

**Zeitschrift:** Gehörlosen-Zeitung für die deutschsprachige Schweiz  
**Herausgeber:** Schweizerischer Verband für das Gehörlosenwesen  
**Band:** 80 (1986)  
**Heft:** 13-14

**Rubrik:** Unterwegs im wilden Wasser

### **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:** 09.01.2026

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

# Unterwegs in wilden Wassern

Der Kanusport ist in unseren Breitengraden relativ jung. Er entwickelte sich aus dem Kajak der Eskimos beziehungsweise aus dem Canoe (Kanu) der Indianer. Heute zählt der Schweizerische Kanuverband rund 3000 Mitglieder, davon sind 10 Prozent Wettkämpfer und 90 Prozent Tourenfahrer.



Die GZ will wissen: Ist diese Sportart auch für Gehörlose geeignet? Ich unterhalte mich mit Herrn Christian Heldstab, Pädodaudiologe am Kinderspital Zürich, der das Wildwasserfahren mit der ganzen Familie schon seit vielen Jahren betreibt.

GZ: Wie bist Du aufs Wildwasserfahren gekommen?

C.H.: Wir suchten einen Sport, bei dem die ganze Familie mitmachen konnte. Wir sind keine Wanderfamilie, das ist uns zu langweilig, und Schwimmen allein befriedigte uns auch nicht. Wir fingen mit einem Zweierboot an, übten auf Seen und einfachen Flüssen. Mit der Zeit sahen wir, dass es nicht so gut ist, wenn immer zwei zusammen fahren müssen. Man will auch mal selber fahren. Wir haben alle Boote selber hergestellt.

(C.H. lächelt, als er mein erstauntes Gesicht sieht.)

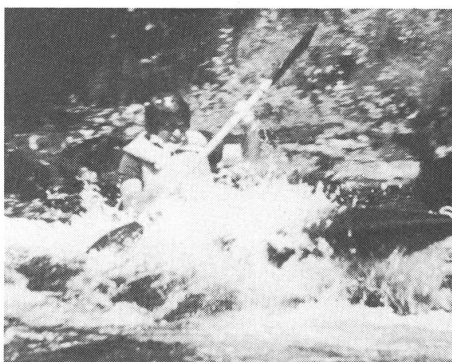
GZ: Geht das gut, so ein Boot selber zu machen?

C.H. Ja, aber es stinkt fürchterlich. Insgesamt haben wir sechs Boote gemacht (für Vater, Mutter und 4 Kinder). Ein Boot ist sehr leicht, es wiegt etwa 12 bis 15 Kilogramm.

GZ: Was muss ich tun, wenn ich kanufahren lernen möchte?

C.H.: Einem Kanuklub beitreten, diese gibt es überall. Man kann einen Kurs machen. Ein Kurs dauert 2 bis 3 Monate, und die gesamte Ausrüstung wird einem vom Kanuklub zur Verfügung gestellt. In unserer Familie machten alle einen Jugend-und-Sport-Kurs. Gut schwimmen können ist hier absolute Bedingung. Im Kanuklub trainierten wir an zwei Abenden pro Woche, von Ostern an bis in den Herbst hinein. Es ist wichtig, dass man regelmässig trainiert.

GZ: Was gehört zur Ausrüstung eines Kanuten, und wieviel kostet alles zusammen?



C.H.: Die Ausrüstung besteht aus einem Boot (speziell für Wildwasser), Paddel, Neophrenanzug – denn Wildwasser ist ja eiskalt! –, Schwimmweste, Spritzdecke, damit kein Wasser ins Boot gelangt, und Helm. Die Kosten für alles zusammen belaufen sich auf etwa 600 bis 800 Franken. Wenn man das Boot selber macht, kommt es natürlich etwas billiger zu stehen.

GZ: Auf welchen Flüssen fährt Ihr?

C.H.: Von hier aus gut erreichbar sind: Muotathal SZ, Moesa (Misox, TI), der obere Teil der Sihl nach Regenfällen, Rhein (von Ilanz bis Reichenau), Thur, Necker, Reuss (nach Bremgarten). Diese Flüsse haben verschiedene Schwierigkeitsgrade. Es gibt eine Flusskarte für Wildwasserfahrer. Auch in Österreich und in Frankreich gibt es viele Möglichkeiten. Nach der Schneeschmelze führen die Bäche und Flüsse am meisten Wasser.

GZ: Ich wusste gar nicht, dass auch Kinder mitmachen können beim Wildwasserfahren. Gibt es eine bestimmte Altersgrenze?

