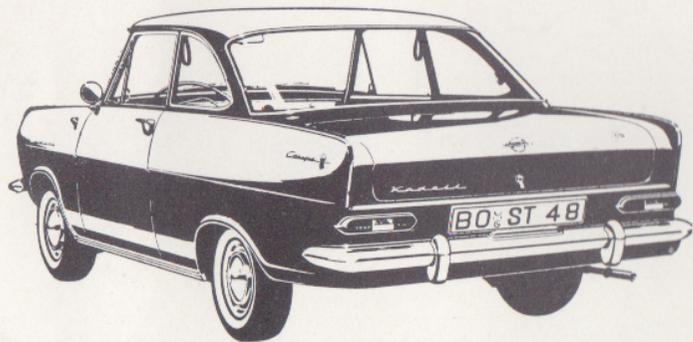


**48 PS · 136 Spitze
in 19.5 sec von
0 auf 100 km/h**

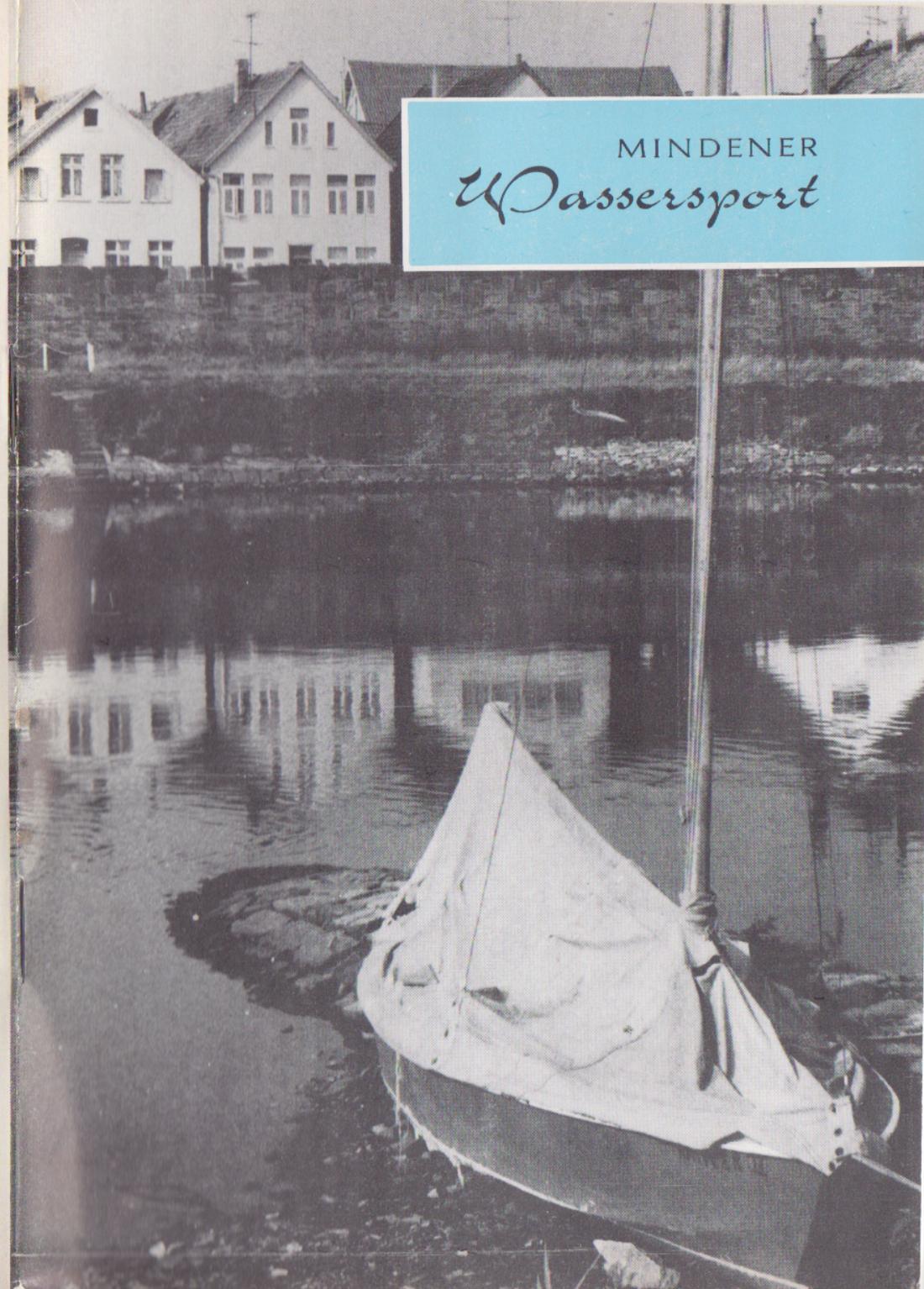
Luxusausstattung



Das neue KADETT Coupé ist da. Sie müssen sich dieses Auto einmal ansehen. Und nicht nur von außen. Besuchen Sie uns, setzen Sie sich hinein, machen Sie eine Probefahrt. Wenn das KADETT Coupé so richtig loslegt... Sie werden staunen! Preis ab Werk Bochum DM 5775.—

**OPEL KADETT
Coupé**

OPEL-GROTEFELD MINDEN

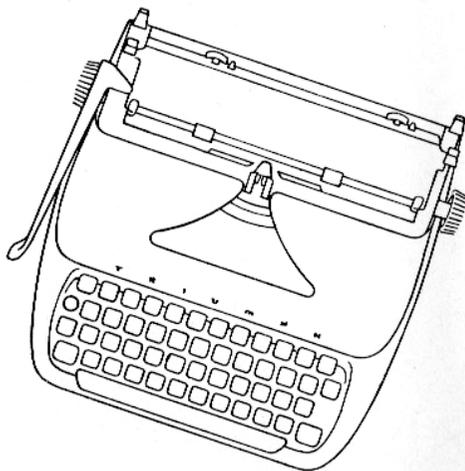


MINDENER
Wassersport



TRIUMPHWERKE NURNBERG A.G.

