

**Zeitschrift:** Magglingen : Monatszeitschrift der Eidgenössischen Sportschule  
Magglingen mit Jugend + Sport

**Herausgeber:** Eidgenössische Sportschule Magglingen

**Band:** 40 (1983)

**Heft:** 6

**Artikel:** Kanu-Regattasport : eine olympische Sportart - in der Schweiz "nur" Randsportart

**Autor:** Frei, Walter

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-993582>

#### **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**

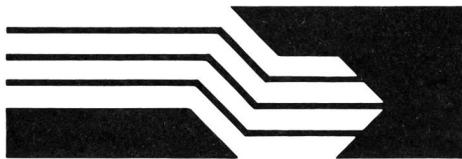
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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:** 14.01.2026

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



# THEORIE UND PRAXIS

## Kanu-Regattasport

### Eine olympische Sportart – in der Schweiz «nur» Randsportart

Walter Frei

Wer etwas von Kanusport in der Schweiz hört, denkt an die in den letzten Jahren immer wieder erfolgreichen Wettkämpferinnen und Wettkämpfer auf den reissenden Flüssen, sei es in der Wildwasserabfahrt oder im Wildwasserslalom. Vielleicht kennt er auch den eher beschaulichen Kanu-Tourismus auf unseren Seen, oder er hat schon von mehr oder weniger mutigen und abenteuerlichen Tourenfahrten im In- und Ausland gehört.

Weit weniger bekannt ist bei uns der **Kanu-Regattasport**, in Deutschland Kanu-Rennsport genannt. Als olympische Disziplin ist dies ein reiner Wettkampfsport. Das Ziel heißt, festgelegte Strecken auf ruhigem Wasser im Rennkanu in möglichst kurzer Zeit zurückzulegen. Die Zielsetzung entspricht also derjenigen des bei uns bekannten Rennruderns.

In der Schweiz werden diese Regatten praktisch nur im Kajak<sup>1</sup> ausgetragen. Besonders in den Oststaaten, wo der Kanu-Regattasport wesentlich populärer ist, werden auch Canadier-Rennen gefahren<sup>2</sup>. Es gibt Einer- (K1), Zweier- (K2) und Viererrennkajaks (K4), die für die Wettkämpfe genau den internationalen Vorschriften bezüglich Größe, Form und Gewicht entsprechen müssen.

#### Rennkajaks

Klasse	Höchstlänge	Mindestbreite	Mindestgewicht
K1	5,20 m	0,51 m	12 kg
K2	6,50 m	0,55 m	18 kg
K4	11,00 m	0,60 m	30 kg

<sup>1</sup> Kajak: schlankes, leichtes Boot, das sitzend und mit einem Doppelpaddel in Blickrichtung vorwärts bewegt wird.

<sup>2</sup> Canadier: aus dem Indianer-Kanu entwickeltes Rennboot, das der Wettkämpfer auf einem Bein kniend mit einem Einblattpaddel (Stechpaddel) antreibt.

Ähnlich wie beim Rennrudern liegt das Faszinierende des Wettkampfes im Kampf von Mann gegen Mann, Boot gegen Boot. Mit einer enorm hohen Schlagzahl von oft über 120 Schlägen pro Minute versucht sich jedes Boot vom Start weg mit hohem Tempo in eine günstige Position zu bringen. In den Rennen über 500 m und 1000 m müssen die Boote in ihren Bahnen bleiben, im Langstreckenrennen ist das sogenannte Wellenreiten (analog Windschattenfahren) ein wichtiges taktisches Mittel. Behinderungen sind allerdings auch hier verboten.

