

Neptunbote 2 / 2010



Bulletin des Kanuklub Luzern

INSERAT

**FAHRSCHULE
PIACENTINI**

INSERAT

**MALER
LOOS**

Inhaltsverzeichnis

Allgemein

Kann ein Kanute rosten?	4
Paddelschwemme	5
Protokoll der GV	6
Zu Gast beim grössten Kanuclub der Schweiz	22

Ausschreibungen

Piraten-Zeltplatzfest	10
Vorderrhein	11
Simme - Saane	12
Clubfest	13
Traditionelles INN-Wochenende	14
Saisonabschlussfahrt	15
Wildwasser-Anfängerkurs	24
Kanadier-Anfängerkurs	25

Berichte

Abschlussbericht Kanuturnen	16
Eine wahre Geschichte	19
Trainingslager in Südafrika	20

Impressum

Auflage / Erscheinung

300 / 3x jährlich

Redaktionsteam

Gago Rafael
Bösch Christian

Berichte an

Bösch Christian
Schützenrainweg 10
4125 Riehen
Tel. 061 601 28 33
Mail: neptunbote@gago.ch

Druckerei

Gegendruck GmbH

Nächster Redaktionsschluss

Sonntag 05. Sept. 2010

Kann ein Kanute rosten?

Auf die Stege, Spritzdecke fixieren, los - die Paddelsaison hat gestartet! Das Wetter lockt mittlerweile auch die sanften Gemüter vom Sofa runter und die ersten Touren liegen bereits hinter uns. Dank gemeinsamem Frühlingsputz glänzt das Clubhaus wieder. Und wie steht es um dein Paddel-Material? Nicht nur wir werden älter und gebrechlicher, auch dein Material altert als treuer Freund und Lebensretter mit dir mit. Deshalb ist die Frage berechtigt: Ist es fit für die neue Saison? Hat jedermann und -frau den Winterschlaf gut überstanden und die volle geistige und körperliche Fitness wiedererlangt?

"wer rastet, der rostet"

Wie im beruflichen Alltag ist es auch im Kanu-Sport wichtig, sich weiterzubilden und mit der Zeit mitzugehen: Neue Materialien werden erfunden, Paddeltechniken ersparen dir Kraftakte, Sicherheitsgrundlagen müssen immer wieder trainiert werden, Flusswissen soll weitergegeben werden... Mit der Zeit schleichen sich sogenannte "Mödeli" ein und man vergisst Gelerntes, wenn man es länger nicht mehr angewendet hat.

Im Club bieten wir dir den aktiven Erfahrungsaustausch mit gut ausgebildeten Trainern und verschiedene Weiterbildungsmöglichkeiten. Nutze diese Gelegenheiten! Dank Weiterbildungen kannst du Situationen richtig einschätzen und handeln. Denn hast du gewusst, bei grob fahrlässigen Handlungen wirst du zur Rechenschaft gezogen.

Bitte teile mir mit, für welche Wissens-Bereiche du dich interessierst. Ich nehme jeden Input auf und prüfe ihn gerne. Nicht nur dank der neuen Zusammenarbeit mit der Kanuschule Versam stehen uns viele Möglichkeiten offen.

Auch wenn dich die berühmt berüchtigten Paddel-Räubergeschichten am Lagerfeuer zum Lachen bringen - so sollten sie sich nicht nur um Lappalien handeln. Danke!

Michaela

Paddelschwemme im Paddelraum



Wie ihr alle wisst, kämpfen wir andauernd mit Platznot um für das Material der Neumitglieder Platz zu finden. Wir haben uns im Paddelraum umgesehen und werden den Verdacht nicht los, dass ein guter Teil der Paddel herrenlos oder nicht mehr in Verwendung ist. Um diese Situation zu ändern hat der Vorstand folgendes beschlossen:

An der Clubhausputzete

wurden sämtliche nicht beschrifteten Paddel auf einen entsprechend beschrifteten Haufen getan.

ab 1. Juli 2010

nehmen wir uns das Recht über alle Paddel, die immer noch nicht beschriftet sind, zu Verfügung.

Wir hoffen, Du hast Verständnis für dieses Vorgehen.

Der Vorstand

Protokoll der 80. ordentlichen Generalversammlung 2010 des Kanuclub Luzern

Datum	Samstag, 27. März 2010
Ort	Im Festzelt im Kanuclub Luzern
Vorsitz	Michaela Meili, Präsidentin
Protokoll	Eveline Gretener
Anwesend	Aktive, Junioren, Gönner, Gäste
Vorstand	Bernhard Gaberthuel, Heinz Arnold, Rita Blättler, Walter Meyer, Hans Hochstrasser, Rafael Gago, Beat Fischer, Christian Bösch, Eveline Gretener

1. Berüssung

Michaela Meili eröffnet die GV 2010 und heisst alle herzlich Willkommen. Ganz speziell begrüsst sie Christian Ryser, Präsident SKV, Waldemar Lötscher, Präsident kant. Sportverband, Robert Duss, Präsident KC Amt Entlebuch, Heinz Wyss, Präsident KC Nidwalden.

2. Wahl der Stimmzähler

Es werden gewählt: Knut Ulrich, Isidor Heini, Fabian Zehnder und Andy Fischer

Stimmberechtigt sind 67 Aktive. Das absolute Mehr ist somit 34 .

