

Mittwochspaddeln ab 15. April

Liebe Mitglieder, insbesondere die Neuen unter Euch,

unser wöchentliches Mittwochspaddeln startet diese Saison – sofern die Witterungslage und Wassertemperatur es zulassen – am 15. April 2026. Es ist ein Angebot von erfahrenen Übungsleiter*innen und -betreuer*innen für alle, die ihre Paddelfertigkeiten ausbauen, Neues ausprobieren, ihre Kondition trainieren und/oder Kontakte knüpfen möchten.

Vor allem nach einem absolvierten Grundkurs empfehlen wir Dir die Trainings als Vorbereitung für die Teilnahme an Wanderfahrten. Grundkurs-Absolvent*innen aus 2025 wird übrigens für den Wiedereinstieg ins Mittwochspaddeln nach der Winterpause ein Refresher am 13. April angeboten (siehe Homepage/[Aktuelles](#)).

Je nach Kapazitäten, Wind und Tide finden verschiedene Kurse mit Übungseinheiten statt. **Regelmäßig gibt es STANDARD-Kurse wie:**

Angebot 1 und 2 „Technik für Anfänger*innen und Fortgeschrittene“ (Neuerdings in zwei kleineren Gruppen)

Grundkursinhalte wiederholen/vertiefen, Fahren mit Steueranlage oder mit Skeg, Fahrinnenquerung, Stack-Umfahrung, Seilfähre/Traversieren, Paddel-Stil trainieren, Ein-/Aussteigen, Stützen-Kentern-Wiedereinstieg

Angebot 3 „Strecke paddeln“

Stiltraining, Konditionstraining

Angebot 4 „Surfski paddeln für Einsteiger*innen“

Paddeltechnik für die schmalen Boote mit offenem Cockpit, Wiedereinstieg

SPEZIAL-Kurse werden zudem variierend angeboten. Themen sind:

Zum Ausfeilen des Paddel-Stils: effizienter Vorwärtsschlag oder fortgeschrittene Steuerschläge (Bug-/Heckruder). Zur Erweiterung der Sicherheitstechniken: Paddeldisziplin in der Gruppe (Formationen, Kommunikation), Schlepp-techniken, Elbe verstehen (Strömung, Kehrwasser, Sog und Schwell), Paddeln in Wellen. Auch möglich ist Spielerisches wie Kanu-Polo, -Akrobatik, Zweierfahren oder das Üben der Rolle.

Um einen **reibungslosen und sicheren Ablauf** zu gewährleisten, bitten wir alle Teilnehmer*innen, **folgende Hinweise zu beachten:**

- Komm bitte rechtzeitig zum Bootshaus, damit Du mit kompletter Ausrüstung **um 19:00 Uhr paddelbereit** bist. Das heißt, mit dem für Dich eingestellten Boot, passendem Paddel und passender Schwimmweste bereitstehen am Treffpunkt.

- Die **Bootsausgabe beginnt um 18:00 Uhr.**
- Bitte trage Dich immer ins Vereinsfahrtenbuch ein.
- Es wird immer mit Schwimmweste gepaddelt. Die Übungsgruppe bleibt beim Paddeln zusammen.
- Vereins- und Übungsboote stehen grundsätzlich nur den Teilnehmer*innen des betreuten Mittwochspaddelns zur Verfügung.
- Die nicht am Übungsbetrieb teilnehmenden Paddler*innen werden gebeten, die Startzeit um 19 Uhr herum zu meiden.
- Nach dem Anlanden wird Klarschiff gemacht. Das heißt, bitte Dein Vereinsboot vom Sand befreien, auswischen, Lukendeckel öffnen, evtl. Skeg reinigen, zurück auf den richtigen Bootsplatz bringen, Spritzdecke über Bootsspitze hängen, Paddel und Weste zurück zum Ständer bringen.

Das **Mittwochspaddeln-Dashboard** mit aktuellen Angeboten siehst Du auf dem großen Monitor in der Bootshalle. Außerdem führt Dich **jeden Dienstag im Newsletter** ein Link dorthin.

Zum Abschluss bietet sich die Gelegenheit, bei einem Getränk und häufig bei einem kleinen Essen zusammensitzen. Apropos Essen, schaut mal unter **Küchendienst 2026** im Mitgliederbereich/Aktuelles Intern auf unserer Homepage, ob Ihr an einem der Abende etwas anbieten mögt. Das wäre toll!

Hole Dir hier die Mittwochspaddeln-

[FAQs](#)



Euer Mittwochsteam (Koordination Tobi und Inka)

Wieder etwas gelernt!