Siegerzeiten von Moskau in den einzelnen Disziplinen:

	Herren	500 m	1000 m
K1	1:43,43 (URS)	3:48,77 (DDR)	
K2	1:32,38 (URS)	3:26,72 (URS)	
K4	–	3:13,76 (DDR)	
	Damen		
K1	1:57,96 (DDR)	–	
K2	1:43,88 (DDR)	–	

#### Der Regattawettkampf

Das ideale Wettkampfgewässer (in der Schweiz zum Beispiel der Rootsee) weist 9 Bahnen zu 9 m Breite auf, hat keine Strömung und nur minimale Wellenbildung. Es sollte möglichst eine Wassertiefe von 3 m haben und besonders gegen Seitenwinde geschützt sein. Das Wettkampfprogramm umfasst Rennen im K1, K2 und K4 über 500 m für Damen und Herren und über 1000 m für Herren, gefahren auf einer geraden Linie. Dazu kommt für Herren eine Langstreckenprüfung über 10000 m, die auf einem Rundkurs mit 1000 bis 2500 m langen Geraden gefahren wird.



SM-Kanu-Regatta 1981 auf der Aare bei Aarberg: Start der Kajak-Einer.



Mit 120 Schlägen in weniger als 3:30 Min. über 1000 m: der Vierer, Paradeboot der Regatta-Kanuten.

(Photo Dionys Thalmann, Jona)

Die Langstreckenrennen gehören nicht zum olympischen Programm. Über 10000 m werden international etwa folgende Zeiten gefahren: im K1 unter 43 Minuten, im K2 unter 39 Minuten und im K4 unter 37 Minuten. Diese Langstreckenrennen werden immer in einem Feld mit Massenstart gestartet. Im Gegensatz dazu werden die Sieger in den 500-m- und 1000-m-Rennen

zelstart vor oder nach ihm gestartet, und er weiss erst nach Rennschluss, ob ihm die Fahrt gelungen ist. Der Regattafahrer sieht jederzeit wo er im Rennen steht. Er versucht seine direkten Gegner zu kontrollieren, zu überholen, oder wenigstens nicht zu weit wegfahren zu lassen. Ausserhalb des Wettkampfes allerdings, ist es wohl beiden möglich, die Schönheiten des Wassersportes zu geniessen.

Einen ganz besondern Reiz übt auf mich schon immer das Rennkajak als Sportgerät an sich aus. Die von Spitzenfahrern noch immer bevorzugten Holzboote (meist dänischer Herkunft) sind für mich kleine Kunstwerke, Möbelstücke, elegant, durch und durch ästhetisch. In einem solchen Boot, mit relativ geringem Kraftaufwand, frühmorgens lautlos über die spiegelglatte Wasserfläche des Oberen Zürichsees zu gleiten, ist ein Erlebnis.

Eine weitere Besonderheit gegenüber dem Wildwasser-Kajaksport ist die Möglichkeit, Zweier und Vierer fahren zu können. Besonders im Jugendsport scheint mir das Mannschaftsboot besonders wertvoll zu sein. Wenn es einem J+S-Leiter gelingt, einen Vierer mit seinen Jungen aufzubauen, wird er damit sicher viel Freude erleben.

### **Weshalb ist der Kanurennsport in der Schweiz nicht populärer?**

Kanurennsport gehört erwiesenermassen zu den trainingsintensivsten Sportarten. Ähnlich wie beim Skilanglauf ist ein wohl geplantes Langzeittraining der einzige mögliche Weg zum Erfolg. Um an die Spitzenleistungen im internationalen Wettkampfsport heranzukommen, trainieren die Sportler über mehrere Jahre hinweg. Ausdauer, Stehvermögen, Widerstandsfähig-