3. Genehmigung des Protokolls der GV 2009

Das Protokoll wurde im Neptunbote 2/2009 veröffentlicht. Es wird einstimmig genehmigt.

4. Mutationen / Aufnahme der Neumitglieder

Es sind 32 Austritte und 1 Uebertritte zu verzeichnen. Neueintritte haben wir 37 . Somit beträgt der aktuelle Mitgliederstand 311 per 31.12.2009

5. Jahresberichte

Die Jahresberichte sind im Neptunbote 1/2009 erschienen. Sie werden mit einem Applaus genehmigt.

6. Jahresrechnung 2009

Die Jahresrechnung lag der Einladung bei. Heinz gibt noch einige Erläuterungen zu Thema Klubhaus, Zeltplatz und Rückstellung. Die Fragen dazu vom letzten Jahr wurden mit dem Steueramt geklärt und abgemacht, wie alles gehandhabt werden muss. Der Aufwand ist

dieses Jahr grösser, da wir mehr Angebote hatten. Wir müssen dieses Jahr mit einem Verlust von Fr. 2000.-- abschliessen

7. Revisorenbericht

Marion Inderbitzin verliest den Revisorenbericht. Sie und Andy Bösch haben die Buchhaltung geprüft und danken Heinz Arnold für die geleistete Arbeit.

8. Entlastung des Kassiers und des Vorstandes

Wird von der Versammlung einstimmig genehmigt

9. Festlegen Jahresbeiträge, Frondienst, Mieten

Beiträge bleiben gleich. Dies wird von der Versammlung einstimmig gutgeheissen.

Hans Hochstrasser stellt an dieser Stelle das neue Jahresprogramm vor:

Im Moment haben wir 11 J&S-Leiter und 25 Jugendliche. Diese werden aktuell von Alex Lechmann, Hans Hochstrasser, Beat Fischer-Bernasconi, Fabian Zehnder und Silvan Wyss betreut. Im Winter bestand das Programm aus Hallenbad und Kletterhalle.

Bei den Erwachsenen leitet Dani Salzmännli einen Seekurs, Peter Schwander einen Kanandierkurs und der Wildwasserkurs wird in Zusammenarbeit der Kanuschule Versam angeboten. Neu gibt es auch ein Angebot am Dienstagabend für Paddler, die nur auf dem See paddeln wollen.

Material wird laufend erneuert und neu in den Gitterkästen auf dem Zwischenboden aufbewahrt. Der Ausleih wird ebenfalls neu organisiert. Siehe den Bericht im Neptunbote 1/2010

10. Budget 2010

Das Budget lag der Einladung bei. Ausgaben für Kurse und Wettkampfsport, sowie Neptunbote wegen neuem Layout fallen 2010 höher aus. Für den Bus werden Fr. 6000.— gerechnet. Dafür sollte es Mehreinnahme bei den Kursen geben durch mehr Aktivitäten. Wir müssen jedoch mit einem Verlust von Fr. 8000.— rechnen.

11. Wahlen und Neuwahlen

Heinz Arnold gibt als Kassier den Rücktritt. Er erhält für seine geleistete Arbeit einen Startplatz an der Vogalonga 2011 in Venedig.

Eveline Gretener übernimmt das Amt des Kassiers interimsmässig bis 2011 und wird gewählt.

Der restliche Vorstand wird in Globo bestätigt und Bernhard Gaberthuel lässt die Präsidentin Michaela Meili ebenfalls bestätigen.

Der Vorstand besteht wie folgt:

Michaela Meili	Präsidentin
Bernhard Gaberthuel	Vize-Präsident

Eveline Greterner	Aktuarin und Kassierin interm bis 2011
Beat Fischer-Bernasconi	Tourenchef
Hans Hochstrasser	Kurskoordinator
Walter Meyer	Klubhauswart
Rita Blättler Witschi	Zeltplatzwartin
Christian Bösch	Redaktor Neptunbote
Rafael Gago	Kommunikation

12. Wahlen der Revisoren

Bei den Revisoren hört Marion Inderbitzin turnusgemäss auf. Jörg Mühlebach wird als Ersatzrevisor neu gewählt. Somit haben wir folgende Revisoren;

1. **Revisor:** Andy Bösch
2. **Revisor:** Knut Ulrich
3. **Ersatzrevisor:** Jörg Mühlebach

13. Abschlussbericht Clubhaus/Baurechtsvertrag

Alles, was von der Versammlung an der GV 2009 gefordert wurde, ist erledigt. Siehe auch im Bericht im Neptunbote 1/2010

14. Anträge der Mitglieder

Fredi Zimmermann stellt den neuen Verein KanuBus Luzern vor. Da der alte Bus den Geist aufgibt, musste ein Ersatz her. Mitte April steht ein neuer Toyota Hiace zur Verfügung. Dazu die IG Bus aufgelöst und in einen Verein überführt. Der Kanuclub Luzern ist als Mitglied durch Christian Bösch vertreten. Dies wird von der Versammlung genehmigt.

