

P. P.  
8000 Zürich



- 5. Juni 1991  
**WVZ**

**welle**

NR. 15 / JUNI 91

Offizielles Organ des Wasserfahrvereins Zürich WVZ  
SATUS: Wasserfahrvereinigung der Schweiz  
Sektion: Schweizerischer Kanuverband SKV

Redaktionsschluss:  
Nr.16 Mitte August  
Nr.17 Mitte November

Redaktion : Georges Steinmann  
Brüderhofweg 49 8057 Zürich

## Das Wort des Präsidenten

Einmal etwas Anderst!

### SPORT UND GESUNDHEIT.

Bibliotheken füllende Literatur ist in den letzten Jahren geschrieben worden über die Bedeutung der Körperlichen Betätigung und des Sportes in der Gesundheitserhaltung oder Krankheitsverhinderung. Nicht erfüllbare Maximalforderung sind neuerdings an unseren Alltag angepasst worden, sodass auch ich mit 50 Jahren mithalten kann. Freude am Sport kommt meist weniger aus dem Verlangen heraus, etwas für seine Gesundheit zu tun, als aus dem Bedürfnis nach Erlebnis und Natur, Kameradschaft oder Körperliche Forderung und Erschöpfung. Spass an der Sache ist Voraussetzung, sonst halten wir kaum durch. "Sport ist gesund" darf nicht grenzenlos betrieben werden, sonst landen wir in der Unfallstatistik ( besonders beim KANU-WILDWASSERFAHREN.)

Und doch wollen wir nebenbei mit Sport auch unsere Gesundheit erhalten oder wieder verbessern. Die beste Grundlage dazu bietet ein Ausdauertraining mit regelmässiger Ausübung und aufbauende Intensität. Folgende Auswirkungen auf die Gesundheit, bei konsequentem Ausdauertraining sind nachgewiesen.

+Verbesserung der seelischen Stimmungslage und des allgemeinen Wohlbefindens.  
+Verbesserung der Fliesseigenschaften des Blutes in den kleinen Blutgefässen und Abnahme der Thrombosetendenz der Blutplättchen.  
+Günstige Beeinflussung des Fettstoffwechsels (nur bei hoher Trainingsintensität.)  
+Abbau von anderen Kreislauf - Risikofaktoren (Nikotin, Fehlernährung, Übergewicht.)  
+Erhöhte O<sub>2</sub> - Aufnahmekapazität der Muskulatur.  
+Oekonomischere Arbeitsweise des Herzmuskels.

Alle diese Veränderungen führen nach (jahre!)langem Ausdauertraining zu einer Abnahme der Arteriosklerosebildung und damit zu einem verringerten Herzinfarktisiko. Dies ist insbesondere nachgewiesen bei Personen, die bereits an einer Erkrankung der Herzkranzgefässe leiden.

Motto über 35 Jahre: Es ist nicht zu spät um wieder anzufangen.

Motto unter 35 Jahre: Ich mache vielleicht weniger Sport als früher, aber höre nicht auf.

## WER MEINT HANS EHNI SEI KEIN KANUFAHRER DER IRRT SICH!

### Eidgenössisches Jugendlager Tennero.

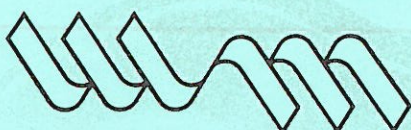
1974 wurde das erste Ju-La in Tavanasa vom Schreibernden, zusammen mit Peter Heuberger und Hans Bohnenblust durchgeführt. Das 2. dann in Spanien, ab dem 3. Ju-La wurden alle weiteren in Tennero abgehalten wobei mir Hans Ehni und Alex Jacobi zur Seite standen. Seit 76 hatt Hans nicht EINES ausgelassen. 1985 konnte ich Es, dem SKV Touren-Chief Noldi übergeben. Ab 1991 ist die Tennero Lagerleitung bereits in der 3. Generation, ich wünsche dem neuen Leiter nur das Beste und ebensoviel Spass wie seine Vorgänger es hatten. Hans ist wieder dabei, wie immer in SEINER TOLLEN ROLLE ALS "FELDWEIBEL" BRAVO!



