

**Zeitschrift:** Jugend und Sport : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen

**Herausgeber:** Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

**Band:** 36 (1979)

**Heft:** 10

**Artikel:** "Kanadier" - "Canadian Canoe"

**Autor:** Karel, Jan / Bäni, Peter

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-994601>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

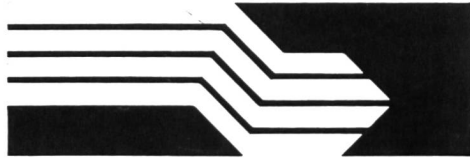
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 01.05.2026

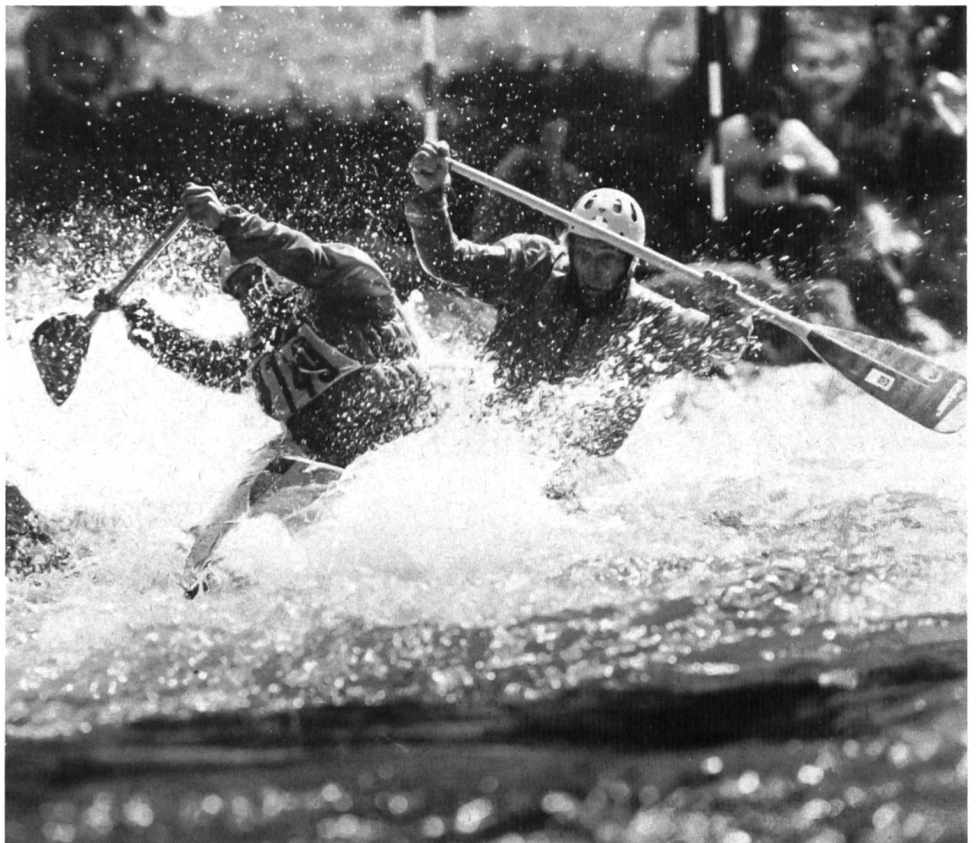
**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



# AUS DER PRAXIS-FÜR DIE PRAXIS

## «Kanadier» – «Canadian Canoe»

Jan Karel/Peter Báni



Im Oberbegriff «Kanusport» ist das Wort Kanu bereits enthalten, schliesst jedoch in unserem Sprachbereich auch das Kajak mit ein. In vielen andern Sprachen wie Englisch «canoe» oder Französisch «canoë» steht das Wort allein für den «Kanadier». Als «Indianer-Kanu» wird allgemein der offene Kanadier der ursprünglichen Form bezeichnet, der sich für sehr lange Reisen mit zahlreichen «portagen» (Umtragestellen) eignet.

