

Kanu

Teilnahme von Kindern bzw. Jugendlichen	In den Vereinen des Deutschen Kanu-Verbandes (dkv) waren 2009 ca. 18.000 Jungen und 10.000 Mädchen bis 18 Jahre organisiert.
Historie	Die ältesten Hinweise auf den Gebrauch von Kanus finden sich in verschiedenen Kulturen bereits vor 6000 Jahren. Die Vorbilder der heutigen Boote sind die Kajaks der Eskimos bzw. die Canoes der Indianer Nordamerikas. Seefahrer brachten die ersten Boote Ende des 17. Jahrhunderts nach England. Populär wurde das Kanu Mitte des 19. Jahrhundert durch John MacGregor, der über seine Fahrten in einem vier Meter langen Holzboot auf den Flüssen und Seen Europas ein Buch verfasste. Seit 1936 (Berlin) ist der Kanurensport für Männer olympisch, seit 1948 (London) – jedoch nur im Kajak – auch für Frauen. Kanuslalom war erstmals 1972 (München) olympisch, jedoch ist Kanuslalom erst seit 1992 (Barcelona) fest im olympischen Programm.
Kurzcharakteristik	Im Kanusport werden die Bootstypen Canadier (Stechpaddel) und Kajak (Wendepaddel) eingesetzt. Im Deutschen Kanu-Verband (dkv) sind die Disziplinen Rennsport, Slalom, Wildwasser, Polo, Freestyle, Drachenboot und Segeln vertreten. Beim Kanusport wird das Boot mittels eines Paddels, im Gegensatz zum Rudern nicht mit dem Boot verbunden, in Blickrichtung durch das Wasser bewegt.

Anforderungsprofil

konditionell (primäre)	Kraftausdauer, kardiopulmonale Ausdauer
konditionell (sekundär)	Schnelligkeitsausdauer
Koordinativ	Präzisionsanforderungen, Gleichgewichtsfähigkeit
Psychisch	
Besonderheiten	Anforderungen v.a. im Bereich der oberen Extremitäten und des Rumpfes

Kontraindikationen

absolut	
relativ	habituelle Schulterluxation, Gleichgewichtsstörungen
sportarttypische Verletzungen	Distorsionen, Kontusionen, Tendinitis im Schultergelenk, anteriore Schulterluxation, Schürfwunden (v.a. im Wildwasser, Polo, Slalom)
sportarttypische Überlastungsfolgen	sekundäres Impingement, Tendinitis der langen Bizepssehne, Einrisse der Rotatorenmanschette, Bursitis, Tendovaginitis am Handgelenk, Wirbelsäulenbeschwerden, Myogelosen besonders paravertebral, Arthrose im Schultergelenke, Chondropathia patellare
Verletzungs- und Überlastungsprophylaxe	Rumpfkraftigung

spezifische (sport-) medizinische Betreuungsmaßnahmen	jährliche Sporttauglichkeitsuntersuchung
--	--

Bedingungen für den Wettkampfsport

Teilnahmebedingungen	Jeder Teilnehmer an einer Regatta muss im Besitz eines gültigen DKV-Sportpasses sein. Der Sportpass muss u.a. die Erklärung zur Sporttauglichkeit (Nachweis über die jährliche sportärztliche Untersuchung) und Schwimmfähigkeit enthalten.
Trainingshäufigkeit	Im Leistungstraining sind 10 bis 12 Trainingseinheiten pro Woche obligat. Im Nachwuchstraining sind min. 3, günstiger 5-6 Trainingseinheiten anzustreben.
Komplementärsportart	Torschusssportart
Anmerkungen	www.kanu.de