15. Verschiedene Infos

5 Teilnahmegutscheine für das Seakajak-Symposium kleben irgendwo unter den Bänken und können von den glücklichen dort Sitzenden eingelöst werden. 5 weitere Gutscheine können bei Michaela nach der Versammlung abgeholt werden.

Christian Bösch macht auf den Shopping-Day durch Globepaddler am 31. März aufmerksam

Rafael Gago stellt die neue Homepage vor. Diese wurde von Markus Gilli neugestaltet und wird von René Lang fortlaufend aktualisiert.

16. Ehrungen

Christian Ryser gratuliert dem grössten Kanuclub der Schweiz und bringt ein Präsent mit.

Waldemar Lötcher überreicht im Namen des kant. Sportverbandes das Zertifikat für ehrenamtliche Arbeit an Lea Koch und Dani Salzmann

17. Sonstiges

Robert Duss überreicht eine Pflanze der Präsidentin und ist froh, dass der KCAE den Klub nicht übernehmen muss.

Thomas Grossheutschi sucht noch Helfer für das Klubfest

Heinz Wyss bedankt sich für den Beitrag in Franken und Helfer an die Junioren-WM 2009 und kann diesen Anlass als vollen Erfolg abbuchen. Der Gewinn von Fr. 30 000.— geht an das Projekt Kanuzentrum Buochs.

Lori Kaufmann bedankt sich für die lässige GV.

Für das Protokoll:

Eveline Gretener, 7. April 2010

Datum/Unterschrift Protokollführerin

Datum/Unterschrift Präsidentin

INSERAT

KANUZENTRUM

Piraten-Zeltplatzfest

12. Juni 2010 ab 12.00 Uhr



Anmeldung: 079 744 06 90 • zeltplatz_kcl@bluewin.ch • <http://www.kcl.ch>

- > Anzahl Personen/Kinder
- > Anzahl Essen
- > Mit oder ohne Übernachtung
- > Anzahl Zelt

Passendes Outfit zum Sujet ist erwünscht!

Ich freue mich auf Deine Anmeldung

Rita

INSERAT

BLUMEN HEINI

Vorderrhein

Freitagabend 25. – So. 27. Juni 2010

Wildwasser 3

Die Rheinschlucht, auch Grand Canyon der Schweiz genannt, bietet mit ihren ausgewaschenen Felsen aus hellem Kalkstein und ihren vielfältigen Formen, eine imposante Kulisse zum Genusspaddeln im romantischen Bündnerland.

An den zwei lauwarmen Sommerabenden werden wir genügend Zeit haben am gemütlichen Lagerfeuer unsere neusten Kanuräubergeschichten zu erzählen. Darum hat es sich auch bewährt, bereits am Freitagabend mit dem IG-Bus abzufahren.

Strecke

Evtl. Compadials – Trun,
Ilanz – Reichenau
oder nur ein Teil davon

Aufladen

Do. 24. Juni 2010, 19:00 Uhr,
Klubhaus KCL

Abfahrt

Fr. 25. Juni 2010, 18:00 Uhr,
Klubhaus KCL

Nachtessen Freitagabend

Muss selber mitgenommen werden, „Schlummerdrunk“ wird vorhanden sein und Kuchen sind wie immer willkommen.

Frühstück

Auf dem Campingplatz, wird organisiert.

Nachtessen Samstagabend

Kochen wir gemeinsam am Lagerfeuer. Essgeschirr nicht vergessen!

Zwischenverpflegung

Kann am Samstag in Ilanz eingekauft oder muss selber mitgenommen werden

Ausrüstung

- Kanu- und Campingausrüstung
- Boot mit Auftriebskörper
- Wurfsack

Übernachtung

Auf Campingplatz in Carrera

Weitere Infos

Nach dem Dienstagstraining vom
22. Juni 2010

Kosten

Fr. 70.- bis Fr. 110.-
(für KanuBus, Camping und Essen)

Anmeldung

Bis Mittwochabend, 23. Juni 2010, direkt an mich oder auf Liste Ausschreibung am Anschlagbrett im Klubhaus.

Ich freue mich auf eure Anmeldung!

Heinz Keller

Tel. 041 280 89 48

SIMME - SAANE

im Berner Oberland Juli 2010

Ausgeschrieben für KC Luzern
und Club 50+

Wir wiederholen die Tour vom letzten Jahr für Alle, die auch während der Ferienzeit wieder einmal Paddeln möchten.

Die vorgesehenen Bäche versprechen spritziges Wildwasser und ein schönes Naturerlebnis.

Also schnell anmelden, damit wir die rustikale und gemütliche Klubhütte „Bäuertweidli“ des Kanu Klub Spiez, zwischen Oberwil und Boltigen direkt an der Simme gelegen, gut auslasten können.

Für Begleitpersonen gibt es Gelegenheit zum Wandern, Velofahren oder Raften.

Datum

Sa. 24. Juli + So. 25. Juli 2010

Bei ungünstigem Wetter oder nicht passenden Wasserständen wird die Tour abgesagt.