Es darf auch einmal etwas locker sein...

Das Tennero Jugendlager 1991!

findet dieses Jahr vom 28. Juli bis 3. August statt. Anmeldungen und Auskünfte sind zu richten an Carlo Specker Nautilus Fitness-Center Wallisellenstr. 333 8051 Zürich  
Telefon 01/ 321 33 00 baldmöglichst.



JUNIOR WORLD CHAMPIONSHIPS '90  
WHITEWATER  
GRISONS-13-22 JULY  
SWITZERLAND

Bericht des Ressortleiters (Wettkampf - Technik) über die WM im Bündnerland vom 13.-22. Juli 1990, und des Abschlussabends im Bootshaus WVZ Letten. (im November) Fast alle der geladenen Helfer, vom WVZ ZH 21, vom KC ZH 4, vom FCW 6, sind meiner Einladung, zu einem gemütlichen Hock mit wenigen Ausnahmen gefolgt, anwesend waren insgesamt 22 Helfer. (Nach inoffizieller Meinung des Kochs, weniger des verdienten Dankes, den der SKV Präsident H.U. Clerici im Laufe des Abends überbrachte, als des angekündigten Essens wegen. Es gab Spagetti mit div. Zutaten wie Frute di Mare, Tomatensauce, Muscheln à la Provençiale plus Wein und Mineral.

Als Koch und Organisator muss ich sagen: Was da gegessen wurde war rekordverdächtig um ins Buch der Rekorde eingetragen zu werden. 4 kg Spagetti sammt allen Zutaten wurden verdrückt, so dass für mich nur noch die leeren Pfannen übrig blieben.

An dieser Stelle möchte ich mich nochmal herzlich bei allen unseren Helfern bedanken, welche in den 2 Jahren der Vorbereitung über 3000 Stunden im Einsatz waren. Ein ganz spezieller Dank geht an die Kameraden H.R.+D. Aeschbach, C. Thyrling, M. Braun, Ph. Schilde und natürlich an Hans Ehni unseren grossen alles in den Schatten stellenden Champfer. Verzeit mir, um alle namentlich zu nennen ist dieser Artikel leider zu klein. Nochmals herzlichen Dank. Für mich, wird diese WM 90 und der gemütliche Abend unvergessen bleiben.

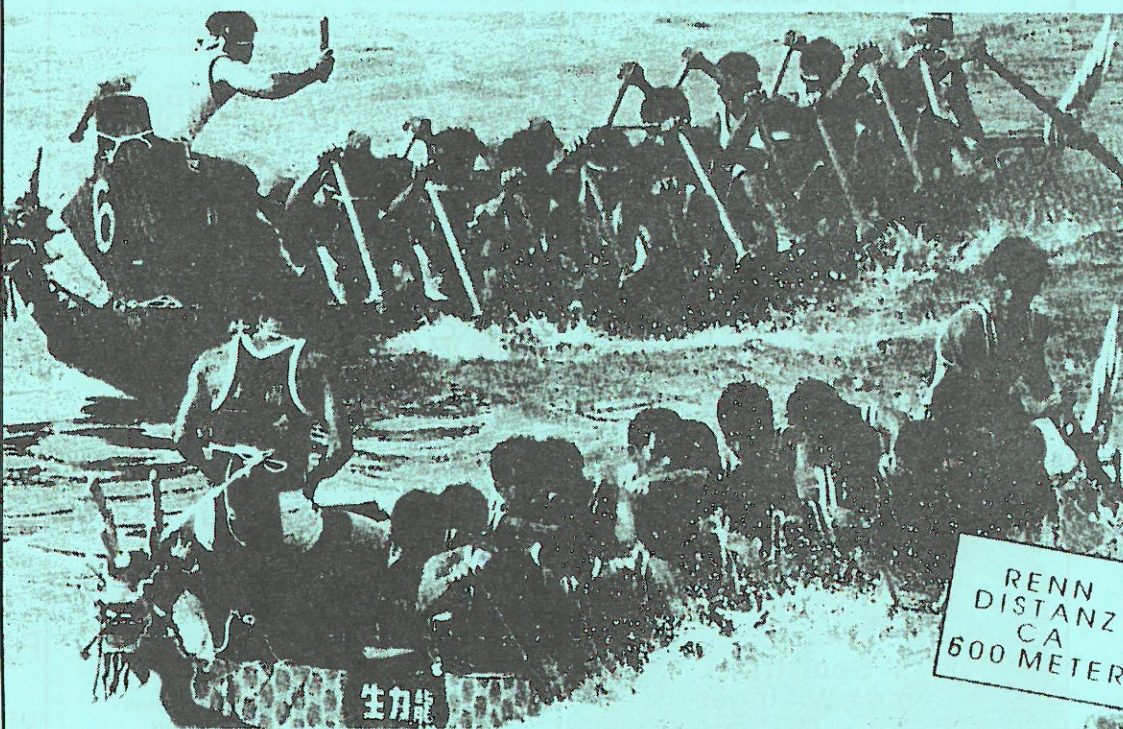
Es grüsst Alle aufs Herzlichste,  
Euer Georges Steinmann.

