Von Dennis Amedovski und Klaus Rainer Krieger (Fotos)

Training mit Oliver Pocher

Panik! Plötzlich kippt das Kanu und du bist kopfunter im Eiskanal. Du schluckst Wasser, wirst hektisch. Jetzt heißt es nur noch reagieren. Hoffentlich wird dein erstes Kanu-Training nicht gleichzeitig auch dein letztes. Paddel loslassen und den Griff an der Spritzdecke ziehen, damit du aus dem Kanu rauskommst. Das Adrenalin steigt, drei Züge an der Schlaufe der Decke sind nötig, dann bist du frei. Erleichterung. Du lässt dich treiben, findest Halt und suchst deinen Trainer. **Peter Krebs** grinst. Dieser ist mit dem Kanu mittlerweile wieder über Wasser: „Das war doch genau das richtige Ende unseres Trainings."

90 Minuten zuvor erklärt Krebs – an Land – die richtige Paddelhaltung und Ausholbewegung. Wichtig sei immer die komplette Fläche des Paddels ins Wasser zu schlagen. Er hält sich jedoch mit Anweisungen zurück. Er ist ein Verfechter von ‚learning by doing'. Ob er denn schon viele Kanu-Anfänger hatte? „Ich habe sogar schon den **Oliver Pocher** trainiert. Der musste fünf Eskimo-Rollen in Folge drehen. Zu einer hat's bei ihm gereicht." Wirklich beruhigend wirkt diese Aussage nicht, aber sie zeigt, du bist in guter Gesellschaft.

Während der Streckenbegehung am Eiskanal steigt die Nervosität. Seitdem der Termin feststeht, überwiegt die Vorfreude, statt der Angst. Mit Blick auf die Tore, die unumstößliche Stein-Hindernisse und vor allem die tosende Wassergeschwindigkeit wird der Respekt größer – der Respekt vor der Natur und ihrer mächtigen Gewalt. „Dabei ist das Wasser heute relativ ruhig", scheint Peter Gedanken lesen zu können.

Während des Umziehens erzählt dir der Trainer, dass immer mehr Menschen Lust haben, einmal auf dem Eiskanal zu fahren. Das sei in ideales Geburtstagsgeschenk, denn hier ist es nach wie vor einmalig. Seit Jahren gilt die Wildwasseranlage als Maßstab und Vorbild bei der Konzeption neuer Strecken.

Da der Kanal ohne elektrisch betriebene Pumpen auskommt, sind auch die Betriebskosten gering – im Gegensatz zu moderneren Anlagen wie dem Kanupark Markkleeberg. Kein Wunder, dass Augsburg weiterhin Kanu-Hochstadt ist. Also auch für dich etwas Besonderes, hier fahren zu dürfen. Badehose an, Neopren-Anzug drüber, Spritzdecke und Jacke und letztlich auch die Schwimmweste. Mit Helm trägst du nun etwa 700 Euro an dir.

Schon der Einstieg in so ein Kanu ist nicht einfach. Zunächst ein Fuß, dann schnell mit dem Hintern auf den Sitz, um die Balance zu wahren und den anderen Fuß nachziehen. Einmal drin, gibt es erstaunlich wenige Wackler. Das war beim letzten Kanu-Ausflug schonmal anders... Die große Kunst ist nun, die Spritzdecke über die Kanuöffnung zu stülpen. Hier ist Gewalt gefragt, denn die Decke muss straff sein, schließlich würde zusätzliches Wasser das Kanu zum Schwanken bringen.

Das Paddeln auf der Babystrecke, also in ruhigem Gewässer, klappt ganz ordentlich. Die Schlagbewegungen und die Sitzhaltung scheinen dem Trainer zu gefallen, denn von hinten kommen keine Anweisungen. Also geht's los. Durch die enge Schleuse, rein auf die offizielle WM-Strecke.

Das Wasser spritzt ins Gesicht, die erste Reaktion – das Augenschließen – ist nicht gerade förderlich fürs Kanufahren. Peter lenkt dich durch die Tore, die du allesamt berührst. Mal mit dem Paddel, mal mit dem Kopf. Wäre

Auch nach der Kanufahrt noch gut gelaunt: Dennis Amedovski (roter Helm) und Peter Krebs

Kopfunter im Eiskanal

AJ-Redakteur Dennis Amedovski testet exklusiv die Wildwasser-Sprint-WM-Strecke

Vom 11. bis 13. Juni sind dann die Profis am Start

Peter Krebs (gelber Helm) bringt AJ-Mitarbeiter Dennis Amedovski zunächst das Paddeln an Land und auf der Babystrecke bei. Auf der WM-Strecke ging‘s dann schon anders zu – mit enstprechendem Ergebnis.

dies ein Wettkampf würdest du eine Menge Zeitstrafen kassieren.

Es fällt dir schwer, auf das Wasser zu reagieren. Es schaukelt von links und von rechts, trotzdem schlägst du dich wacker – dank Krebs. Es ist nur schwer vorstellbar, wie die Kanu-Profis stärker als das Wasser sein und sich gegen die Strömung stellen können.

„Kanu lebt von der Technik und von der Erfahrung“, weiß Krebs. Also nochmal: Zurück auf Start und durch die Tore. Immer wieder, so lange bis die Kraft nachlässt. Jedes Mal versuchst du, die Augen offen zu halten. Es bleibt beim Versuch. Auf der letzten Fahrt meint es Peter gut zu dir, und schickt dich unter Wasser. „Ich hätte das Kanu mit dir drin schon wieder rumbekommen.“

Du kletterst aus dem Eiskanal, erschöpft aber mit einem Lächeln im Gesicht. So etwas muss man mal erlebt haben – sei es als Aktiver oder als Zuschauer. Vom 11. bis 13. Juni zeigen die Profis bei der Wildwasser-Spring-WM am Eiskanal wie‘s wirklich geht. Da kann sicherlich jeder noch was lernen.

Das AUGSBURG JOURNAL verlost für dieses spektakuläre Top-Event Turnierkarten. Einfach eine E-Mail an die@augsburg-redaktion mit dem Betreff Kanu-WM schicken und live dabei sein. Unter allen Einsendungen verlosen wir zusätzliche VIP-Tickets.