Flüsse

Simme (WW 2-3)

Saane (WW 2-3)

**NEUER TERMIN****Treffpunkt**Sa. 24. Juli um 8.00 Uhr
beim KCL-ClubhausReise mit Privatautos (Mitfahrmöglichkeiten untereinander absprechen)
oder:10.00 Uhr direkt bei der Klubhütte
„Bäuertweidli“ zwischen Oberwil
und Boltigen (Kieswerk und Stelle
wo Strasse die Eisenbahn kreuzt)**Schlafen**

Im Massenlager der Klubhütte (eigener Schlafsack mitbringen) oder im eigenen Zelt (nur wenig Platz im Garten)

KostenHüttenmiete Fr. 7.50
pro Person und Tag**Verpflegung**

Bringt jeder selber mit. Grillstelle vorhanden. Kochgelegenheit und Kühlschrank in der Klubhütte.

AnmeldungBis Mittwoch, 21. Juli an:
Werner Vetsch, Sonnmattrain 13,
6043 Adligenswil
Tel. 041 370 35 83
Mobil 079 414 80 90
Email s.w.vetsch@bluewin.ch



Clubfest 21. August 2010

Liebe Kanutin, lieber Kanute

Auch dieses Jahr wollen wir wieder ein tolles Clubfest auf die Beine stellen. Vier Helferinnen und Helfer haben sich bereits an der GV gemeldet. Das reicht aber für ein abwechslungsreiches Programm noch nicht. Deshalb freue ich mich, wenn du dich entschliessen kannst, auch mitzuhelfen. Mitte Juni werde ich zu einer Vorbereitungs-sitzung einladen.

Voraussichtliches Programm des Clubfestes

Ab 15:00 Uhr Plauschparcours

Kinder und Junggebliebene vergnügen sich bei verschiedenen Spielen.

Ab 17:30 Uhr Apéro

Ab 18:30 Uhr Nachtessen

Was du grillieren willst, bringst du selber mit. Damit wir von einem gluschtigen Buffet geniessen können, bitte ich dich, einen Salat oder ein Dessert mitzubringen.

Teile mir unbedingt bis zum **19. August** mit, was du mitbringen wirst.

Getränke kannst du im Clubhaus kaufen oder selber mitbringen.

Schlechtwetterprogramm

Ab 18:30 Uhr Apéro und Nachtessen

Ab 09:00 Uhr kannst du dich auf unserer Homepage oder per SMS über die Durchführung des Plauschprogramms informieren.

Ich freue mich schon jetzt auf ein vergnügliches Fest.

Thomas Grossheutschi
 Mail: th.gross@sunrise.ch
 Mobile: 079 717 70 01

Traditionelles INN–Wochenende

Sa. 28. – So. 29. Aug. 2010

Wildwasser 3 – 4 (5),
je nach Wasserstand und Strecke

Ein Genusspaddelwochenende auf
der Wildwasserperle „Inn“ im wun-
derschönen Engadin!

Anforderung

Etwas schwieriger als die Kleine
Emme von Entlebuch nach Dopp-
leschwand! Das Kehrwasserfahren
sollte man beherrschen!

Strecke

Samstag und Sonntag je einmal die
Giarsunslucht

Treffpunkt

Sa. 28. Aug. 2010,
06:00 Uhr, Klubhaus KCL

Rückkehr

So. 29. Aug. 2010
(es kann 21.30 Uhr werden!)

Übernachtung

Im Ferienlagerhaus oder auf Cam-
pingplatz (wird bei der Ausschreibung
am Anschlagbrett im Klubhaus noch
definitiv bekanntgegeben)

Verpflegung

- Nachtessen und Frühstück bereiten
wir gemeinsam zu
- Vielleicht hat jemand Lust einen
selbstgebackenen Kuchen mitzu-
nehmen
- Zwischenverpflegung und
Getränke für zwei Tage nimmt
jeder/jede selber mit

Ausrüstung

- Kanuausrüstung
- Boot mit Auftriebskörper
- Wurfsack

Kosten

Fr. 120.- bis Fr. 150.-
inbegriffen sind:

- Kostenanteil KanuBus
- Übernachtung
- Essen

Anmeldung

Bis Mittwohabend, 25. Aug. 2010,
direkt an mich oder auf Liste Aus-
schreibung am Anschlagbrett im
Klubhaus.

Ich freue mich auf eure Anmeldung!

Heinz Keller

Tel. 041 280 89 48

Bemerkung

Die Versicherung ist Sache der Teil-
nehmer/in!

Saisonabschlussfahrt auf dem Vorderrhein

Sa. 18. – So. 19. Sept. 2010
Wildwasser 3

Auf dem Programm steht für die Saisonabschlussfahrt die eindruckliche, landschaftlich wunderschöne Reinschluchtstrecke Ilanz – Versam - Reichenau.

Leider findet der „traditionelle Kanuslalom für Tourenfahrer mit Livemusik, Tanz und Party am Abend“ (jeweils organisiert durch die Kanuschule Versam) dieses Jahr nicht statt!

Somit ergibt sich wieder einmal die Gelegenheit die ganze herrliche Reinschlucht zu befahren.

Treffpunkt

Sa. 18. Sept. 2010,
07:00 Uhr Klubhaus KCL

Zwischenverpflegung

Mitnehmen für Samstag und Sonntag
für unterwegs auf dem Bach

Übernachtung

Wird bei der Ausschreibung am Anschlagbrett im Klubhaus noch definitiv bekanntgegeben.