# Züri Fanicht

5.-7. Juli 91

DER WVZ SUCHT MITWIRKENDE!

DRACHENBOOTRENNEN  
AUF DEM ZÜRISSEE.  
6. UND 7. JULI



RENN  
DISTANZ  
CA  
500 METER

Intressenten wollen sich bei Adriano melden, der Redaktor denkt dabei an ALLE die noch EINEN drauf haben, vor allem \* DIE EHEMALIGEN WETTKAMPFER.\*

## STEUERLEUTE DES VEREINSKANADIERS

**PRÄSIDENT:**  
Jörg Nagel  
Badenerstr. 41 8004 Zürich  
P: 910 86 89 G: 241 10 66

**VIZEPRÄSIDENT:**  
Tomas Prachensky  
Postfach 191 8125 Zollikerberg  
P. 391 78 94

**KASSIER:**  
Peter Hug  
Im Ghei 8634 Hombrechtikon  
P: 055/ 42 46 05

**TOURENCHIEF:**  
Marchel Eichenberger  
Meierwiesenstr. 55 8107 Buchs ZH  
P: 844 50 48 G: 251 23 83

**BOOTSHAUSWART LETTEN:**  
Hans Ehni  
Wannerstr. 39 /100 8045 Zürich  
P: 461 63 51 G: 251 23 83

**MATERIALVERWALTER:**  
Ivan Prachensky  
Postfach 191 8125 Zollikerberg  
G: 318 25 32 P. 391 78 94

**AKTUAR:**  
Alexander Jacobi  
Ackerstr. 44 8005 Zürich  
P: 273 03 19 G: 052/ 262 65 54

**WETTKAMPFTRAINER:**  
Adriano Marchesi  
Dorfstr. 18 8108 Dällikon  
P: 844 51 48

**REDAKTOR:**  
Georges Steinmann  
Brüderhofweg 49 8057 Zürich  
P: 363 14 84

**BOOTSHAUSWART SCHANZENGRABEN:**  
René Scheidegger  
Schachenstr. 4 8907 Wettswil  
P: 700 32 98

**BOOTSHAUS LETTEN TELEFON:**  
01/ 361 35 98  
Wasserwerkstr. 149 8037 Zürich

**INFOTELEFON OBER TOUREN:**  
01/ 844 51 43

**JUGENDBETREUER:**  
Vakant



## NICHT OHNE SKV FLUSSFÜHRER

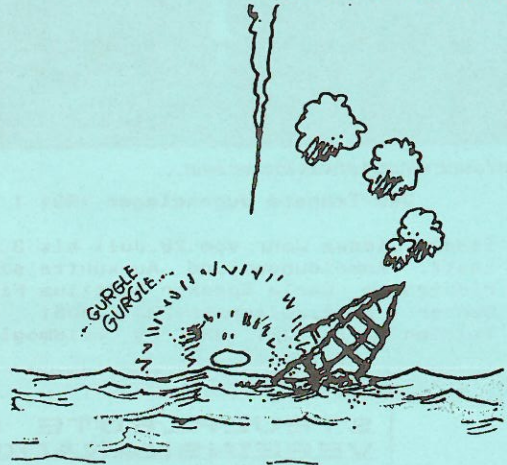


### NEUER SKV FLUSSFÜHRER I

Der neue Flussführer ist nun endlich erschienen. Er enthält 110 Flussbeschreibungen der Schweiz und des benachbarten Auslandes, 62 Fotos (davon 13 in Farbe) umfasst er insgesamt 288 Seiten. Für Fr. 22.-- kann man ihn bei der SKV Geschäftsstelle Tel. bestellen 061/ 88 20 00 oder mit einer Sammelbestellung über den Klub.