Kanadier, canadian canoe oder canoe schlechthin ist nicht nur ein Bootstyp oder eine Wettkampfsdisziplin, es ist viel mehr eine Art Philosophie, eine Art der Weltanschauung. Wer einmal versucht hat, zu Fuss oder mit dem Auto eine Flussstelle zu suchen, die während der Kanufahrt besonders auffiel, konnte erleben, dass dies oft nicht leicht ist, dass die Landschaft von einem kleinen Boot aus vollkommen anders aussieht, als von der Strasse aus. Das Kanufahren kann völlig neue Blickwinkel vermitteln. Dies gilt nicht nur für das äussere Landschaftsbild, sondern im übertragenen Sinne ebenso für das «Weltbild» jedes einzelnen überhaupt. Vom kleinen Boot aus kann sich tiefes Verständnis für die Welt mit all ihren Problemen ergeben. Dies betrifft alle kleinen Boote.

Handelt es sich beim Kajak<sup>1</sup> vor allem um ein ausgezeichnetes Sportgerät und faszinierendes Spielzeug, so ist der Kanadier *das* Mittel zum Verschmelzen mit der Natur, zum Vordringen in

die Wildnis und zum Gewinn anderer, neuer Blickwinkel.

Der Kajak – ursprünglich ein Jagdgerät der Eskimos – war nie ein Verkehrsmittel. Wenn nötig, wurde er sogar auf dem Hundeschlitten transportiert und erst an Ort und Stelle eingesetzt, so wie die Boote heute auf dem Autodach mitgeführt werden, um damit Teile eines Flusses zu befahren oder gelegentlich auf dem Wasser zu spielen.

So kommt es auch, dass der Kajak in unserer Alpenregion, mit verhältnismässig kurzen und teilweise technisch sehr anspruchsvollen Wildwasserstrecken, mehr verbreitet ist als der Kanadier. Es ist daher verständlich, wenn die Kajaks auf das «Wohlstandsmittel Auto» verladen werden, um da oder dort kurzzeitig benützt zu werden.

<sup>1</sup> Schlankes, leichtes Boot, das sitzend und mit einem Doppelpaddel in Blickrichtung vorwärtsbewegt wird.

Anders verhält es sich mit dem Kanadier, welcher sich besonders für mehrtägige Kanureisen auf langen natürlichen Flussläufen eignet.

Im normalerweise benützten Zweier-Kanadier<sup>1</sup> müssen die Partner den heute weitverbreiteten Zivilisationsegoismus zurückstellen, um sich während längerer Zeit arrangieren zu können. Das Ursprungsland des Kanadiers, das riesige Gebiet des Kanadischen Schildes, ist durch ein ungeheuer kompliziertes Gewässernetz mit nur niedrigen Wasserscheiden gekennzeichnet und ist zu Fuss so gut wie unbegebar.

Die Chipewyan-Indianer bauten dort aus Birkenrinde sehr leichte Boote, die mit der ganzen Ausrüstung eines Waldläufers beladen werden konnten und was besonders wichtig war, leicht von einem Flusssystem zum anderen zu tragen waren. Diese Boote stellten ein exzellentes Verkehrsmittel dar, dessen sich auch die kommenden «Bleichen» bedienen mussten (Entdecker, Forscher, Trapper und Pelzhändler). Später wurde der «Kanadier» als Sportboot vor allem in Frankreich und in der Tschechoslowakei beliebt. Anstatt als Sportgerät viel transportiert zu werden war er selbst als Transportmittel für längere Fahrten gedacht. Diese Boote werden heute aus Holz, aus glasverstärktem Polyester und in Amerika auch aus Aluminium hergestellt.

