

## Wochenprogramm 2026 (Sommer\*) – Kanu-Club Konstanz e.V.



Bitte mindestens 15-30 Minuten vor der Abfahrtszeit da sein! Anmeldung für Neumitglieder (Punktekarte) erwünscht, sofern nicht anders beschrieben.

Start am Steg	Ausfahrt	Verantwortliche(r)
Montags 18.30 Uhr	<b>„Sunset-Canoeing“</b> <i>Anspruch +</i> Geruhsam in den Sonnenuntergang, je nach Kondition bis zum Gottlieber Ried oder auf der anderen Seite bis zu einer der Fontänen (außer bei Regen oder Starkwindwarnung).	Konstantin Socas konsal(ätt)gmx.de
Dienstags 18.00 Uhr	<b>„Surfski-Ausfahrt“</b> <i>Anspruch ++</i> Für diejenigen, die schon die Surfski-Einführung absolviert haben und nun Paddelerfahrung sammeln wollen. Neue Interessierte bitte anmelden!	Paul Sorgius jugendreferent(ätt)kanu-club-konstanz.de
Dienstags 18.30 Uhr	<b>„Kulinarischer Dienstagstreff“</b> <i>Anspruch ++</i> Für alle Tourenpaddler und diejenigen, die es gerne werden wollen. Nach dem Paddeln sitzen wir dann noch gemütlich beim Grillen an der KCK-Grillstelle. Der Dienstagstreff findet bei jedem Wetter statt, nur gehen wir nicht bei jedem Wetter aufs Wasser!	Heike Wawersich, Rita Nassen & Martin Lomberg PN 0176 2413 2054
Mittwochs 18.00 Uhr	<b>Jugendtraining</b> <i>Anspruch +</i> Für Jugendliche ab ca. 12 Jahren, Anfänger und Fortgeschrittene; Start nach den Osterferien.	Helmut Sorgius jugend(ätt)kanu-club-konstanz.de
Mittwochs 18.00 Uhr	<b>„Schorle Gruppe“</b> <i>Anspruch +</i> Zwischen Pfingsten und Mitte September. Für alle, die gerne noch ein wenig Unterstützung bei ihren ersten Paddelschlägen wollen. Neumitglieder nur nach Anmeldung (mind. 1 Tag vorher)! Außer bei Regen oder Starkwindwarnung. Anschließend Schorle.	Sabine Sulzmann & Thomas Hess schorle(ätt)kanu-club-konstanz.de
Donnerstags 18.00 Uhr	<b>„Sportliches Drachenboottraining“</b> <i>Anspruch +++</i> Wettkampforientiertes Drachenboot-Training.	Tom Maier drachenboot(ätt)kanu-club-konstanz.de
Sonntags 18.00 Uhr	<b>„Drachenbootausfahrt für Jedermann“</b> <i>Anspruch +</i> Drachenboot für alle, die mal Teamsport ausprobieren möchten.	Tom Maier drachenboot(ätt)kanu-club-konstanz.de

### Individuelle Paddelangebote (Termine nach Vereinbarung)

<b>Surfski-Training</b> <i>Anspruch ++</i> Handhabung an Land und auf dem Wasser, Training für Surfski-Interessierte, Anfänger wie Fortgeschrittene.	Juris Reksans surfski(ätt)kanu-club-konstanz.de PN 0157 7298 8309
<b>Junge Gruppe</b> <i>Anspruch + bis +++</i> Die Gruppe richtet sich an junge Erwachsene zwischen 20 und 30 Jahren, die Lust auf gemeinsame Erlebnisse und neue Kontakte haben.	Sophie Bollinger, Jonathan Wientges und Paul Sorgius sophie.bollinger(ätt)web.de jugendreferent(ätt)kanu-club-konstanz.de
<b>Paddeln mit Thomas</b> <i>Anspruch +</i> Neumitglieder, die noch einen Stempel benötigen, können diesen hier bei einer individuellen Ausfahrt erhalten.	Thomas Hess thomas.hess(ätt)kanu-club-konstanz.de

\*Sommersaison von April bis Oktober, genaue Daten auf Anfrage bei den jeweiligen Verantwortlichen.

## Winterprogramm – Kanu-Club Konstanz e.V.



Anmeldung für Neumitglieder (Punktekarte) erwünscht, sofern nicht anders beschrieben.

Start	Programmpunkt	Verantwortliche(r)
1.+3. Dienstag im Monat 19.00 Uhr	<b>„Kulinarischer Dienstagstreff“</b> Für alle Tourenpaddler und diejenigen, die es gerne werden wollen. Zur Winterzeit trifft man sich an jedem ersten und dritten Dienstag eines Monats ab 19:00 Uhr im Clubhaus zum Kochen.	Heike Wawersich, Rita Nassen & Martin Lomberg PN 0176 2413 2054
Dienstags	<b>Training in der Sporthalle</b> <i>Anspruch ++</i> Indoor Ausdauer- und Krafttraining für alle, die fit bleiben wollen für die nächste Saison. Nähere Infos auf Anfrage.	Tom Maier drachenboot(ätt)kanu-club-konstanz.de
Donnerstags	<b>Training in der Sporthalle</b> <i>Anspruch ++</i> Indoor Ausdauer- und Krafttraining für alle, die fit bleiben wollen für die nächste Saison. Nähere Infos auf Anfrage.	Tom Maier drachenboot(ätt)kanu-club-konstanz.de
Sonntags 16.00 Uhr	<b>„Drachenbootausfahrt für Jedermann“</b> <i>Anspruch +</i> Winter-Drachenboottraining für alle, die in der kalten Jahreszeit kentersicher unterwegs sein möchten.	Tom Maier drachenboot(ätt)kanu-club-konstanz.de

### Monatliche oder unregelmäßige Winter-Termine

<b>Hallenbad-Training</b> <i>Anspruch + bis +++</i> Über Hallenbadtermine im Winter (etwa November bis März) wird auf der Homepage informiert, siehe Artikel und Ankündigungen im Herbst und Winter. Ein idealer Ort, um in einer geschützten Umgebung verschiedene Sicherheitstechniken zu erproben, zu erlernen, zu vervollkommen. Stützen, Kentern ohne Panik, ruhiger Unterwasserausstieg, Wiedereinstieg im Wasser mit und ohne Partner, Rolle erlernen.	Helmut Sorgius helmut Sorgius(ätt)kanu-club-konstanz.de
<b>Winterpaddeln</b> <i>Anspruch +++</i> Monatliche Ausfahrt für geübte Tourenpaddler mit Trockenanzug oder geeignetem Kälteschutz. Termine werden meist im November oder Dezember bekanntgegeben, siehe Homepageartikel.	Verena Blattmann schluessel(ätt)kanu-club-konstanz.de

Wintersaison von November bis März, Sommersaison von April bis Oktober, genaue Daten auf Anfrage bei den jeweiligen Verantwortlichen.