer mit Boot oder Fahrrad unterwegs. An einem Wochenende zeltete neben uns eine Konfirmantengruppe aus Weimar, die vier Tage mit Schlauchbooten auf der Saale paddelte. Wir bewunderten die Organisation und Disziplin dieser Truppe. Die jungen Leute – mit Betreuer

immerhin 70 Personen – kamen abends an, bauten ihre Zelte auf, das Essen wurde mit Hilfe einer Gulaschkanone verteilt und nach einem gemeinsamen Nachtlied herrschte absolute Ruhe. Am Morgen wurden nach dem Frühstück die Zelte wieder abgebaut und um 10.00 Uhr war alle wieder in ihren Booten auf dem Wasser!

Bei uns gab es natürlich auch immer ein gemeinsames Frühstück, aber erst wurde geschwommen. Das versprochene Strandbad entpuppte sich als Karpfenteich, was uns von unserem morgendlichen Bad nicht abhielt. Riesige Karpfen begrüßten uns beim Einstieg. Abends saßen wir in gemütlicher Runde, nur Ursula ergriff frühzeitig die Flucht, da wir bei Dämmerung von Juni-Käfern heimgesucht wurden.



Vier sehr schöne Paddeltouren standen auf dem Programm. Unterwegs genossen wir die Thüringer Bratwurst, die an den zahlreichen Imbissbuden angeboten wurden. Auf der Unstrut wurden wir gegen eine Gebühr von € 5,00 pro Boot dreimal geschleust.



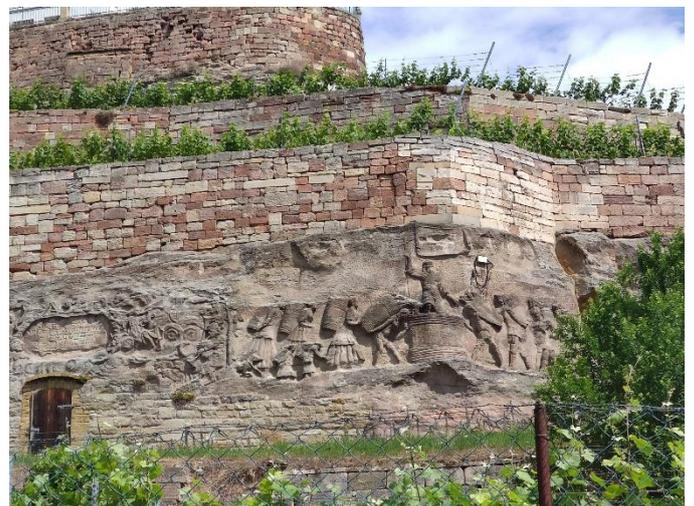
Der letzte Schleusenwärter war zu unserer Erheiterung sehr fürsorglich. Er belehrte uns, dass wir in der Mitte der Schleuse bleiben, erst bei grün lospaddeln sollten, unser Ziel noch fünf km entfernt sei, wofür wir noch ungefähr eine Stunde benötigen. Mit einem unterdrückten Lachen bedankten wir uns für die Ratschläge.



Natürlich waren wir auch viel mit den Fahrrädern unterwegs. Neben Touren im Saale- und Unstruttal waren wir am Geiseltalsee, einer riesigen Ferienlandschaft, die durch Flutung eines Tagesbergbau-Gebietes entstanden ist. Der See mit seinem glasklarem Wasser gefiel uns so gut, dass wir ein zweites Mal zum Baden hinfuhren. Am Tag vor unserer Abreise fuhren Dieter und ich ins Ilmtal über Bad-Sulza weiter nach Apolda. Eine sehr schöne Fahrt, wir konnten uns noch einmal so richtig austoben.



Die Kultur kam auch nicht zu kurz. Neben der Besichtigung von Naumburg fuhren wir mit dem Zug – dank des 9€-Tickets - in die Städte Erfurt, Weimar und Leipzig.



Auch war für uns Wassersportler der Besuch der WW-Strecke in Markkleeberg Pflicht, wo wir die jugendlichen Fahrer bei ihrem Training bewunderten.

Aber auch dieser Urlaub ging zu Ende, gut erholt und zufrieden fuhren wir nach dreiwöchigem Aufenthalt nach Hause. Ein Dank noch an Dieter, der diese Freizeit organisierte.

Annelore Pfeiffer

Radfahrtage in Neuenburg

Manche Unternehmungen haben im WSC schon eine sehr lange Tradition. Was 1981 als zweitägige Rucksackwanderung begann, setzte sich mit insgesamt zwölf Wanderungen in verschiedenen deutschen Mittelgebirgen fort, die zwischen zwei und vier Tage dauerten, die Etappen waren zwischen 20 und 30 km lang. Als die Last auf dem Rücken immer mehr drückte, die Füße immer schwerer wurden, beschloss man, einen festen Standplatz anzusteuern und von dort aus zu wandern. Mit zunehmendem Alter stiegen wir dann auf die Fahrräder um.