Als sich die Kanadierfahrer auf immer schwierigeres Wildwasser wagten, wurde die Knie-Sitz-Position der Indianer wiederentdeckt, da sie als einzige die beste Verbindung zwischen Mensch und Boot darstellt und die optimale Bootsbeherrschung gewährleistet. Heute werden alle Wildwasserkanadier, Slalom- und Abfahrtsboote in dieser Position gefahren.

Die Position und die Arbeitsweise des Kanadierfahrers ermöglicht zwar kein so ruhiges Gleiten des Bootes wie im Kajak, erlaubt aber dafür die Körperkraft besser auszunützen. Im Rennen ist demnach ein Kanadier nie so schnell wie ein Kajak. Es ist aber einfacher einen, mit dem ganzen «Haushalt» eines Flussvagabunden beladenen Kanadier vorwärts zu treiben, als einen gleich beladenen Kajak.

Die Entwicklung vom offenen Indianerkanu, wie es bei endlosen Reisen in der kanadischen Subarktis verwendet wurde, bis zum heutigen extremen Wildwasserakrobatikboot, brachte eine ganze Anzahl verschiedener Kanadier für die verschiedensten Bedürfnisse hervor. Entsprechend gibt es eine Reihe individuell verschiedener Sitz- und Kniehalteinrichtungen.

<sup>1</sup> Während der Kajak ursprünglich ein Einer-Boot war und auch heute höchstens auf völlig ruhigen Wassern als Zweier-Boot zu verantworten ist, ist der Kanadier ausgesprochen ein «Zweier». Einer-Kanadier ist mehr eine eigenwillige Wettkampfsdisziplin, eine sehr anspruchsvolle Disziplin und gerade darum für den Touren-Fahrer nicht besonders empfehlenswert.



Die Indianer sind halb kniend, halb auf einem schrägen Brett sitzend gefahren, die bequemeren Weissen paddelten meistens auf einer Bank sitzend. Die gebogene Verstrebung in der Mitte dieses klassischen Kanadiers wird beim Tragen des Bootes auf die Schulter gelegt. Sitzend wurden auch die ersten Kanurrennen gefahren, bis die Position auf einem Knie erfunden wurde. So werden auch heute die Flachwasser-Regatten gefahren.



Flachwasser-Rennkanadier

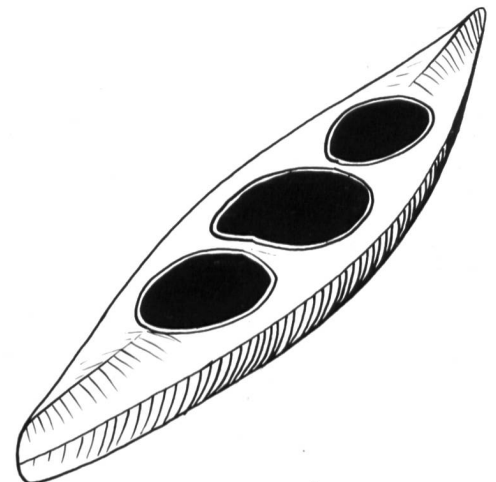


Die geschlossenen Wildwasser-Wettkampfboote haben sich in der neuesten Zeit immer ähnlicher dem Kajak entwickelt. Heute besteht in ihren Formen fast kein Unterschied mehr. (Slalom-Einer-Kanadier im Mannschaftsrennen.)

Kauf genommen werden. Es erreicht auch keine Spitzengeschwindigkeiten, leistet aber bei einem mittleren Tempo erstaunlich wenig Widerstand und grosse Distanzen sind bequem und mühelos zu bewältigen.

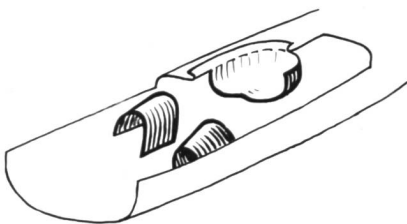
Wettkampfkanadier sind schnell und wendig, aber die Stellung der Beine ist wegen der niedrigen Sitzstellung und des kleinen Bootsvolumens meistens sehr unbequem.