Ausrüstung

- Kanuausrüstung
- Boot mit Auftriebskörper
- Wurfsack

Kosten

Fr. 45.- bis Fr. 70.-
für Reise mit KanuBus und Bahn
plus Unterkunft

Anmeldung

Bis Mittwochabend, 1. Sept. 2010,
direkt an mich oder auf Liste Ausschreibung am Anschlagbrett im Klubhaus.

Ich freue mich auf eure Anmeldung!

Heinz Keller

Tel. 041 280 89 48

Bemerkung

Die Versicherung ist Sache der Teilnehmer/in!

Abschlussbericht Kanuturnen 2009/10

Im Winter sind die Tage bekanntlich kürzer, weshalb gerade in dieser Zeit eine regelmässige sportliche Betätigung mit Freunden besonders wertvoll ist.

Das findest Du im Kanuturnen, das zudem Farbe in deinen Alltag bringt. Wäre es nicht im KCL-Angebot, müsste man es dringend erfinden.

Sich auf sportliches Spiel freuen können, das brauchen wir eigentlich alle! Es wirkt auch wie ein Ventil für die Psyche und fördert die physische Verfassung generell.

Besonders anfangs Jahr, als das Thermometer höhere Skalenwerte verweigerte, vermittelte das Kanuturnen bei Basketball, Hallenhockey und Volleyball ein Gefühl von Zufriedenheit und Freude in der Halle. Die pro Abend verschiedenen aufgestellten Teams konnten in der Regel aus 8-10 Personen ausgewählt werden.

Ein Ziel ist immer auch gemeinsam Sport mit mehr Spass und Humor zu betreiben. Wer gemeinsam lacht geht leichter aufeinander zu und fühlt sich rascher solidarisch. Humor wirkt deshalb wie ein soziales Schmiermittel. Es entschärft auch das Gefühl den Besseren und Schnelleren ausgeliefert zu sein.

Zudem ist Sport wichtig für die

Fitness. Fällt sie ab, schrumpfen Muskeln und Hinsubstanz, was insbesondere bei zunehmendem Alter verhindert werden sollte. Dagegen hilft auch kein Kräutertee, sondern nur die regelmässige Teilnahme am Kanuturnen im Winterhalbjahr.

Das Spiel zwischen zwei Teams enthält auch den Umgang mit eigenen Emotionen und den Emotionen anderer, was in der Praxis allerdings oft nicht so einfach ist, damit angemessen umzugehen.

Emotionen werden in uns durch spezielle Hormone ausgelöst, die im Kreislauf zwischen Körper, Geist und Psyche wirken. als sogenannter biochemischer Prozess. Es ist der gleiche Prozess, der uns aus Scham erröten lässt, obwohl das heutzutage eher Seltenheitswert hat. Im Spiel sind emotionale Reaktionen deshalb absolut normal. Sie animieren zum Handeln. Werden sie von den Spielenden wahrgenommen und akzeptiert, beleben sie den Spielfluss.

Wirken sie unangenehm und zudem schwierig regulierbar, weil der biochemische Prozess anhält, ist entweder limitierte Toleranz oder betonter freundschaftlicher Widerstand notwendig, bis der Spielfluss wieder als fair empfunden wird.

Auch hier hilft kein Kräutertee, sondern nur einige hilfreiche Worte unter Freunden. Im U71-Team sind diese Fähigkeiten vorhanden.

Nach dem Turnen erwartet uns nach wie vor im Kanuclub eine gastronomische Wundertüte, die in der Regel kreativ kombiniert und hübsch angerichtet ist. In der verflossenen Saison wurden dabei wahre Gaumenfreuden serviert, die in einer erwartungsvollen, und inzwischen verwöhnten Runde besonderen Beifall fanden. Der Durst wurde durch auserlesene Getränke aus dem KCL-Kühlschrank gestillt, der durch unseren Klubhauswart Walti immer musterhaft gefüllt wird. Wir danken ihm hiermit wiederum für seine Vorsorge. Das Verfahren, wer wann für das jeweilige Abendmahl verantwortlich ist, ist nach wie vor gleich. Jede(r) aus dem U71-Team darf pro Saison ein- oder mehrmals seine Kochkünste demonstrieren. Die Bereitschaft dazu, und zur Beihilfe, waren vorbildlich, was hiermit nochmals ausdrücklich verdankt wird. Alle Ergebnisse wurden gebührend anerkannt. Für die Finanzierung werden - wie unter Freunden üblich - nur die direkten Ausgaben berücksichtigt und pro Abend brüderlich aufgeteilt, wobei der Koch kostenfrei bleibt. Eine bewährte, wirklich freundschaftliche Methode, die im U71-Team sehr geschätzt wird.

Ein weiterer Höhepunkt für das U71-Team war erneut der jährliche Skitag, der wiederum bei strahlendem Wetter auf Hasliberg stattfand, wo uns eusi

Andrè in seiner urchigen Berghütte willkommen hiess. Er selbst war durch eine kürzlich erfolgte Schulteroperation beeinträchtigt, weshalb die Hauptlast der Betreuung unsere Gönnerin Walli Ammon übernommen hat.