In der Hoffnung, Ihnen bei der Lektüre recht viel Vergnügen zu bereiten, grüsst Sie freundlich, für den SKV Breitensport

Heinz P. Götschi



## DEN GROSZÜGIGEN SPENDERN DES \* SPONSORENLAUFES \* IN BADEN VOM 23. MÄRZ 1991

Am Samstag den 23 März fand in der Geschichte des Schweizerischen Kanuverbandes erstmals ein solcher Sponsorenlauf statt. 16 Wettkämpfer aus allen Bootklassen und Kadern suchten und fanden über Wochen und Monaten SPONSOREN, welche die während einer 1 STUNDE ! gefahrenen Tore dem Wettkämpfer mit 10 Rappen bis einem Franken Honorierten. So sind bis jetzt ca. 27 000 Franken gesponsert worden, welche den Kadern in Ihren Vorbereitungen für WM 91 in Jugoslawien, Olympia 92 in Barcelona und Junioren WM 92 in Norwegen zugute kommen.

Vom Wasserfahrverein Zürich hat Andreas Nagel als Jugendfahrer im Kajak Einer daran teilgenommen und hinter den beiden Elitefahrer Tomas Brunold (687) und Eddy Zürcher (656) mit (592) Toren den 3. Rang belegt gefolgt von der Jugendfahrerinnen Claudia Heiz (585) Toren. Nochmals allen SPONSOREN vielen Dank.

## ACHTUNG FÜR DAS LIMMATSCHWIMMEN VOM SONNTAG DEN 25. AUGUST

werden Kanufahrer als Begleiter beim Disjüngeren Limmatschwimmen gesucht, welche zwischen Gemüsebrücke und Bad Oberer Letten die Schwimmer begleiten. Bitte meldet Euch beim Präsidenten Jörg Nagel bis 1. Juli.

## AM SAMSTAG DEN 14. AUGUST 1991 FINDET NACH 15 JAHREN WIEDER EIN LIMMAT RALLY STATT

DER VEREIN HILFT BEI DER ORGANISATION MIT UND HOPFT AUF ZAHLREICHES MITTMACHEN SEINER MITGLIEDER.

## ADY STEINMANN INNENAUSBAU



Aeussere Schwendi  
8374 Dussnang TG  
Tel. 073/ 41 14 27

- Isolationen,
- Holzarbeiten,
- Täferarbeiten,
- Innenausbauten,
- Dachstockumbauten

## NEUER VORSTAND DER IG KANU ZÜRICH VOM 18.3.91

**Präsident:**  
Beat Umbricht, Triemlistr. 113 8047 Zürich  
P. 461 44 63 KCZ

**Vizepräsident:**  
Hans Ehni, Wannerstr. 39/100 8045 Zürich  
P. 461 63 51 G. 332 88 88 WVZ

**Kassier:**  
Hans-Ulrich Meier, Adolf-Lüchingerstr. 33  
8045 Zürich P. 463 02 55 G. 201 42 44 WPZ

**Beisitzer:**  
Jean-Pierre Chanson, Röchlingerstr.13 NPZ  
8912 Obfelden  
Thomas Eugster, Albisstr.48 8038 Zürich KCZ  
Adriano Marchesi, Dorfstr.18 Dällikon WVZ  
Albert Uttinger, Am Binzikerbach Turm  
8627 Grönningen

**Präsidenten der angeschlossenen Clubs:**  
KCZ: Urs Schmid, Speerstr.6 8038 Zürich  
NPZ: Werner Zembrod, Ankerweid 35 8041 Zürich  
Turm: Albert Uttinger, Am Binzikerbach 11  
8627 Grönningen

WPZ: Anselm Scheiffle, Wängibad 8914  
Aeugst a. Albis

WVZ: Jörg Nagel, Badernerstr.41 8004 Zürich  
R+KZ: Hans Leutold Forchstr.180  
8704 Herrliberg

### Dem ehemaligen IG Präsidenten:

Christoph Struchen wird für seine, nicht immer leichte Arbeit vom Wasserfahrverein Zürich den besten Dank ausgesprochen.