Zudem ist das Verstauen des Gepäcks oft problematisch.

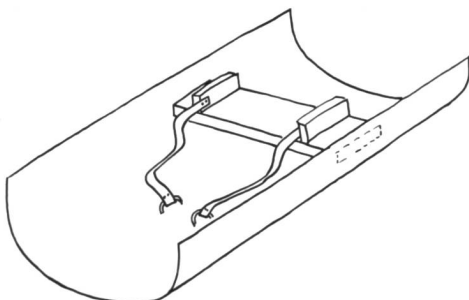


Was die Wildwassertüchtigkeit anbelangt, so sind dem offenen Indianer-Kanu klare Grenzen gesetzt. Gelegentliche Spritzer müssen bereits bei Flüssen des Schwierigkeitsgrades I bis II in

Allround-Kanadier für Wildwasser und lange Touren. Ausser den zwei mit Spritzdecken abschliessbaren Sitzlucken hat das Boot auch eine abschliessbare Lucke zum Verstauen des Bootsacks.



Einrichtung eines Wildwasser-Wettkampfbootes: am Oberdeck befestigte Sitzschale und Oberschenkelstützen.



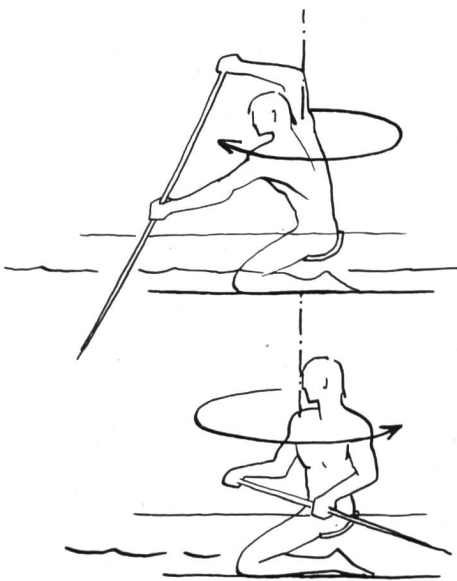
Einrichtung eines Langstrecken-Tourenkanadiers: Sitzbank mit Seitenstützen und verstellbare Gurten über die Oberschenkel. Es ist möglich kniend oder sitzend zu fahren.



Wanderkanadier bei «Indianerfahrt»

## Die Grundschläge der Kanadier-Technik

### Einfacher Vorwärtsschlag

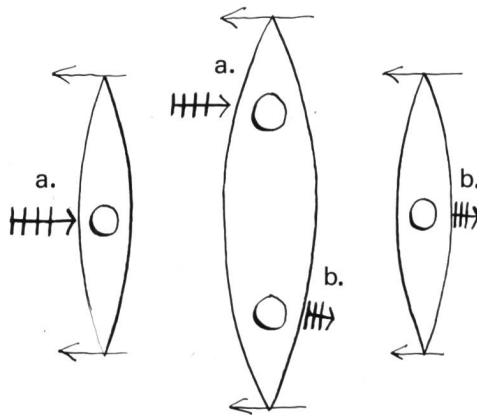


Der Oberkörper beschreibt eine Rotationsbewegung, deren Zentrum im Bereich der Schulter des oberen Armes liegt. So werden bei verhältnismässig ruhiger Bewegung grosse Muskelgruppen eingesetzt.

Mit diesen Grundschlägen lassen sich bereits einfache Manöver durchführen. Praktisch alle andern Schläge wie beispielsweise Bogenschläge, Ziehschläge, Hangen, sind von diesen Grundschlägen abgeleitet und kommen in der Anwendung meistens in kombinierter Form vor.