Ihre Alplermagronen waren super und wir danken ihr hiermit nochmals sehr herzlich für ihren Beitrag zum Erfolg dieses schönen Tages für uns. Unser Eintrag in das Hüttenbuch widerspiegelt unseren Aufenthalt in kurzer lustiger Form, weshalb wir es am Ende des Berichtes anhängen. Der Schlussabend im Kanuclub wurde wiederum bereichert durch persönliche Wertschätzungen innerhalb des U71-Teams sowie ältere Foto- u. Filmreperotagen über schöne Erlebnisse. Es wurde gemeinsam beschlossen, im Beisein des Vize Beni, den Turnbetrieb für das Winterhalbjahr 2010/11 in gleicher Art weiterzuführen. Wenn die Belegung der Turnhalle vom Sportamt LU bestätigt wird, beginnt das Kanuturnen am Do. den 14. Okt. 2010 um 18.00 in der Geissenstein-Turnhalle LU. Interessierte sind herzlich zum schnuppern eingeladen. Alle sind willkommen, insbesondere diejenigen, die glauben, dass übermässige Rundungen die Falten besser ausfüllen. Das U71-Team wünscht allen eine schöne Zeit.

10.04.201 Max

Auch dieses Jahr, im Januar,
war sie da, die Turnerschar!

Im Wolfstännli! Das immer sehr beliebt,
zumal den Treff es selten gibt!

Zu Tische sassen sie sehr schnell,
Walli's Äplerfood war aktuell.

Sie kocht, das versteht sich sowieso,
über's 3-Sterne-Schnitt-Niveau.

Heuer ist besonders hoch zu danken,
Andrès Schulter war ja noch am Kranken,
war der Grund für jenen Schmerz,
ziemlich oben, links vom Herz.

Gleichwohl hat er in einer Heros-Phase,
mit Hilfe seiner feinen Nase,
die Schar mit Gastlichkeit bedacht,
dass uns das Herz im Leibe lacht!

Wer kennt die Flaschenschlange nicht?
Die man nach seinem Kaffee schlicht,
als Gast so oft betrachten muss,
wenn angelangt man dann am Schluss!
Lobe sie nur wohl dosiert,
weil er sonst noch mehr serviert!

Nur selten wird dem Coach geschenkt,
dass er den Schreibstift schmunzelnd lenkt,
und so das aktuelle Turnerleben,
im Hüttenbuch kann wiedergeben.

Und nun, die Moral von dem Gedicht?
Andrès Wolfstännli ist für uns ein Licht!

u71 im Januar 2010



Eine wahre Geschichte:

Von der IG-BUS zum **KanuBus Luzern**

16 Jahre habe ich die Kanuten an ihre liebsten Stellen gebracht und auch wieder zurück. Nun schieben sie mich auf mein Alter in die weite südöstliche Wüste ab. Ist das der Dank? Aber so ist halt ein Toyotalieben, immer nur Chrampfen, nur immer vergnügt, auch wenns etwas chratzt und zerrt. Wenigstens sind sie meiner Familie treu geblieben, das Futter haben sie zwar gewechselt, jetzt dieselt es halt hinten hinaus aber was will man schon, wir sind und bleiben Lastese!! „I aa I aa“ 12. April 2010



Trainingslager in Süd Afrika



Dieser Winter war dieses Jahr auch für die abgehärteten Kanuten eine harte Motivationsprobe, sodass der Vorschlag vom österreichischen Nationalmannschaftsmitglied und guter Freund Manuel Filzwieser den Februar in Süd Afrikanischen Bethlehem zu verbringen das Beste war was mir passieren konnte.

Nach einem 11 stündigen Flug plus 10 Stunden Zwischenhalt in Kairo landeten wir bei 27 Grad in Johannesburg und montierten sofort kurze Hosen und Sonnenbrille mit einem riesen Lächeln im Gesicht.

Von Malcolm dem Inhaber der Canoe



Racing Firma bekamen wir zwei eher ältere und schwere Boote plus Dachträger, welche wir für ein Dankeschön einen Monat ausleihen durften. Es war wirklich mal was ganz anderes eine so riesige Kanuwerkstatt, mit so vielen Angestellten mitten in Süd Afrika anzutreffen.

Mit dem Mietauto ging es dann nach Bethlehem, wo wir unsere Unterkunft leider nicht beziehen konnten, welche uns empfohlen wurde. Nichts desto trotz hatten wir dann ein riesen Glück mit dem Ferienhäuschen das wir direkt neben dem Kajakclub bekamen, ein richtig gemütliches Plätzchen, welches John uns jeden Tag wieder auf Hochglanz putzte und wir uns wie Könige vorkamen.

Auf dem See welcher auf 1800 m.ü.Meer liegt hatten wir eine optimale Trainingsmöglichkeit, was uns am Anfang so richtig den Atem nahm bis wir uns an die Höhe gewöhnten bei den intensiveren Trainings. Nahe von uns hatten wir noch den Ash River wo wir unsere Sprinteinheiten perfekt machen konnten. Anfangs etwas flach mit Verschneidungen und im letzten Teil schönes Wildwasser II-III. Den Krafraum in Bethlehem durften wir als Kajakfahrer für einen Spezialpreis benutzen und uns gegenseitig anstacheln noch härter zu trainieren.