Gabriele



Mit Gabriele schreibt die ganze Familie in der „Handschrift“ moderner Menschen. Damit legt man immer Ehre ein. Und das kann man sich leisten, denn ohne Koffer kostet Gabriele sage und schreibe nur

DM 298.-

Mehrpreis für Koffer

DM 36,-

J.C.C. BRUNS

Triumph-Generalvertretung

495 Minden Postfach

Obermarktstr. 28 · Ruf 56 31-37

Bitte besuchen Sie uns unverbindlich.

Gern führen wir Ihnen unsere Maschinen vor



brecht

ZEITSCHRIFT FÜR
SCHWIMMER,
RUDERER, KANUSEGLER,
KANUTEN UND
MOTORBOOTFAHRER

HEFT 4 1964



Liebe Sportkameraden!

Was treibt der Wassersportler im Winter? Viele werden sich diese Frage stellen, manche werden die Frage nicht beantworten können. Vor allem wird das Skilaufen im Vordergrund stehen, schließlich ist es ja auch eine Art Wassersport, wenn man berücksichtigt, daß Schnee Wasser in umgewandelter Form ist. Trotzdem bleibt, daß außer den Schwimmern, die ins Hallenbad können, alle anderen auf dem Trockenen sitzen. Sogar die Segler, die auf dem zu Eis gefrorenen Wasser ihre Eissegel-Regatten veranstalten. Wer aber im Winter hinter dem Ofen sitzt, ist selbst schuld! Skifahrten in den Harz und ins Sauerland werden veranstaltet, man kann ein kleines Wintertrainingsprogramm durchführen (dazu unser Bericht von Kurt Wenke), man kann Tischtennis und Fußball spielen und – vor allem – etwas wandern und sich die Weser einmal aus einer anderen Perspektive als im Sommer ansehen. Nicht zu vergessen bleibt aber auch, daß der Winter die Gelegenheit gibt, zu feiern! Grenzen setzt erst das beginnende Frühjahr, wenn man wieder ein bißchen an die Kondition denken muß. Aber das hat noch etwas Zeit. Wir verabschieden uns für dieses Jahr mit einem einfachen

Ahoi!

Ulrich Bogowski

Unser Titelbild „Mindener Fischerstadt“ fotografierte Bildredakteur Jost-Ulrich Meyer vom Mindener Tageblatt

DEUTSCHER KANUVERBAND e. V.
LANDESGRUPPE NORDRHEIN-WESTFALEN

Bezirk Westfalen-Ost

Skifreizeit in den Dolomiten

Für die Freunde des „Weißen Sports“ unter den Kanuten soll mit dieser Ausschreibung für eine Gemeinschaftsskifahrt in die herrliche Bergwelt der Dolomiten geworben werden.

Ausrichter ist der Bezirk X in der Landesgruppe Nordrhein-Westfalen unter Leitung des Bezirkswanderwartes Wilhelm Schnitker 495 Leteln/Minden, Fischerallee Nr. 3. Zielort: Alba/Canazei im Fassatal (Italien).

Termin der Fahrt:

Abfahrt 29. 1. 1965 – 19.00 Uhr ab Minden

Rückkehr 21. 2. 1965 – 10.00 Uhr an Minden

Die Aufenthaltsdauer beträgt also genau 3 Wochen.

Die Unterbringung erfolgt im „Albergo Alba“ – einem der ersten Häuser am Platze – inmitten der herrlichen Umgebung der Sella- und Lang-Kofelgruppe sowie fast am Fuße des berühmten Marmolada-Massivs.

Als Kosten entstehen für

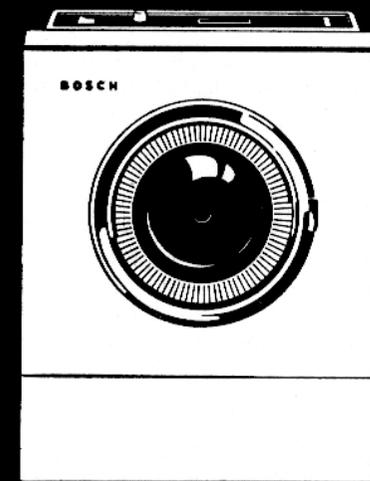
Vollpension, Eisenbahnkosten (Hin- und Rückfahrt einschl. Liegewagengebühr) sowie Bus-Zubringerfahrt Bozen-Canazei und zurück = **480,- DM.**

(Bei evtl Erreichung einer Gruppenstärke von 25 Personen = **460,- DM.**)

Meldeschuß: **10. 11. 1964.**

Alle Kameraden, die an dieser Fahrt interessiert sind, wollen sich bitte schnellstens an obige Adresse wenden. (Rückporto bitte beifügen!) Nähere Einzelheiten gehen dann jedem Interessenten zu.

BOSCH



BOSCH Vollautomat
mit Programm-Taster

HW 1863

Wie wäscht man heute?

Zeitgemäß ist es, alles was im Wäschekorb anfällt, dem BOSCH Wasch-Vollautomaten anzuvertrauen. Dieses neuzeitliche Gerät wäscht jede Gewebart, von der Grobwäsche bis zur Feinstwäsche aus Natur- und Chemiefaser, schonend und doch gründlich.

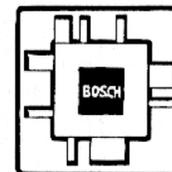
Ein besonderer Vorteil: Sie brauchen nicht viel zu überlegen und keine Schalter mehr einzustellen.

