

07.04.2010 17:19 Uhr

[Wassersport für Kinder](#)

Nachwuchs in Neopren

Segeln geht schon mit sieben Jahren: Ab wann welcher Wassersport für Kinder geeignet ist und zu welcher Ausrüstung Experten raten. Ein Überblick.



Wie gut ein Kind schwimmen kann, ist nicht das einzige Kriterium. Genauso wichtig ist, wie vertraut es mit dem Element Wasser ist. (Foto: Sail & Surf Rügen/dpa/tmn)

Was im Winter die Snowboarder, sind im Sommer die Surfer: Coole Klamotten, coole Typen, cooler Sport. Stellt sich die Frage, ab wann der eigene Nachwuchs nicht nur bunte Shorts und hippe Sonnenbrillen tragen kann, sondern auch ein Segel aus dem Wasser bekommt.

Zwar macht den meisten Kindern fast alles Spaß, was mit Wasser zu tun hat. Doch braucht es für viele Sportarten im Wasser Kraft, und sie bergen die ein oder andere Gefahr. Der Spaß hat für die Kleinen aber definitiv ein Ende, wenn sie dem Tempo und den Routinen der Erwachsenen folgen müssen. Darum gilt: Wassersport für Kinder muss auf sie abgestimmt sein.

"Die beste Voraussetzung, dass Kinder Segeln oder Windsurfen lernen können, ist, dass sie Spaß an dem Sport haben", sagt Gritt Juncken von der Segelschule Surf & Sail Rügen, die Segelkurse für Kinder ab sieben Jahren und Surfkurse ab sechs Jahren anbietet. Oft wollten aber die Eltern, dass ihre Kinder die Sportarten lernten, und das gehe in der Regel schief. Ist die Lust da, kommt es auch darauf an, dass die Kinder schwimmen können. "Seepferdchen reicht in der Regel aus, da wir mit den Kleinen nur in Ufernähe und im flachen Wasser sind", sagt Juncken.

Bewegungsarmut Kindern Beine machen



Ulrich Clausing vom Deutschen Kanu-Verband in Duisburg ist da schon etwas strenger: "Wenn die Kinder aktiv mitpaddeln, besonders auf längeren Touren, sollten sie schon das Bronze-Abzeichen haben."

Für Martin Janssen gibt es da überhaupt kein Pardon: "Das Alter des Kindes ist sekundär, wichtig ist die Schwimmfähigkeit", sagt der Experte von der Deutschen Lebens-Rettungs-Gesellschaft (DLRG) in Bad Nenndorf (Niedersachsen). Das Seepferdchen reiche gerade bei Segeltörns auf hoher See auf keinen Fall aus, Bronze sei das Minimum, besser ist Silber.

Wie gut ein Kind schwimmen kann, ist aber nicht das einzige Kriterium. Genauso wichtig ist, wie vertraut es mit dem Element Wasser ist. "Es sollte nicht gleich in Panik geraten, wenn es mal ins Wasser fällt oder das Boot umkippt", erklärt Clausing. Das passiere schließlich immer mal wieder.

Und Thomas Weinhardt gibt als Regel aus: "Das Kind sollte in der Lage sein, ohne Schwierigkeiten und ohne Angst den Kopf einige Sekunden unter Wasser zu nehmen und unter dem Brett oder Segel sicher hindurchzutauchen", rät der Vorsitzende des Verbandes Deutscher Wassersportschulen (VDWS) in Weilheim bei München. Hilfreich sei außerdem, wenn sich auch die Eltern im Wasser sicher fühlen, damit sie dem Kind im Notfall die Panik nehmen können. Auch ein Blick auf das Material lohnt. Das Kind sollte zum Beispiel ein kleines Kindersegel tragen können, ohne dass ein Teil den Boden berührt, erklärt Weinhardt. Außerdem sollte es ein Kindersegel ohne größere Anstrengung aus dem Wasser ziehen und zügig aufrichten können. Auch im Kanusport gibt es kindgerechte Boote, die etwas kürzer und schmaler als die normalen und auf die kürzeren Beine abgestimmt sind.

Für Clausing steht fest, dass die Kinder erstmal im Boot mitgenommen werden sollten, bevor sie selbst ein eigenes besteigen. Dann allerdings heißt es, die Tour auf die Kleinen abzustimmen. "Kinder wollen keine Strecke machen, sondern etwas erleben und rechts und links am Ufer etwas entdecken."

Ohnmachtssichere Westen empfohlen

Deshalb planen Eltern besser ausreichend Pausen mit Picknickmöglichkeiten ein oder steuern Anleger an, bei denen es Eis gibt.

Für die ersten Touren bieten sich seichte Gewässer an. Im Boot müssen die Kinder Schwimmwesten tragen. Die DLRG plädiert für ohnmachtssichere Westen, die den Kopf über Wasser halten, auch wenn man das Bewusstsein verloren hat. Clausing vom Kanu-Verband rät, auf Westen mit Schrittgurt zu achten. "Die rutschen nicht nach oben, so dass die Kinder nicht rausrutschen können." Außerdem sollten die Erwachsenen mit gutem Beispiel vorangehen und auch eine Weste tragen.

Surfen in Hawaii Zwölf-Meter-Welle - Abenteuer Surfbrett



Wichtig ist auch die Kleidung. "Neopren muss sein, selbst an sehr warmen Sommertagen", sagt Weinhardt vom Wassersportschulen-Verband.

Die lang- oder kurzärmeligen Anzügen böten nicht nur Kälteschutz, sondern schützten auch vor Sonne und kleinen Verletzungen.

Für Hobbykanuten muss es nicht der Neoprenanzug sein, aber auf jeden Fall eine Kopfbedeckung und Sonnencreme mit ausreichendem Lichtschutzfaktor. "Ersatzkleidung in einem wasserdichten Behälter, wie auch ein Regenschutz sind sowieso ein Muss", sagt Clausing.

Mit dem Wetter steht und fällt die Lust am Wassersport: "Wenn's kalt wird, macht das Surfen oder Segeln vielen Kindern nicht mehr so viel Spaß, dann muss man zulassen, dass sie früher an Land gehen", sagt Juncken. Das bedeutet, auch mal eine Tour ausfallen zu lassen oder den Surfkurs gleich in wärmere Gefilden zu verlegen.

(Britta Schmeis, dpa,pfau)

[Artikel drucken](#) | [Fenster schließen](#)

Copyright © sueddeutsche.de GmbH / Süddeutsche Zeitung GmbH
Artikel der Süddeutschen Zeitung lizenziert durch DIZ München GmbH. Weitere
Lizenzierungen exklusiv über www.diz-muenchen.de