### Seitwärtsverschieben des Bootes

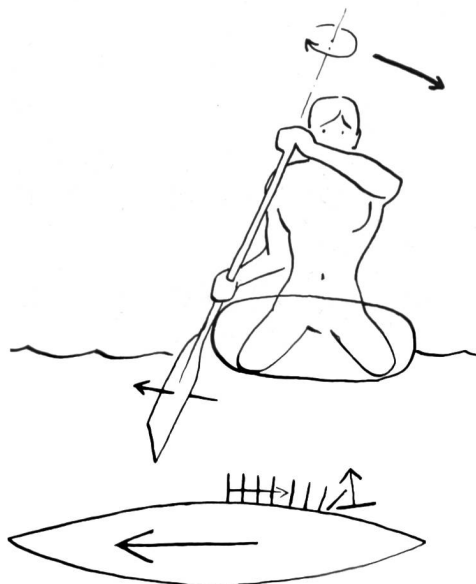
- a) Seitwärtsziehen (Grundformen)
- b) Seitwärtsdrücken



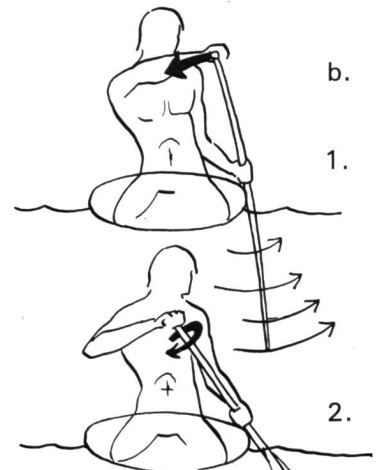
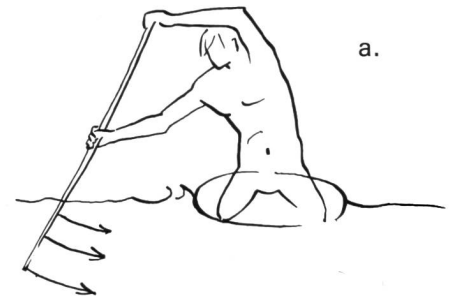
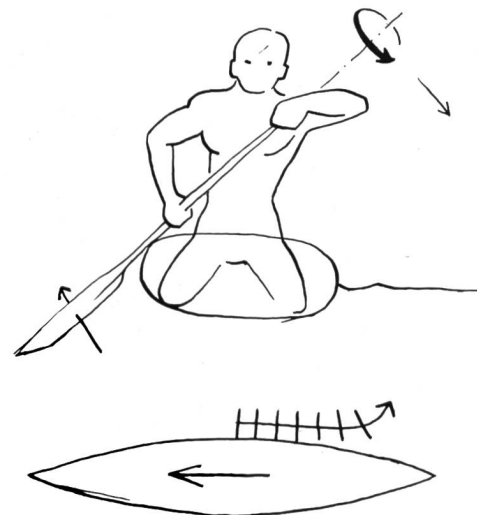
### Steuerschlag (Korrekturschlag)

Jeder Kanadier hat die Tendenz, dem Hintermann oder dem Einerfahrer «aus der Hand» zu laufen (dem Rechtsschläger nach links und umgekehrt). Dem kann entgegengewirkt werden durch:

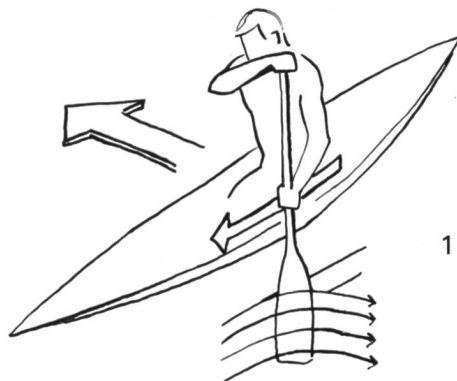
Steuerschlag mit der vorderen Seite des Paddelblattes