Das Eindrücken des Programm-Tasters ist Ihre ganze Wascharbeit!

15 verschiedene Waschprogramme stehen zu Ihrer Wahl!

Der Waschbeginn kann bis zu 12 Stunden im voraus festgelegt werden!

Das sind nur einige der vielen Vorzüge, die Ihnen ein BOSCH Vollautomat bietet. Sie sollten sich in Ihrem eigenen Interesse beim Fachhandel überzeugen. Der BOSCH Vollautomat ist wirklich etwas Besonderes.



BOSCH
Programm-Taster



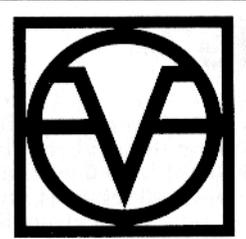
**Besichtigen Sie unverbindlich unsere
BOSCH - Erzeugnis - Musterschau!**

GEORG NOLTE
M i n d e n R u f 5 8 4 1

Dr. Mosel ehrte die besten Sportler

Am 4. Oktober nahmen am Stau von Petershagen bei Graßhoff Motorboot-sportler, Kanuten und Ruderer Abschied von der Saison 1964. Wie gewohnt hielt Dr. Hans Mosel, der 1. Vorsitzende des Rings der Wassersportvereine, eine kleine Ansprache. Anschließend ehrte er die verdienstvollsten Sportler mit Buchgeschenken. Genannt wurden: Gerd Krause vom TV Jahn Minden (Kanu-Abteilung), Horst Rennekamp vom Kanu-Klub Minden, Axel Theine vom Faltboot- und Skiclub Minden, Lothar Rutha vom Kanu-Klub Petershagen, Horst Albrecht vom Wassersportverein Porta, Hans Waßmann vom Wassersport Minden-Oberstadt, Richard Münstermann und Wernfried von Behren vom MTV 1860 Minden (Kanu-Abteilung), Alfred Krückemeier von der DLRG, Dieter Rottwilm vom Motor-Yacht-Club Minden, Karl-Heinz Meyer vom Motorboot-Club Minden, eine Achtermannschaft unter Steuermann Fritz Georg Wentz vom Ruderverein am Besselgymnasium Minden und Alex Sierig vom Mindener Ruderverein.

Nach der Feierstunde verteilten Pioniere vom sPiBtl 110 Minden die traditionelle Erbsensuppe.

	KLISCHEES <i>DOW-Ätzungen</i> <i>Zeichnungen</i> <i>Retuschen</i> <i>Autotypien</i>
	WILHELM VOGT MEISSEN/MINDEN - SCHULTENBRINK 20 TELEFON: 84647

Es hat sich gelohnt

Eineinhalb Jahre steht unser modernes städtisches Hallenbad. Es beherrscht zwar nicht mehr wie im Frühsommer des vergangenen Jahres die Lokalseiten der Mindener Zeitungen, ist deshalb aber nicht etwa in Vergessenheit geraten.

Einige Zahlen zeigen, daß sich die in den Bau gesteckten 2 300 000 DM gelohnt haben. Monatlich besuchen weit über 20 000 Freunde des nassen Elements das Bad, über 1100 lernten in diesem Jahr schwimmen, und hier sind noch nicht all diejenigen enthalten, die mit ihrer Schulklasse oder mit den Bundeswehr-Pionieren Schwimmunterricht erhielten.

Das allein bestätigt unseren Stadtvätern und den Spendern, die sich um den Bau verdient gemacht haben, daß ihr Weitblick und ihr vorausschauendes Denken allein richtig waren.

Clubheim fiel aufs Dach

Der starke Gewittersturm am 15. September hat auch an den Anlagen einiger Mindener Wassersportvereine Unheil angerichtet. Besonders hart wurde der Motor-Yacht-Club (Hafen unterhalb der Weserüberführung) getroffen. Nicht nur der wohl einmalig hohe Fahnenmast (18 m) ging zu Boden, auch das Behelfs-Clubheim, ein gemütlich eingerichteter alter Bus-Anhänger, wurde zerstört. Der Sturm, der kaum eine Viertelstunde wütete, drehte ihn glatt um und warf ihn aufs Dach, mitsamt vier Erwachsenen und einem Kind, die glücklicherweise nur geringfügige Verletzungen davontrugen. Der sonstige Schaden an den Hafenanlagen und dem entleerten transportablen 13 000-l-Schwimmbekken ist vergleichsweise niedrig. Bei dem Anhänger aber lohnt sich die Reparatur nicht mehr, er wird verschrottet.

Außer dem MYC müssen auch die Paddler vom TV Jahn und der Kanu-Klub einige Schäden beheben. Die Jahner hatten noch Glück, ein etwa 30 cm starker und 8 m langer Ast schlug nur anderthalb Meter von ihrem gerade gerichteten Bootshaus auf. Im Dachstuhl verschoben sich nur ein paar Balken, die schnell wieder ausgerichtet sind.

Beim Kanu-Klub, dessen Haus noch mehr unter Bäumen steht als das der Jahner, mußten acht Well-Eternit-Platten ausgewechselt werden. Im neuen Tagesraum richtete das eindringende Wasser besonders Schäden an der Decke an.