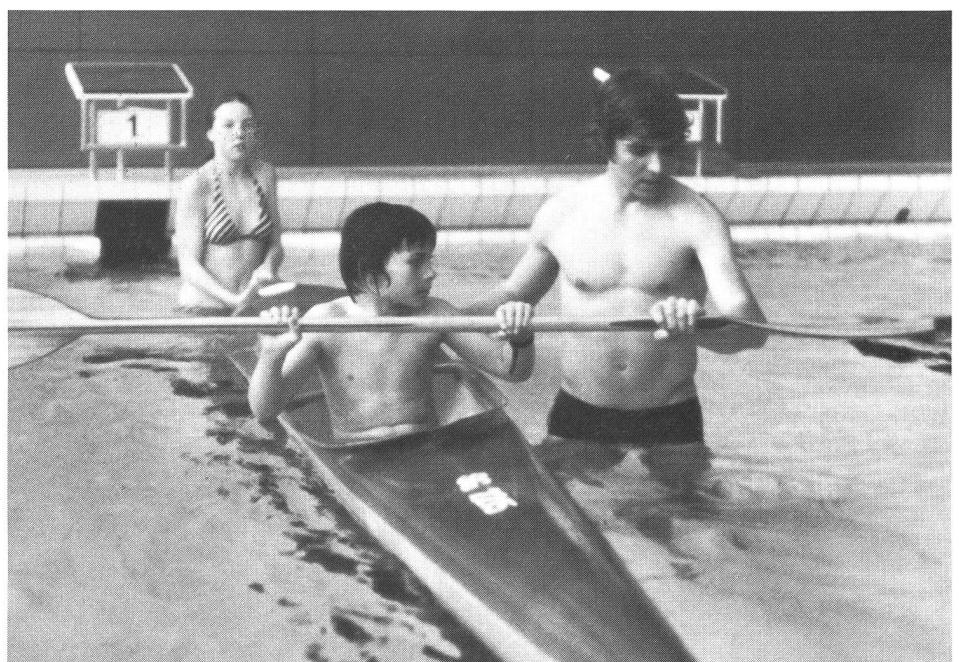


Schulsport in der Sekundarschule Rapperswil. Selbstbau eines Regattabootes.

(Photo Walter Frei, Hadlikon-Hinwil)

durch ein System von Vor-, Hoffnungs-, Zwischen- und Endläufen mit jeweils höchstens 9 Startenden ermittelt.

Im Vergleich zu der Wildwasserabfahrt wird das Regattafahren oft als stures Geraudeausfahren abgetan. Zu Unrecht, wie ich meine. Im Wettkampf nämlich hat weder der Regattafahrer, noch der Wildwasserfahrer Zeit und Lust, die Natur, die Stimmung, kurz seine Umwelt zu geniessen. Er ist voll auf sein Ziel, einen guten Wettkampf zu liefern, konzentriert. Der Wildwasserfahrer setzt sich mit den Tücken des reissenden Flusses auseinander und kämpft gegen Müdigkeit und vor allem gegen die Zeit. Seine Gegner sind ja im Ein-

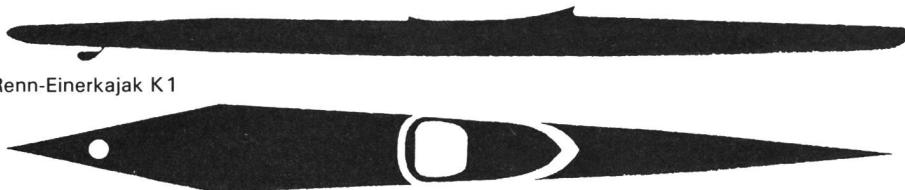


Anfängerunterricht im sicheren Hallenbad.

(Photo Walter Frei, Hadlikon-Hinwil)



Flachwasser-Rennkanadier



Renn-Einerkajak K1

keit und Kraft müssen dabei zielstrebig aufgebaut und verbessert werden. Eine grosse Wettkampferfahrung ist unabdingbar. Das Talent spielt wohl beim Regattafahrer eine weit weniger grosse Rolle als beim Wildwasserfahrer. Dieses geforderte Durchhaltevermögen über Jahre, das Weitertrainieren trotz eventuellen Misserfol-