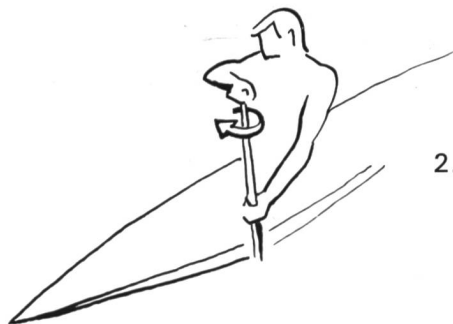
Ausdrehen des Schläges nach aussen (nicht so wirksam, ermöglicht aber hohe Schlagfrequenz)



**Weitere Arten der Seitwärtsverschiebung**



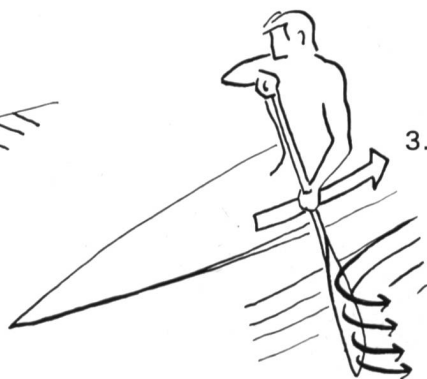
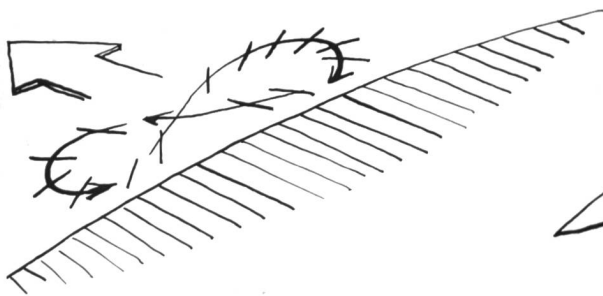
1.



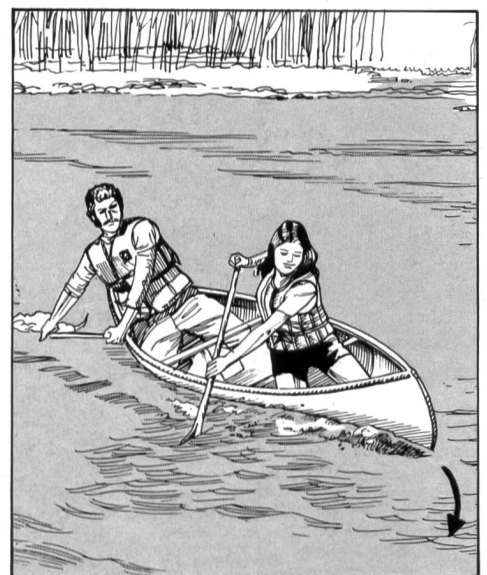
2.



Grosser, offener Kanadier des klassischen Stils nur von einem Mann gefahren (aus Canoeing TANRC).

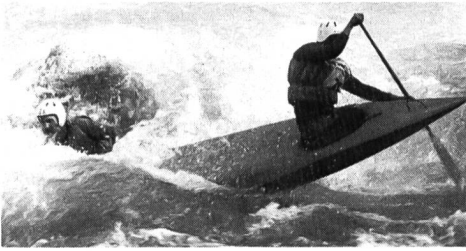


3.



4.

Offener Tourenzweier: «Übergreifen» des vorderen Partner um bremsend einen Bogen fahren zu können (aus Canoeing TANRC).