Zwei Meter hohe Wellen

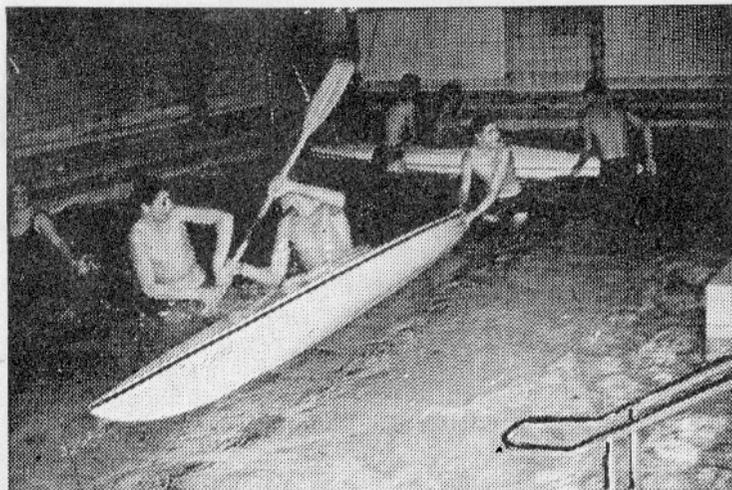
Acht Paddler vom FuS Minden zog es in diesem Jahr hinauf nach Norden, nach Dänemark. Ziel der Fahrt war Aalborg. Leider hielt der Wettergott sich nicht an die Versprechungen im Frühsommer. Regen und Wind, schäumende Gischt auf stellenweise zwei Meter hohen Wellen machten besonders den beiden weiblichen Teilnehmern zu schaffen. So fanden die „Wikinger“ aber zwangsläufig viel Zeit, um Städte und Dörfer, um Land und Leute kennenzulernen. Jede Seite hat eben ihre Vorteile. Außerdem sind aber deutsche Kanuten verhältnismäßig selten in Dänemark, weil – so sagt man – wenig landschaftliche Schönheiten zu finden sind. Wer aber erst einmal selbst dort gewesen ist, wird anders darüber denken und die sanften Hügeln des hier auslaufenden baltischen Höhenrückens nicht so leicht vergessen. Und fällt einmal irgendwo das Wort „Dänemark“, dann wird der ehemalige Besucher sofort an Milch, Sahneeis, braune Kühe, Butter, Eier, Öl (sprich Bier) und unaufdringliche aber stets freundliche und hilfsbereite „Eingeborene“ erinnert.

Eskimotier-Lehrgang im Hallenbad

Durch die Genehmigung der Stadt Minden, das Lehrschwimmbecken im Hallenbad für diesen Zweck zu benutzen, konnte der Faltboot- und Skiclub Minden mit seinem ersten Übungsabend beginnen. Mitglieder des KC Wiedenbrück-Rheda hatten sich in Minden eingefunden, um den FSMLern die ersten Begriffe eines „gekonnten Kenterns“ zu zeigen.

Mit viel Freude ging es an die Arbeit und manch „Trunk“ wurde dem Becken entnommen, aber es wird schon werden, denn es ist noch kein Meister vom Himmel gefallen. Wenn die Kenterrolle dann richtig sitzt, werden für den Fahrtenwart traurige Zeiten beginnen, konnte er doch immer bei einer Wanderfahrt-Kenterung einen „Kentergroschen“ einnehmen. Wird es wohl nach Beendigung der Übungsabende im Verein noch einen „Kentermeister“ geben?

Der FuS will sich nicht nur auf die Ausbildung seiner Mitglieder beschränken. Durch Rundschreiben hat er alle Mindener Vereine zu diesem Lehrgang eingeladen und um eine Teilnehmer-Meldung gebeten, damit die Übungsabende gleichmäßig besucht sind.



Beim Eskimotier-Training im Mindener Hallenbad.

Dieser Ausgabe liegen Prospekte der Firma MÖBEL + CAMPING Wolfgang Schanz und des Verlages J. C. C. Bruns bei. Wir bitten um freundliche Beachtung.

Der Doktorsee stand im Mittelpunkt

Einige tausend Zuschauer aus Rinteln und Umgebung zog das ADAC-Gautreffen am Doktorsee (22./23. August) in seinen Bann. Wie schon angekündigt, hatten sich die Veranstalter ein abwechslungsreiches Programm einfallen lassen. Und so werden die Teilnehmer noch lange an die Vorführungen von DLRG, THW, Modellbootkonstruktoren, Feuerwerk, an die Regatten und die Lampionfahrt zurückdenken.

Möbel kaufen... aber wo?

Unsere große Auswahl macht Ihnen das Kaufen leicht!

- Wohn- und Schlafzimmer
- Polstermöbel
- Küchen
- Teppiche
- Beleuchtungen

Niedrige Preise!

Teilzahlungsmöglichkeiten bis zu 18 Monatsraten

KOPP

Möbel-Kaufhaus

Möbel-Fabriken

495 MINDEN

Bäckerstraße 21-23, Deichhof, Deichhofpassage
und Kaiserstraße 2-4

Volkfest in Gohfeld

mit Fußball, Lampionfahrt und Kanu-Regatta

Am 22./23. August waren die Mindener Kanuten Gast beim KV Bad Oeynhausens anlässlich des von diesem zusammen mit dem Gohfelder FC und dem Gohfelder Musikverein veranstalteten Volksfestes.

Die Veranstaltung begann am Samstagnachmittag mit einem Fußballspiel zwischen dem KV Bad Oeynhausens und dem Kanu-Klub Minden. Bereits im Frühjahr hatten sich die Mannschaften der beiden Vereine in Minden gegenübergestellt, die Kanuten aus der Weserstadt blieben damals 4:1 siegreich. Jetzt sollte nun das Rückspiel den Werrestädtern die Möglichkeit geben, die damalige Niederlage auszubügeln. Um 16.30 Uhr überreichte der 1. Vorsitzende des KVO, Herbert Mauritz, den Gästen aus Minden auf dem Eidinghauser Sportplatz eine kleine Ehrengabe. Danach konnte sein Kollege vom Mindener Kanu-Klub, Werner Netzeband, das Spiel anpfeifen.