Dieses Jahr wählten wir Neuenburg in Südbaden als Ziel. Von ehemals über 30 Teilnehmern waren wir in der ersten Woche nur zu fünft: Dieter und Ursula, Gisela, Günter, ich - und in der zweiten Woche kamen noch Ursula und Kurt dazu; Durchschnittsalter der Truppe: knapp 80 Jahre!

Der Tag begann erst einmal mit einer Stunde Schwimmen im Hallenbad auf dem Campingplatz. Danach gemütliches Frühstück und um 10.00 Uhr brachen wir dann zu unseren Radtouren auf. Unsere Ziele waren: Breisach, Staufen – dort waren wir zweimal, das schöne Cafe am Neumargen und die Schwarzwälder Kirschtorte lockten uns, - Bad Bellingen, Bad Krotzingen, Lörrach, Basel, Mühlhausen, die kleine elsässische Camarque. An manchen Tagen kamen wir kaum vorwärts, da zu viele Nussbäume unsere Wege kreuzten, wir konnten kaum widerstehen.



Da in Neuenburg 2022 die Landesgartenschau stattfand, durfte ein Besuch nicht fehlen. Am letzten Tag der Öffnung schafften wir es gerade noch hinzugehen. Uns erwartete ein wunderschönes Gelände direkt am Rhein. Ein Konzert der

Blaskapelle Wangen (Ausrichter der Gartenschau 2023) rundete den schönen Tag ab.



Wie alles Schöne waren auch diese Tage endlich. Hoffen wir, dass wir noch ein paar Jährchen unterwegs sein können und dürfen.

Annelore Pfeiffer

Buchempfehlung:

SICK *life* LINE von Olaf Obsommer

Für Euch gelesen von Alex Ader

Olaf Obsommer kennt jeder in der Paddelszene. Seine Filme haben Kultstatus und seine Live-Filmvorträge sind legendär. Sogar mitten in der Corona-Pandemie hat er es verstanden, uns mit seinen Filmvorträgen aus der Krise zu holen, indem wir seine Livestreams gebannt vom Sofa aus verfolgen konnten. Doch jetzt hat Olaf, der sich selbst als Legastheniker bezeichnet, erstmals ein Buch veröffentlicht. Und das Erstlingswerk sind auch gleich die Memoiren des 52-Jährigen. Lohnt sich die Lektüre der Geschichte des filmenden Wildwasserfahrers?

Diese Frage lässt sich mit einem ganz klaren und kräftigen „Ja!“ beantworten. Denn wie bei den Filmvorträgen schafft es Olaf seine Leser mit seiner Begeisterung für den Kanusport zu infizieren. Die vielen spektakulären Photographien werten die 244 Seiten zusätzlich auf, wären aber bei dem erfrischenden und authentischen Erzählstil gar nicht erforderlich gewesen. Denn es gibt wirklich viel zu berichten! Abgesehen davon, dass Olaf immer noch ein hervorragender Wildwasserathlet ist, wovon ich mich persönlich auf der Soča an Ostern überzeugen konnte, hat er doch die Szene in den letzten 20 Jahren maßgeblich geprägt. Zwar streitet er vehement die Urheberschaft ab, dennoch ist der Begriff „Sickline“ spätestens seit Erscheinen des gleichnamigen Films unweigerlich mit Big-O verknüpft. So erfährt der Leser auch, wie die Idee zum Adidas Sickline-Team geboren wurde und schließlich die inoffizielle Extremkajak Weltmeisterschaft - die Adidas Sickline - auf der Wellerbrückenstrecke der Öztaler Ache unter Obsommers Leitung die Szene aufwirbelte. Aber das Buch wäre nur halb so spannend, wären da nicht die vielen Weggefährten von Adrian Mattern bis Zack Mutton, von denen die meisten ohne Olafs Expeditionen und Filme meiner Einschätzung nach gar nicht so groß hätten werden können! Adidas hat sich aus dem Wassersport zurückgezogen, Obsommer macht glücklicherweise weiter.