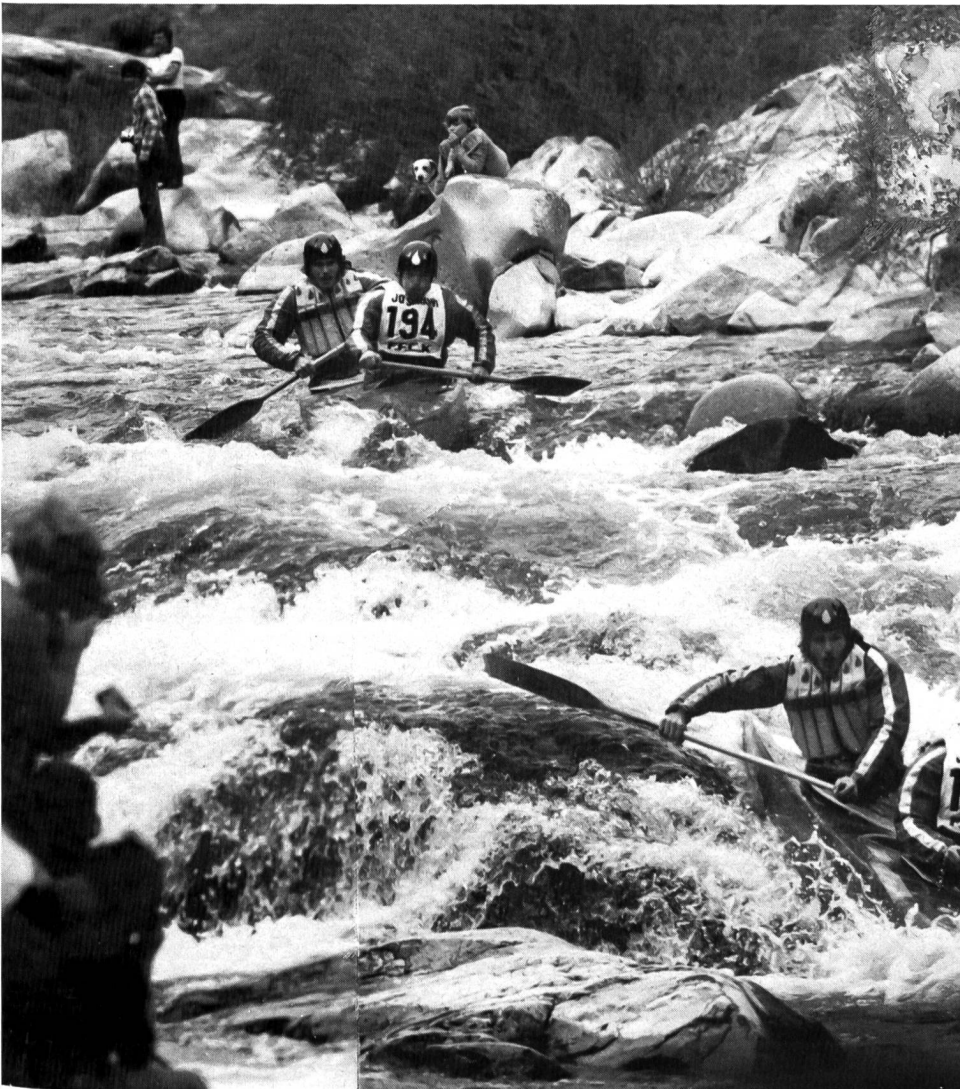
Der Vordermann des konventionellen Slalom-Zweiers hat auf seinem exponierten «Vorposten» oft ein schweres Leben. Geblendet durch Wasserfluten hat er die Ruhe zu bewahren oder muss hochgeschleudert abwarten, bis er mit dem Paddel wieder das Wasser erreichen kann.