Gerne denkt der jetzige Redaktor der WVZ WELLE an die vergangenen 20 Jahre zurück, wo wir doch manches (BAD ausschütteten manchmal auch mit dem KIND darinn.) Auf alle Fälle muss man Leute wie Du es warst heutzutage suchen.

In der Hoffnung dass Du nicht ganz von der Bildfläche verschwindest, erwarte ich Dich lieber Christoph einmal Donnerstags bei uns im Bootshaus WVZ Letten zum gemütlichen Höck.

Es grüsst Dich Georges.

**DANKE !**  
Für die eingesamten Artikel, leider ist die WELLE 15 schon voll sie erscheinen daher in der WELLE 16.  
Der Redaktor.

## BEACHTEN SIE BEI IHREM NÄCHSTEN EINKAUF BITTE UNSERE INSERENTEN

**trainings- und  
fitnesscenter**  
nautilus  
wallisellenstrasse 333  
8089 ZÜRICH

Nautilus, der optimale Weg zu Kraft,  
Beweglichkeit, Fitness.

Fitness Solarium Jamutron

Gerne erwarten wir Sie für ein unverbindliches Gratistraining.

Telefon 01/ 321 33 00

**Firmenschilder  
Fahrzeugbeschriftungen  
Schaufensterbeschriftungen**

**Air brush in Grossformat**

**Lackierte Alufelgen und  
Kunststofffelgen ab Lager**

**Fassadenbeschriftungen  
Infodesign Schildersystem**

**WEHLE**

Wehle+Co.  
Wehntalerstrasse 123 8105 Regensdorf  
Telefon 840 61 11 Fax 870 00 16

**S+R GRAVUREN**  
Zugerstr. 65 · 8810 Horgen · Telefon 01/ 725 51 40

**Zinnwaren  
und Sportpreise**

Gravuren für Industrie, Gewerbe und Privat ● Schriften aus Metall und Kunststoff ● Messing- und Stahlstempel ● Kopierfräsarbeiten ● Elektroden, Schriftlektroden ● Beschriftungen aller Art ● Siebdruck, Tampondruck ● Zinnwaren, Sportpreise ● Gummistempel, Nummernreue

**S+R GRAVUREN**  
Gibeleichstr. 92 8152 Glattbrugg  
Tel. 01/810 47 17, Fax. 01/810 08 14

**LUSCHMANN**  
**KANU-SPORT**  
Wir verkaufen

- WW-, SL- und Combiboote von Prijon, Lettmann, Perception, Pyranha, Ace und Brewi
- Wanderboote von Bavaria, Gatz, Lettmann, Brewi
- Fallboote von Klepper als Werksvertretung, Ally-Kanus und Metzeler-Kanus.
- Grosse Auswahl auch an Zubehör von Schlegel, Kober, Zölzer, HF, Römer, Camaro und anderen Herstellern.
- Professioneller und günstiger Reparaturservice für Bootskunden.  
Seefeldstrasse 50, CH-8612 Uster  
Telefon 01/941 1931

**Weinecke  
Zimmermann**

Kurt Zimmermann  
Weinküfer

Bergstrasse 44  
8953 Dietikon  
Telefon 01/740 64 64  
01/740 80 37

Dammstrasse 1  
8037 Zürich  
Tel. 271 69 10

**RESTAURANT  
LÖWEN** Sport-Club  
Dällikon

s' Sporttrüff  
vö da Wikinger

Jeannette & Pascal Papa

**OZ**

**Otto Zimmermann  
Ladenbau**

PLANUNG · BAULEITUNG  
EIGENE FABRIKATION  
HÖNGGERSTRASSE 2  
8037 ZÜRICH  
TEL. 01 · 271 64 54  
FAX 01 · 271 03 57

**Optik  
Struchen**

Forchstrasse 186, 8032 Zürich

01/55 61 60