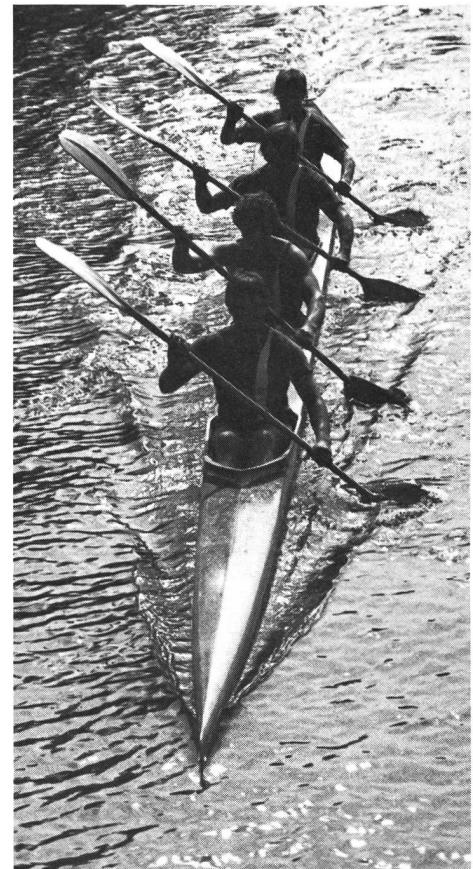
grossen Problem angewachsen. Internationale Wettkämpfe können deshalb heute fast nur noch auf künstlichen Regattastrecken (Ruderbecken) ausgetragen werden. Die einzige grosse Regattaveranstaltung in der Schweiz, die alle 2 Jahre ausgeschriebene Internationale Regatta in Rapperswil (3./4. September 1983), bildet da eine Ausnahme. Sie wird auf dem oberen Zürichsee ausgetragen und erfreut sich trotzdem grosser Beliebtheit, starten doch jeweils weit über 200 Wettkämpfer aus bis zu 10 Nationen.

Leider sind unsere Seen auch nicht mehr frei zugänglich, was praktisch bedeutet, dass ein regelmässiges Training nur in einem Kanu-Klub mit eigenem Bootshaus am Wasser möglich ist. Dort aber werden Mädchen und Burschen, die sich für diesen Sport interessieren, sicher mit offenen Armen empfangen. Einzige Voraussetzung: sie müssen gut schwimmen können. Der



Positionskämpfe an der Wendeboje im Zweier-Kanadier.

gen, trotz Berufslehre, Schule, Rekrutenschule, Weiterbildung ist naturgemäß nicht jedermann's Sache. Trotzdem müsste bei der heutigen «Fitnesswelle» eigentlich eine stärkere Entwicklung auch in die Breite möglich sein, wenn da nicht noch das Problem des «Wettkampfgeländes» wäre. Das Rennkajak eignet sich nämlich nur für ruhiges Wasser. Wohl meistert der Könner auch Wellen und schwächere Strömungen, im Wettkampf aber verfälschen sie die Leistungen, und für den Anfänger ist es schon schwierig genug, auf ruhigem Wasser das ausserordentlich kipplige Boot beherrschten zu lernen. Die Regattazentren der Schweiz liegen deshalb auch an unseren Seen oder Stauseen (Rapperswil, Romanshorn, Basel, Kreuzlingen). Einzig die Wettkämpfer des Kanu-Klub Schaffhausen trainieren mehrheitlich auf dem Rhein. Für die Seeklubs ist der enorme Anstieg der zugelassenen Motorboote und der damit verbundenen Wellenbildung zu einem neuen



Ebenmass und Schönheit: der Vierer.  
(Photo K. Eggimann, Rapperswil)

Kanu-Regattasport ist eine eigene Sportfachrichtung innerhalb des J+S-Sportfaches Kanu. Es stehen in den Klubs durch J+S bestens ausgebildete Leiter zur Verfügung. ■



Packendes Startbild der Kajak-Zweier an den SM in Aarberg.