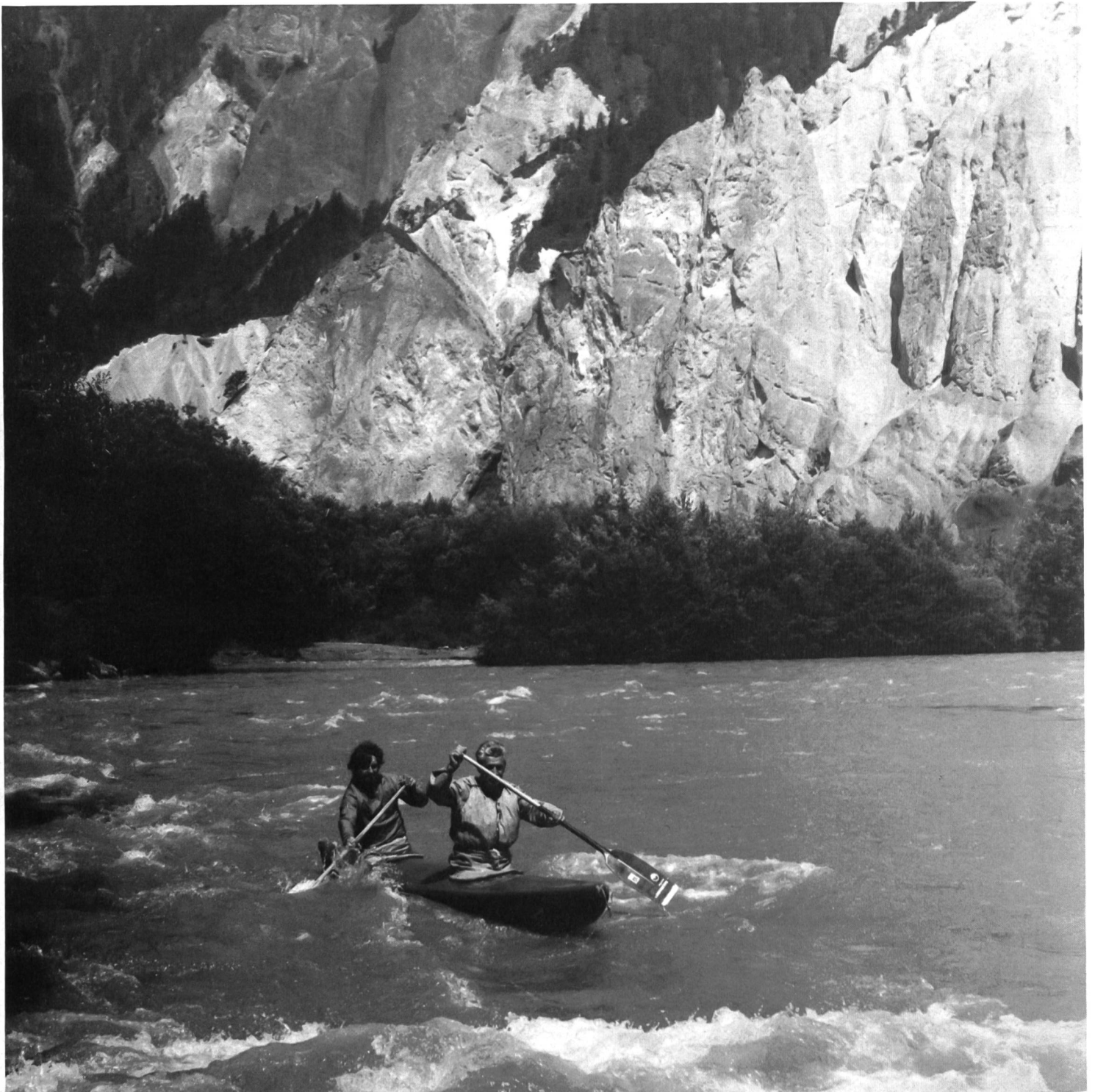
Einer-Kanadier im Abfahrtsrennen (die schwierigste Rennstrecke der Welt auf der oberen Elbe).



Akrobatik mit einem Einer-Kanadier; in einem geschlossenen Kanadier mit guter Einrichtung ist auch das Wiederaufrichten nach einer Kenterung – mit der Eskimorolle – üblich. Im Zweier-Kanadier verlangt dies aber gute Zusammenarbeit.



Zweier-Kanadier im Abfahrtsrennen (Photomontage von ein und demselben Boot).



Ein Touren-Zweier in der Schlucht des Vorderrheins – eine der schönsten Flusstrecken Europas.