Alles in allem konnten wir mit den professionellen Trainingsplänen vom Sportwissenschaftler und aktuelle Nummer 3 der Weltrangliste Gerhard

Schmid riesige Fortschritte erzielen und 2-mal am Tag die optimalen Bedingungen voll auskosten.

Von den Nachbarn und Clubmitgliedern wurden wir immer wieder zu einem „Bring and Braii“ eingeladen, wo man jeweils sein eigenes Fleisch mitbringt und sich einen gemütlichen Grillabend machte. Durch diese Kontakte konnten wir dann auch noch den



ein oder anderen Safaritrip erleben und unzählige Wildtiere und Landschaften sehen.

Unsere einzigen zwei Ruhetage verbrachten wir in Durban um zu Surfen, was so unheimlich viel Spaß machte, dass wir fast 7 Stunden auf dem Brett waren. Mit den gefürchteten Haien hatten wir dann zum Glück keinen Kontakt, wobei man in dieser Stadt eher Angst haben muss auf offener Straße durch die enorm hohe Kriminalität sein Leben zu verlieren als von einem Haiangriff.

Die vier Wochen gingen wie im Fluge vorbei und wir konnten es kaum glauben dass wir schon wieder auf dem Heimweg ins kalte Europa waren.

Die ersten Früchte vom guten Training konnte ich bereits am ersten Rennen auf der Fulda in Deutschland ernten mit der ersten erfüllten Qualifikation für den Weltcup und nur um wenige zehntel Sekunden verpassten WM Quali.

Silvan Wyss

INSERAT

GEGENDRUCK

Zu Gast beim grössten Kanuclub der Schweiz

Seit diesem Jahr ist der Kanu-Club Luzern offiziell der grösste Kanuclub der Schweiz und mit dem diesjährigen 80. Geburtstag gehört der Club auch zu den Traditionellsten. In dieser langen Zeit erlebte der Kanuclub Luzern viel Höhepunkte und oft hört man auch noch heute von diesen. Vor nicht allzu langer Zeit durchlebte der KC Luzern jedoch eine schwierige Zeit und man wusste nicht, wie sich er sich weiterentwickeln wird. Nach der letztjährigen Wahl der neuen Präsidentin und dem Engagement des gesamten Vorstands darf man feststellen, dass das

grosse Potential dieses Clubs wieder besser genutzt werden kann. Der Kanuclub Luzern ist auf dem Weg nicht nur gross und traditionell zu sein, sondern auch innovativ.

Solche erfreuliche Entwicklungen zeigen, dass auch in einer Randsportart mit Engagement und Leidenschaft Einiges möglich ist. Eindrücklich durfte dies die Schweizerische Kanu-Szene auch an den letztjährigen Wildwasser Junioren-Weltmeisterschaften in Buochs und den Freestyle-Weltmeisterschaften in Thun erleben. Der Schweizerische Kanu-Verband versucht sich ebenfalls positiv zu entwickeln. Mit neuen Projekten wie dem „Seekajak-Symposium“, den

INSERAT

**SEA KAYAK
CENTER.CH**

„SKV Kanusport-Partnern“ oder der „Kanu-Tour“ wurde 2009 versucht den Kanusport zu fördern. Diese werden alle auch im 2010 fortgesetzt. Inzwischen sind bereits zehn Organisationen SKV Kanusport-Partner. Die Mitglieder des Schweizerischen Kanu-Verbands profitieren dabei von Bonusangeboten dieser Partner. Die „Kanu-Tour 2010“, eine Serie von Kanu-Schnuppertagen, wird im 2010 an fünf verschiedenen Orten durchgeführt. Das SKV Seekajak-Symposium findet diesen Sommer nicht nur zum zweiten Mal statt, sondern die Seekajak-Szene gastiert sogar bei der schönen Klubanlage des Kanuclubs Luzern. Natürlich sind alle Mitglieder des KC Luzern herzlich eingeladen, am Symposium vom 20. Juni 2010 teilzunehmen. Zusätzliche Informationen und die Anmeldung findet man unter folgendem Link:
<http://seekajak.swisscanoe.ch>

Weitere nützliche Informationen, der Newsletter, die SKV Kanusport-Partner oder die Bonusangebote für Mitglieder stehen auf unserer Homepage (www.swisscanoe.ch) zur Verfügung.

Der Schweizerische Kanu-Verband wünscht dem Kanuclub Luzern weiterhin viel Engagement, Leidenschaft und Erfolg. Mit den ersten Beiden wird sich Letztliches mit grösster Wahrscheinlichkeit von selbst ergeben.

Reto Wyss

Geschäftsführer SKV

INSERAT

ANLIKER AG

Wildwasser-Anfängerkurs

Mit Ritschi Mikosch, Sportlehrer und langjähriger Kajaklehrer der Kanuschule Versam, sowie ausgebildeten Leitern des KCL.

Unser Ziel ist es, dich sorgfältig dem Wildwasserkajakfahren näher zu bringen und dir zu zeigen wie du mit viel Spass, wenig Stress und optimalem Einsatz deiner Kräfte unseren faszinierenden Sport ausüben kannst.

