

Schleswiger Wander-Kanu-Triathlon

Paddeln



Laufen



Radfahren



Samstag, 02.07.2016 ab 10.30 Uhr.

Ort: SKC-Clubhaus, Am Luisenbad 1a, Schleswig

Ziel der Veranstaltung ist das sportliche Erkunden und Erleben der Schlei-Region in und um Schleswig in drei Disziplinen. Der Wandersportgedanke steht dabei im Vordergrund, d.h. wir sind zwar sportlich unterwegs, veranstalten aber kein Wettrennen und messen auch keine Zeiten. Es geht um ein gemeinsames Sporterlebnis, an dem alle halbwegs fitten Kanutinnen und Kanuten teilnehmen können. Grundsätzlich paddeln-laufen-radeln wir gemeinsam und nehmen aufeinander Rücksicht. Wenn das Feld groß genug ist, können einzelnen Gruppen auch schneller oder langsamer unterwegs sein. Dann werden beim Paddeln und beim Radfahren Sammelpunkte vereinbart. Zwischen den Disziplinen gibt es Pausen zum Umziehen und für eine kleine Stärkung. Die Disziplinen sind wie folgt geplant:

Paddeln

Treffpunkt ist das Clubhaus des SKC um 10:30. Nachdem die Boote vorbereitet worden sind, wird um ca. 11 Uhr Richtung Selk losgepaddelt. Wir überqueren die Schlei von Nord nach Süd und passieren dabei die Möweninsel. Am Südufer bei Haddeby nehmen wir die westliche Nooreinfahrt und paddeln ins Haddebyer Noor. Vorbei an den Wikingerhäusern von Haithabu geht es durch die Noorbrücke dann ins Selker Noor bis zu dessen Südspitze und dann zurück nach Schleswig (insgesamt knapp 10 Km)

Laufen

Nach den Verstauen der Boote und ggf. einer kleinen Stärkung folgt ein gemeinsamer Lauf über den an der Schlei gelegenen Park „Königswiesen“ und den Schleswiger Stadthafen, die Fischersiedlung Holm sowie das Gelände der ehemaligen Kaserne „Auf der Freiheit“, das heute Wohnen am Wasser bietet, bis zum Kap Freiheit beim ehem. Offizierskasino und zurück (ca. 4,5 km).

Radfahren

An das Laufen schließt sich eine Fahrradtour auf der Südseite der Schlei an. Wir radeln über Fahrdorf, Stexwig und Borgwedel nach Güby und fahren dann über Esprehm, Selk und Busdorf nach Schleswig zurück (ca 29 Km). Der erste Teil der Fahrradtour erfolgt in Ufernähe der Schlei und bietet ein paar kleinere Steigungen und Abfahrten. Auf der Rückfahrt passieren wir dann nochmal die Südspitze des Selker Noores.

Nach Rückkehr zum Bootshaus besteht die Möglichkeit gemeinsam Pizza zu bestellen o.ä. Für die Verpflegung während der und zwischen den einzelnen Etappen sorgt jede/jeder ebenso selbst wie für das eingesetzte Sportgerät (Boot, Laufschuhe, Fahrrad). Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr.

Anmeldung bis 24. Juni 2016 bei Lars Werner unter 04621 / 977806 oder wernerlars@hotmail.com .