Von Anfang ließ die Mannschaft vom Brückenkopf keinen Zweifel aufkommen, wer der spätere Sieger sein würde. Gut vorbereitet führten körperliche Überlegenheit und Schußglück schnell zu einem beruhigenden Vorsprung. 6:1 hieß es bereits zur Pause! Wer dann aber glaubte, die Oeynhausener würden aufgeben und vielleicht einen zweistelligen Sieg zulassen, hatte sich getäuscht. Verbissen griffen die Gastgeber immer wieder an, freilich ohne großen Erfolg. Die massive Abwehr der Mindener ließ nur einen Torerfolg zu. Und da auch der Oeynhausener Schlußmann noch einmal hinter sich greifen mußte, hieß es nach einer ausgeglichenen 2. Halbzeit 7:2 für den Kanu-Klub Minden. Die Torschützen waren: für Oeynhausens Horst Näwy (2), für Minden Rolf Püschel (1), Peter Hoffmann (3), Horst Rennekamp (3).

Heinrich Fromme

495 Minden - Friedrich-Wilhelm-Straße 87



Textilien - Fertigung - Feine Maßschneiderei
DKV-Mützen für Kanuten

Herausgeber: Ulrich Baganski, 495 Minden, Hermannstraße 48, Tel. (0571) 56 31 - Erscheinungsweise 1x vierteljährlich - Die Zeitschrift wird im Offsetverfahren bei der Druckerei J. C. C. Bruns, Minden in Westfalen, hergestellt.

Am Abend des gleichen Tages konnten dann einige tausend Zuschauer die festlich erleuchteten, langsam die Werre hinuntertreibenden Boote bewundern. Ähnlich wie beim „Blauen Band“ in Minden, allerdings nicht im selben großen Ausmaß, hatten die Kanuten von Werre und Weser ihre „Kähne“ mit Lampions und Kerzen geschmückt. Großer Beifall belohnte die Wassersportler für ihre Arbeit, die zusammen mit dem anschließenden Feuerwerk und dem Tanz in den Festzelten den Tag zu einem Erlebnis werden ließen.

*Alles
aus einer
Hand!*

Möbel in großer Auswahl

Teppiche, Bettumrandungen, Läufer, Gardinen, Decken aller Art, Oberbetten, Kopfkissen, Zierkissen, Bilder, Wandschmuck, Dekorations-Artikel, Tisch- und Wanduhren, Beleuchtungskörper, Öfen, Elektro-Groß- und Kleingeräte

ganz groß in Rundfunk und Fernsehen

mit gut organisiertem

Kundendienst bei ortsüblichen Preisen **ohne Wegegelder**

EINRICHTUNGSHAUS

MÖBEL-SCHMIDT · MINDEN (WESTF.)

Ritterstraße 28 und Neuplatz beim Bahnhof

Am Sonntagmorgen startete dann auf der gestauten Werre die kleine Regatta, die gleichzeitig zu einem Vergleich zwischen den beiden befreundeten Vereinen wurde. Die Gastgeber, im Fußball unterlegen, revanchierten sich dafür auf dem Wasser. Allerdings muß man den Mindenern zugute halten, daß sie keinerlei praktische Rennsporterfahrung haben. Überraschend wie schon so oft Aribert Dekens (s. a. Titelbild Nr. 1/64).

Die Siegerlisten:

Einer-Rennen: 1. Dekens (KV Oeynhausens) 1,34; 2. Jakschitz (KV Oeynhausens) 1,37; 3. Cors (KV Oeynhausens) 1,40. Zweier-Rennen: 1. Meyer/Netzeband (KK Minden) 1,46; 2. Rennekamp/Kinkelbur (KK Minden) 1,47. Einer-Canadier: 1. Weiß (KV Oeynhausens) 1,72; 2. Jakschitz (KV Oeynhausens) 1,84. Zweier-Canadier: 1. Kram/Meier (KV Oeynhausens) 1,82; 2. Jakschitz/Meier (KV Oeynhausens) 1,86.

MYC fuhr nach Hiddenserborn

Selten so viel Spaß wie am 13. September hatten die Sportler vom MYC auf ihrem Ausflug nach Hiddenserborn. Zwar fuhren die Kameraden vom Mindener Automobil-Club nicht mit, trotzdem wird die Fahrt allen Teilnehmern in guter Erinnerung bleiben. Der Wettergott hatte durch strahlenden Sonnenschein seinen Segen gegeben.

Wassersportzentrum für das Mittelwesergebiet

Die Gemeinde Eystrup (Weser-km 292) hat große Pläne. Sie will ihre Lage nutzen und sich in den nächsten Jahren zu einem Wassersportzentrum für den ganzen nordwestdeutschen Raum entwickeln. Ein 14 Hektar großes Kiesloch soll ähnlich wie in Rinteln das Vorhaben entscheidend stützen.

Die Siede wird weiter ausgebaut

Naturfreunde werden es bedauern: die Siede, ein kleiner Nebenfluß der Großen Aue (diese mündet bei Weser-km 263) wird ausgebaggert, das Flußbett reguliert und damit jedem Wander-Kanuten die Lust am Befahren genommen. 300 000 cbm Erde werden bewegt, 850 000 DM wird der in Angriff genommene erste Abschnitt kosten. Insgesamt werden 1,3 Millionen DM in die Regulierung des Fließchens gesteckt.

FÜLLHALTER UND BRIEFPAPIER
POESIE- UND FOTOALBEN · KALENDER FÜR 1965

ERNST SCHANDER

HUFSCHMIEDE 3

Die Rintelner Ruderer errangen erste Erfolge

Im Rahmen des Gau-Treffens des ADAC am Doktorsee konnte die junge Rintelner Rudermannschaft ihre ersten Erfolge erringen. Auf der 800 m langen Strecke gewannen sie zwei beachtliche Siege gegen ihre Hamelner Rivalen.

Yachthafen am Doktorsee?