Der Kurs wird in Kooperation mit der Kanuschule Versam (KSV), d.h. abwechslungsweise durch den Lehrer der KSV und Leiter des Kanuclubs geleitet. Als krönender Abschluss wird ein Wochenendkurs mit der KSV in der Vorderrheinschlucht durchgeführt (optional).

Die Kurskosten von Fr. 550.- (Schüler, Studenten, Lehrlinge Fr. 500.-) beinhalten:

- ganze Ausrüstung ohne Neoprenanzug (wir empfehlen einen Anzug mitzunehmen)
- 8 Kursabende,
Transport ab Kanuclub
- Schnuppermitgliedschaft KCL bis Ende Jahr

- Einführung in das Wildwassertraining des KCL
- Einführung in das Eskimotiertraining des KCL

Das optionale Abschlusswochenende in der Vorderrheinschlucht ist nicht inbegriffen.

Vorkenntnisse sind keine notwendig! Schwimmkenntnisse und normale gesundheitliche Verfassung werden vorausgesetzt. Versicherung ist Sache der TeilnehmerInnen.

Daten Kurs 1:

jeweils 18:00 bis ca. 21:00 Uhr

Mi.26.5./Mo.31.5./Mi.2.6./Mo.7.6./

Mi. 9.6./ Mo.14.6./Mi.16.6./Mo.21.6.

Abschlusswochenende 26./27. 6.

Daten Kurs 2:

jeweils 18:00 bis ca. 21:00 Uhr

Di.24.8./Do.26.8./Di.31.8./Do.2.9./

Di.7.9./Do.9.9./Di.14.9./Do.16.9.

Abschlusswochenende 18./19. 9.

Infos/Anmeldung:

Hans Hochstrasser, 079 652 40 70

kurse@kcl.ch



Kanadier-Anfängerkurs

Mit Peter Schwander, Berufsschullehrer, seit Kindsbeinen begeisterter Kanadierfahrer, langjähriger Kursleiter des KCL und begnadeter Hobbykoch.

Träumst du vom Paddeln wie die Indianer in einem offenen Kanu? Hast du es vielleicht schon mal probiert und gesehen, dass es gar nicht so einfach ist, dass der Kanadier dorthin geht, wo du willst?

Unterstützt durch Ilona Wittwer führt dich Peter sorgfältig in dieses Handwerk ein. Du lernst sowohl zu zweit, als auch alleine dein Boot gezielt und effizient zu steuern. Als erfahrener Flussfahrer kann dich Peter auch in das Know How einführen, dass es braucht um wunderschöne und sichere Ausflüge auf unseren Gewässern zu unternehmen. Gekrönt wird der Kurs durch eine eintägige Abschlussfahrt auf dem Fluss.

Gepaddelt wird in offenen Kanadiern mit Paddeln mit einem Blatt.

Die Kurskosten von Fr. 280.- (Schüler, Studenten, Lehrlinge Fr. 250.-) beinhalten:

- ganze Ausrüstung
- 4 Kursabende
- ganztägige Abschlussfahrt inkl Transport

Vorkenntnisse sind keine notwendig! Schwimmkenntnisse und normale gesundheitliche Verfassung werden vorausgesetzt. Versicherung ist Sache der TeilnehmerInnen.

Daten:

jeweils 18:15 bis ca. 20:15 Uhr
Do.26./Fr.27.8./Do.2.9./Fr.3.9.
Abschlussfahrt Sa.11.9.
9:00 bis ca. 16:00 Uhr

Infos/Anmeldung:

Hans Hochstrasser, 079 652 40 70
kurse@kcl.ch



INSERAT

GLOBEPADDLER

INSERAT

**KANUSCHULE
VERSAM**

Wichtige Adressen

Homepage

www.kcl.ch

Klubhaus

Alpenquai 35
6005 Luzern

Präsidentin

Michaela Meili
Tribtschenstrasse 44a
6005 Luzern
Tel. 079 398 13 01

Vizepräsident

Bernhard Gaberthuel
Bühlstrasse 25
6207 Nottwil
Tel. 041 937 13 83

Kassiererin / Adressmutationen

Aktuarin / KanuBus Luzern

Eveline Gretener
Hubelstrasse 5
6204 Sempach
Tel. 041 460 26 81

Tourenleiter

Beat Fischer-Bernasconi
Waldweg 24
6005 Luzern
Tel. 041 360 17 89

Kursadministrator / J&S-Coach

Hans Hochstrasser
am Rain 11
6005 Luzern
Tel. 079 652 40 70

Zeltplatzwartin

Rita Blättler
Kegelhofen
6274 Eschenbach
Tel. 041 448 23 24
Natel 079 744 06 90

Webmaster

Rafael Gago
Postfach 33
8105 Watt
Tel. 044 840 17 38

Clubhauswart

Walter Meyer
Sonnenbergstr. 14
6005 Luzern
Tel. 041 310 91 31

Redaktor / KanuBus Luzern

Christian Bösch
Schützenrainweg 10
4125 Riehen
Tel. 061 601 28 33
Email neptunbote@kcl.ch

Bootsplätze

Dani Salzmann
Email danisalz@bluewin.ch
Tel. 041 360 08 02

PP 6005
Luzern

Retouren bitte an:

Eveline Gretener
Hubelstrasse 5
6204 Sempach

INSERAT

CREEKING.CH