C.H.: Nein, das ist eher eine Frage der Kraft. Zum Paddeln braucht es viel Kraft. Unsere Jüngsten waren 10 und 12 Jahre alt, als sie mit Kanufahren anfangen. Wir begannen auf Seen und einfachen Flüssen, erst allmählich wagten wir uns auf immer gefährlichere Bäche. Die beiden Älteren machten oft ganz gefährliche Sachen – zum Glück habe ich nicht alles gesehen! (lacht)

GZ: Du kennst Dich doch mit Gehörlosen gut aus – meinst Du, auch Gehörlose können Wildwasserfahren?

C.H.: Für Gehörlose mit Gleichgewichtsproblemen dürfte es sehr schwierig sein. Es ist nicht einfach, im Kanu das Gleichgewicht zu halten, man kippt schnell um. Für Gehörlose ohne Gleichgewichtsprobleme wäre es vielleicht möglich. Allerdings muss man sich beim Kanufahren auf das Gehör verlassen. Man sieht nicht, wenn vorne zum Beispiel ein kleiner Wasserfall kommt, deshalb muss man auf das Rauschen

des Wassers achtgeben. Ausserdem darf man nie allein oder zu zweit fahren, das ist zu gefährlich. Wildwasserfahren darf man nur in Gruppen ab 3 Personen – wenn einem etwas zustösst, ist einer allein zu schwach, um ihm zu helfen. Es ist schnell etwas passiert, und da muss man seine Kameraden um Hilfe rufen. An gefährlichen Stellen stehen immer Kameraden bereit, um sofort helfen zu können.

Gehörlose könnten also nur in einer Gruppe mit Hörenden fahren.

GZ: Werden in der Schweiz auch Kanuwettkämpfe ausgetragen?

C.H.: Ja, in den Disziplinen «Wildwasserabfahrtsrennen» und «Slalomrennen». Neuerdings kommt noch Akrobatik dazu. In Bremgarten fährt man ein Wehr (kleiner Wasserfall) hinunter. Unten ist eine Walze, die sich ständig dreht. Bei dieser Walze macht das Kanu einen Salto und wird dann wieder hinaufgedrückt. Dies ist sehr gefährlich und braucht viel Geschicklichkeit.

Früher fuhr die ganze Familie Heldstab mit dem VW-Bus den Flüssen und Bächen entlang, auf dem Dach sechs Boote, und das Zelt zum Übernachten gehörte selbstverständlich dazu. Am Abend wurden am Lagerfeuer Würste gebraten, und die gesamte Ausrüstung hing zum Trocknen an einer langen Leine. Jetzt, wo die Kinder flügge geworden sind (das Elternhaus verlassen haben), gehen Christian Heldstab und seine Frau Heidi – sie waren übrigens früher beide Lehrer an der Gehörlosenschule Wollishofen – nicht mehr so oft paddeln, nur noch auf ruhigen Flüssen. Zu zweit ist es auf wilden Bächen einfach zu gefährlich.

GZ: Vielen Dank für die interessanten Auskünfte, Christian. Ich habe gerade eine Menge gelernt – und die GZ-Leser sicher auch! R.K.

## Herzliche Grüsse aus ..., ein Ferienwettbewerb der GZ

Jedes Jahr werden vermutlich Millionen von Ansichtskarten verschickt, die ausser dem Namen des Schreibenden nur einen einzigen Satz enthalten: «Herzliche Grüsse aus ...» Gibt es nicht originellere und persönlichere Feriengrüsse und -sprüche? Versuchen Sie doch einmal etwas anderes zu schreiben. Zum Beispiel, indem Sie einen Feriengruss an die Gehörlosen-Zeitung senden. Ein kleiner Wettbewerb möchte sie dazu auffordern:

**Schicken Sie uns eine Ansichtskarte. Schreiben Sie darauf einen lustigen Feriengruss oder -spruch, der aus nicht mehr als zehn Worten besteht. Dazu Ihren Namen und Ihre Adresse. Alle Einsendungen werden von uns Mitte September in der GZ veröffentlicht.**

**Alle GZ-Leser können darauf den besten Feriengruss des Sommers 1986 auswählen. Wer die meisten Stimmen erhält, ist Sieger und bekommt einen kleinen Preis. Mehr darüber im September.**

## Redaktionsschluss

für GZ, Doppel-Nummer 14/15  
(1. August 1986):

Donnerstag, 10. Juli 1986

Alle Einsendungen inkl. Anzeigen  
sind zu richten an die Redaktion

**Schweizerische Gehörlosen-Zeitung  
CREARTA AG**

**Quellenstrasse 31, 8005 Zürich**