Der ADAC Niedersachsen hat erste, unverbindliche Besprechungen über den Bau eines Yachthafens in oder am Doktorsee geführt. Das Vorhaben wird von der Stadt Rinteln und der Doktorsee-GmbH. unterstützt.

Für Camping und Erholung



Schwiering's Wochenendkonserven

Prämiert auf deutschen
und internationalen Ausstellungen

Heinrich Schwiering · Fleischermeister

Minden/Westfalen · Scharn 8 · Telefon 6280

Simeonstraße 4-6

Barkhausen · Portastraße 54 · Telefon 7065

Dr.-Faust-Halle am 15. September eingeweiht

Nach dem Gründer des ersten niedersächsischen Turnplatzes und des Vorkämpfers für regelmäßige Leibeserziehung an den Schulen wurde die neue Bückeburger Turn- und Schwimmhalle „Dr.-Faust-Halle“ genannt. Sie enthält neben den üblichen Sporteinrichtungen ein Hallenbad, zu dem man der sportfreudigen Stadt am Harri nur gratulieren kann.

Steinhude baut eine Badeinsel

Der Flecken Steinhude hat sich viel vorgenommen: er will die Promenade von jetzt 600 auf 3000 Meter verlängern und außerdem eine 20 000 bis 30 000 Quadratmeter große Badeinsel auf dem „Lindehop“ bauen. Gleichzeitig sollen aber auch die Zufahrtswege nach Steinhude weiter verbessert werden.

Das „Festliche Wochenende“ zog 7000 Zuschauer an

Anfang September (5./6.) veranstaltete der Steinhuder Verkehrsverein sein „Festliches Wochenende“. Herrliches Spätsommerwetter und hervorragende Organisation, zahlreiche Mitwirkende und ein großes Feuerwerk werden die Besucher noch lange an dieses Erlebnis erinnern – und die schönen Stunden nicht vergessen lassen.

Wintertraining - aber wie?

Einen folgerichtigen Ausgleich zum Wassersport in den Wintermonaten zu schaffen, ist auf Anhieb nicht immer ganz einfach. Dennoch, das Wort Training gibt a) die Möglichkeit und zeigt b) gleichzeitig die Problematik der oft umstrittenen Winterarbeit auf. Daß trainiert werden muß, wird selbst der kühnste und talentierteste Optimist einsehen, um in der Saison zu den erhofften Erfolgen zu kommen. Es wären also lediglich die Fragen wann mit dem Training begonnen und wie trainiert werden soll, zu prüfen. Zur Beantwortung der soeben dargelegten Fragen kann selbstverständlich kein allgemein gültiges, gleichsam erfolgversprechendes Rezept geliefert werden. Es kann auch nicht erörtert werden, ob es für den Einzelnen vorteilhafter oder gar nachteiliger ist, sich einem, oft von fremder Hand, aufgestellten Trainingsplan, gewissermaßen als Rahmenordnung, zu unterwerfen. Es soll daher hier nur eine Möglichkeit als Wegweiser aufgezeichnet werden. An jeder Stelle kann dieser Vorschlag nach Bedarf und persönlicher Erfahrung erweitert bzw. gekürzt werden.

SPITZENLEISTUNGEN

Foto-Kino
Spezial-
Geschäft

PHOTO=
Kühne

auf allen Gebieten der Fotografie und
des Schmalfilms finden Sie bei uns - im

Inh. H. Ehlert, Bäckerstr. 48, Ruf 2664

FACHMÄNNISCHE BERATUNG - ERSTKLASSIGER KUNDENDIENST

Die Frage des „Wanns“ ist verhältnismäßig leicht zu beantworten. Nach einer kurzen Übergangszeit zum Ende der Saison sollte mit leichtem, unter Umständen sogar spielerischen Übungen begonnen werden. Nicht die Leistung steht zu diesem Zeitpunkt im Vordergrund, sondern die Bewegung. Der Organismus hat sich auf einen völlig neuen Rhythmus einzustellen. Das Kriterium der gesamten Winterarbeit liegt im „Wie“. Jeder hat „seine Methode“, auf die er schwört und daher auch meistens nur als einzig richtige anerkennt. Mangelnde Einsicht und leider auch manchmal Selbsttäuschung tragen dazu bei, den Knoten des „Wies“ statt zu lösen, zu festigen. Trotzdem sei nachstehend der Versuch eines Vorschlages unternommen. Von den bereits erwähnten leichten Übungen ausgehend, wobei dem Laufen besondere Aufmerksamkeit zu schenken ist, muß entsprechend des Zeitfortschrittes eine Steigerung der Leistung im Training erfolgen. Ein ausgezeichnetes Gerät ist dem Leistungssportler in der Hantel gegeben. Während etwa bis zum Jahreswechsel die Arbeit an der schweren Hantel

(60 kg) vorzuziehen ist, sollte im folgenden die leichte Hantelarbeit (35 kg) in den Vordergrund rücken. Die reinen Kraftübungen mit der schweren Hantel sind nicht mehr erforderlich. Die erworbene statische Kraft muß jetzt in Schnellkraft umgewandelt werden. Später, im Rennen, kommt es darauf an, beispielsweise im Spurt oder Start seine Kraft plötzlich voll einsetzen zu können.

Ebenso wichtig wie die Arbeit an der Hantel ist die von vielen Leistungssportlern oft mitleidig belächelte oder für überflüssig gehaltene Körperschule. Den Körper zu beherrschen, ist die große Kunst, die nur von wenigen Sportlern in die Tat umgesetzt werden kann. Wer sie jedoch beherrscht, zählt zu den Erfolgreichen im Wettkampf.