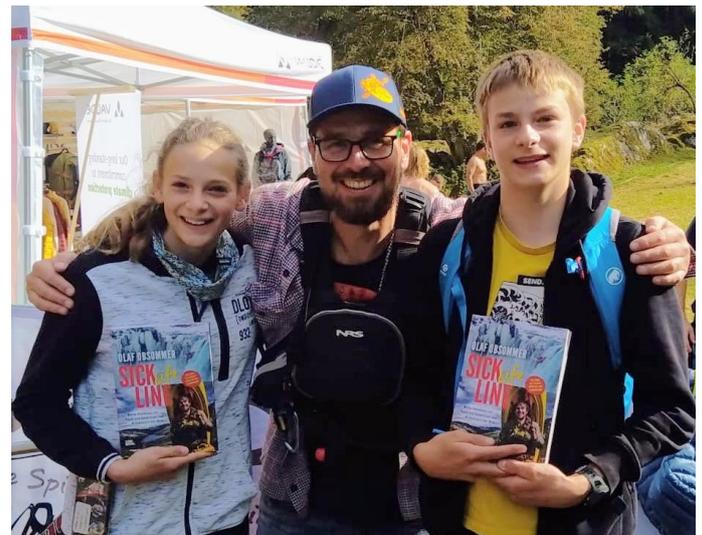
Ich habe die Lektüre von der ersten bis zur letzten Seite genossen, ebenso wie ich die Filme liebe und die Liveveranstaltungen. Auch die eine oder andere Parallele unserer Lifeline hat sich ergeben, und nicht nur, dass wir nur kurz nach Olaf von der Beckers Lodge in Kanada zur Bowron-Lakes-Runde gestartet sind, oder uns beim Paddeln begegnet sind. Der

Schreibstil erinnert mich stark an mein Idol aus Teenagerzeiten: Rüdiger Nehberg. Auch bei Rüdiger ist klar, dass nichts erfunden, sondern alles wirklich erlebt ist. Lieber Olaf, mach es wie Rüdiger: der war noch bis kurz vor seinem Tode im Alter von 84 Jahren auf Expeditionen und hat sich für den Umweltschutz und unangenehme Themen eingesetzt. Bleib so authentisch auf dem Filmvortrag genauso wie im nächsten Kehrwasser und bitte mach weiter!

Erschienen am 07. September 2022 bei CONBOOK, ISBN 978-3958894341, Preis 19,95 €



Olaf Obsommer bei der „Oetz Trophy“ 2022 (dem Nachfolger der „Adidas Sickline“)



Das neue Buch SICK *life* LINE, erschienen im September 2022 bei CONBOOK

Alexander Ader



Öffnungszeiten:

Montag + Dienstag Ruhetag

Mittwoch - Samstag

Sonn - & Feiertage

11.30 – 14.00 Uhr

11.30 – 14.30 Uhr

17.00 – 22.00 Uhr

17.00 – 22.00 Uhr

warme Küche

warme Küche

Tel.: 0 62 02 – 970 63 70 Fax: 0 62 02 – 970 63 77

WSC Ketsch, Am Kraichbach 1, 68775 Ketsch

Aufnahmeantrag

Hiermit erkläre/n ich meinen / wir unseren Beitritt zum Wassersport-Club Ketsch 1956 e. V. als Mitglied

Kanuabteilung Skiabteilung

Jahresbeitrag (passive Mitglieder [P] und aktive Mitglieder mit Arbeitseinsatz [AA])

<input type="checkbox"/> Jugendliche unter 18 Jahre / Azubi / Student/	25,00 Euro
<input type="checkbox"/> Erwachsener (ab 18 Jahre)	46,00 Euro
<input type="checkbox"/> Familienmitgliedschaft	80,00 Euro
<input type="checkbox"/> Bootsliegeplatz	40,00 Euro
<input type="checkbox"/> Aufnahmegebühr einmalig	50,00 Euro

Von **aktiven** Mitgliedern wird die jährliche Ableistung einer vom Vorstand festgesetzten Anzahl von Arbeitsstunden zugunsten des Vereins erwartet. Ersatzweise kann dies durch Zahlung von zusätzlich jährlich 25,00 Euro (Jugendliche, Azubi, Studenten) bzw. 46,00 Euro (Erwachsene) abgegolten werden [AZ]. Nach Aufnahme in den WSC ist die Aufnahmegebühr fällig, die Beiträge bis 31.03 jeden Jahres. Bei Familienmitgliedschaft bitte alle Angehörigen eintragen, die beitreten möchten

Mit meiner / unserer Unterschrift verpflichte/n ich mich / wir uns, die Satzung und die Geschäftsordnung des WSC Ketsch an zu-erkennen und meinen / unseren Verpflichtungen nachzukommen. Weiterhing bestätige/n ich/wir, dass ich/wir Schwimmer bin/sind.

Name

Vorname

Geb.-Datum

Wohnort

Straße

Tel. / Handy

E-Mail

Datum / Unterschrift

Unterschrift des Antragstellers

(bei Jugendlichen Unterschrift des Erziehungsberechtigten)

Einzugsermächtigung (kann jederzeit widerrufen werden)
Ich / wir ermächtige / n den Wassersportclub 1956 Ketsch e. V. die fälligen Vereinsbeiträge von meinem Konto einzuziehen.

Name

Bank

BLZ / Konto-Nr.

Datum / Unterschrift

eisenberg**BAUU**.de



Pflaster



Stahlbeton



Tiefbau



Hochbau



Gartenbau

eisenberg**BAUU**
Verlängerte Triebstr. 40
68542 Heddesheim

Tel.: 06203 95 31 08
Fax: 06203 95 31 09
kontakt@eisenbergbauu.de