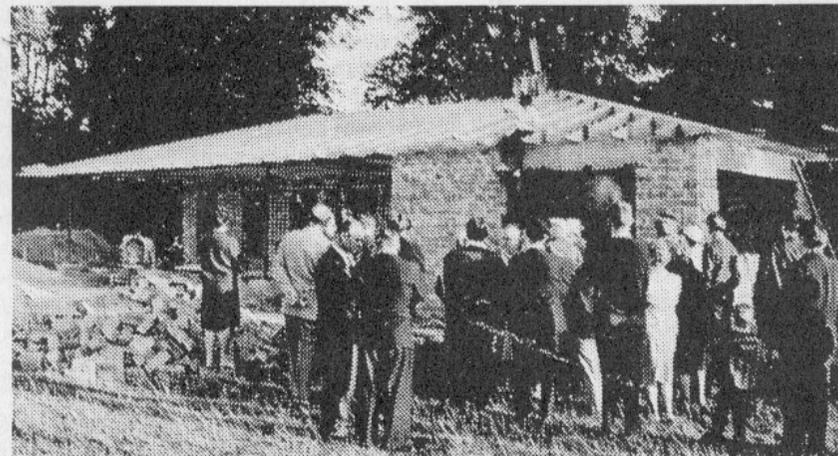
Zusammengefaßt kann gesagt werden: Der Leistungssporttreibende Wassersportler sollte im eigenen Interesse

1. viel laufen
2. ein gewisses Krafttraining betreiben
3. die Körperschule nicht vernachlässigen

Diese drei Hauptpunkte können durch turnerische Übungen, Schwimmen oder durch Leichtathletik aufgelockert bzw. umrahmt werden.

Abschließend sei noch erwähnt, daß nicht der einmalige Trainingsabend im Monat allein nützt, sondern daß nur gleichmäßiges und ausdauerndes Üben zum Erfolg führt.

K. Wenke



Die Kanu-Abteilung des TV Jahn richtete ihr Bootshaus

Am 12. September konnten die Paddler des TV Jahn ihr Bootshaus richten. Mit großem Idealismus hat man den Bau gewagt, fast täglich waren die Mitglieder da und zogen „ihr“ Haus hoch. Der Leiter der Kanu-Abteilung, Heinrich Fromme, kann auf seine Gruppe wirklich stolz sein.

1. Kanu-Hindernis-Regatta

41 Teilnehmer kämpften um den Pokal des Rings der Wassersportvereine

Unter guten Vorzeichen stand die 1. Kanu-Hindernis-Regatta, die der Kanu-Klub Minden am 13. September ausrichtete. 41 Fahrer aus acht Vereinen wurden im Abstand von 2 Minuten auf den 3 km langen Rundkurs geschickt, den unsere Zeichnung veranschaulicht. Es war ein hartes Rennen! Gerade das Richtige für Jungens. Aber auch zwei Mädchen, Ilse Thielking vom FuS Minden und Irmtraud Meier vom KV Bad Oeynhaus, stellten sich den Kampfrichtern und schnitten sogar hervorragend ab. Während die jüngere Ilse Thielking einen guten Mittelplatz belegte, konnte sich Irmtraud Meier dank ihrer sicheren Bootsbeherrschung den zweiten Platz in der Gesamtwertung und gleichzeitig in ihrer Gruppe erobern. Sie erhielt allerdings als weibl. Teilnehmerin eine 20prozentige Zeitgutschrift.

Wie schon erwähnt, wurde in zwei Gruppen gestartet, getrennt nach Gewicht bis 65 kg und über 65 kg. Interessant ist dabei, daß die leichtere Gruppe A nicht nur allgemein schneller war, sondern auch mit ihren drei besten Fahrern gleichzeitig die drei ersten der Gesamtwertung stellte. Sollte hier die schlanke Linie den Ausschlag gegeben haben?

Die Teilnehmer starteten 200 m oberhalb des Bootshauses des Veranstalters und mußten zunächst bis zur Weser-Straßenbrücke gegen den Strom auf die andere Seite fahren. Hier (an der Schlagde) befanden sich 14 Slalomtore, die nur von wenigen fehlerlos bewältigt wurden. Nach dieser Geschicklichkeitsfahrt mußte zügig stromab bis zum Zubringer gepaddelt werden. Dann ging's im Laufschrift mit dem Boot hinauf zum Kanal, wieder hinein ins Boot und so schnell wie möglich auf die andere (rechte) Weserseite. Von hier aus mußte das Boot wieder zur Weser nach unten gebracht werden. Nach dem Einsetzen begann der schwerste Streckenabschnitt, gut einen Kilometer mußte gegen den Strom wieder zurück zum Ausgangspunkt gefahren werden. Hier entschied die Kondition. Und bei der guten Besetzung kam es auf jede Minute an.

Auch der **Wassersportler** hat Freude an **Eis** und **Schnee**!

Die **Ausrüstung** hierfür: Skibretter,
Skikleidung, Skistiefel, Eislaufkomplets aus dem

SPORTHAUS
Ellemann
Minden (Westf.) · Bäckerstr. 62 · Ruf 2704

Die Regatta sollte aber nicht nur die Stärke des Bizeps prüfen, der Teilnehmer sollte auch beweisen, daß er mit wachem Verstand und offenen Augen durch die Welt geht. Jeder mußte nämlich nach seinem Rennen noch 10 Quiz-Fragen beantworten. Wer weiß z. B., das Limburg an der Lahn nicht durch den berühmten Käse, der aus Holland kommt, sondern durch seinen Dom berühmt ist? Oder wer kann auf Anhieb sagen, was ein Hellegatt ist? Manch einer schwitzte bei den Fragen mehr als bei dem eigentlichen Rennen! Als Einlage führten einige Kanuten die von den Eskimos übernommene Kenterrolle vor, während sich andere fertigmachten zum Fischerstechen. Bei diesem muß der im Zweierfaltboot stehende Gegner mit einer langen, schaumgummigepolsterten Bambuslanze ins Wasser gestoßen werden, was natürlich immer ein paar blaue Flecke und (beim Publikum) große Schadenfreude auslöst.

Kaiser & Knoke

Minden (Westf.) 2 · Friedrich-Wilhelm-Straße 5 · Ruf 84324

Eisenwaren · Werkzeuge

Haus- und Küchengeräte · Öfen · Herde

ANGELSPORT-GERÄTE

Vor der Siegerehrung gaben Pioniere der Bundeswehr das Mittagessen aus, das so gut und reichlich war, daß kaum einer Nachschlag holen konnte. Es gab nämlich Schweinerollbraten!

Nach dem Essen wurde die Siegerehrung vorgenommen. Der 1. Vorsitzende des Rings der Wassersportvereine um die Porta Westfalica, Dr. Hans Mosel, überreichte dem Gesamtsieger, Horst Rennekamp vom Kanu-Klub Minden, den vom Ring gestifteten wertvollen Pokal und wies in einer kurzen Ansprache auf die Bedeutung dieser Regatta hin, der er eine große Zukunft voraussagte. Es sei erstaunlich, wie viele Teilnehmer sich zu diesem ersten Versuch gemeldet hätten. Es war ein Anfang, der zu großen Hoffnungen Anlaß gäbe.

Die Ergebnisse der Regatta:

Gesamtwertung: 1. Horst Rennekamp (KK Minden); 2. Irmtraud Meier (KV Bad Oeynhaus); 3. Ingo Ahrens (KK Minden).

Einzelwertung Gruppe A: s. Gesamtwertung.

Einzelwertung Gruppe B: 1. Rolf Brinkmann (KC Bünde); 2. Norbert Linke (KK Herford); 3. Günter Vocke (KV Bad Oeynhaus).

Fischerstechen: 1. Rennekamp/Kinkelbur (KK Minden); 2. Hoffmann/Petring (KK Minden/KC Bünde); 3. Kampmann/Frobert (KK Minden).

Eine Faltbootfahrt

(nach der Melodie:
Eine Seefahrt, die ist lustig)

1. Eine Faltbootfahrt ist lustig,
eine Faltbootfahrt ist fein,
Mensch, was kriegste auch nicht alles
in den Gummikreuzer rein:
2. Stühle, Tische, Betten, Zelte
und 'ne konservierte Sau,
schließlich zwängt sich durch die Luke
noch 'ne dralle Kanufrau.
3. Doch was achterlich so wimmert,
das ist nicht der Segelwind,
nein, das ist die Spantentasche,
drinnen japst ein Kanukind!
4. Hast Du dann nach vielen Mühen
halb vollendet deine Tour,
ist dein Hintern eingeschlafen
und dir fehlt 'ne Weckeruhr.
5. Und drum fährste schnell ans Ufer,
setzt die Beine mal in Trab,
doch derweilen reißt die Leine,
und dein oller Kahn schwimmt ab.
6. Erstens fluchste, zweitens schwimmste,
und dann holst du dir den Kahn;
mit der Kanubraut indessen
schmust ein Ruderergalan.
7. Und willst du ihm an den Kragen,
und du bist ihm eben nah,
sieh, da war's ein ganzer Achter,
und der ruft: „Hipp, hipp, hurra!“
8. Endlich seid ihr dann am Ziele,
und vor Kohldampf schwitzt du Blut;
liegt dein Kocher nicht im Boote,
liegt er doch im Bootshaus gut!
9. Doch zum Zorn bist du zu hungrig,
und zum Prügeln noch zu matt,
und derweilen kommt ein Regen,
und der kühlt dich vollends ab.
10. Endlich liegt ihr dann im Zelte,
und nun schnarchste, was de kannst,
bis 'ne spitze Tellerscherbe
seitlich anbohrt deinen Wanst.
11. So vergehn die Schäferstunden,
die Matratze, sie läßt Luft,
und du wünschtest nur, du hättest
den Verkäufer hier, den Schuft!
12. Anderntags kommt der Pächter
und vertreibt dich von dem Plan,
und was bleibt dir andres übrig,
wieder packste deinen Kahn!
13. Talwärts läßt man sich jetzt treiben,
plötzlich ist gespannt dein Ohr,
auf dem Flusse angetreten,
singt der ganze Bootshauschor:
14. Eine Faltbootfahrt ist lustig,
was man am Gesang erkennt,
doch ein richtiger Sonntagspaddler
der verpennt das Wochenend.
15. Trotzdem woll'n wir weitersingen
durch die Jahre fort und fort,
dreimal hoch sie sollen leben
Wanderfahrt und Kanusport!!

Wehrpflichtige

können anstelle des **Grundwehrdienstes** 18 Monate
Dienst im **Bundesgrenzschutz**, der vollmotorisierten
Polizeitruppe des Bundes, als **Bundespolizeibeamte**
ableisten.

Auf Wunsch Verlängerung des Beamtenverhältnisses möglich.
Einstellung im Alter zwischen 17 und 24 Jahren.

Bewerbungsunterlagen und Auskünfte unverbindlich durch
die Grenzschutzkommandos in

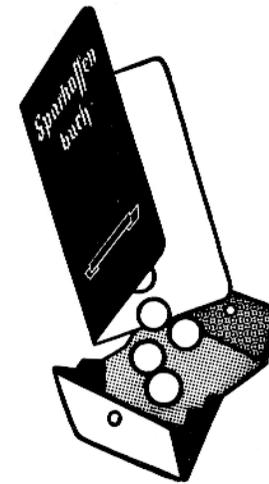
8 München 13, Postfach 34 · 3 Hannover-N, Postfach



Bundesgrenzschutz

24 Lübeck, Postf. 1855 · 35 Kassel-Wilhelmshöhe, Postf. 49

Wer
spart-
hat immer
Geld



STADTSPARKASSE MINDEN