Die Schwalbenpost

des Biller Wassersport „Schwalbe“ von 1928 e. V.

Termine, Informationen, Sensationen, Ergebnisse, Wissenswertes, Lustiges und Sonstiges über unseren Sport.

Ausgabe 3 / 2026
Juli / August / September

Kajaks am Strand von Spiekeroog

Hamburg ACTIVE CITY

Inhaltsverzeichnis

Feste Termine: Trainingszeiten 3
Termine: 4
Vorstand: Infos vom Vorstand 6
Wie geht es mit dem IdS Projekt weiter? 7
Aktuelles: Neues vom Getränkewart 8
Eure Geschichte für das HKV-Jubiläum 8
Sport/Training: Paddeln für alle – Gemeinsam mit dem Rauhen Haus 9
In eigener Sache: Sonnenschutz beim Sport 10
Wanderfahrten: Spiekeroog über Himmelfahrt 11
Geburtstage: Juli bis September 14
Vorstandsmitglieder: 15
Redaktionsschluss: 16

Feste Termine

Sommerhalbjahr

T r a i n i n g s z e i t e n

Schüler*innen- und Jugendtraining

Dienstags

ab 17:30 Uhr bis ca. 19:00 Uhr-u. a. Kanu-Polo *Trainer: Geo*

Anfänger*innentraining für Erwachsene

Dienstags

ab 17:00 Uhr Grund- / Paddeltechniken *Leitung: Christiane*

Donnerstags Anfänger*innen Kurse I-III

ab 17:30 Uhr Treffen und Vorbereitung, ab 18:00 Uhr auf dem Wasser

*Anmeldung und Hintergrundorganisation: (*sport@bws-schwalbe.de*)*

*(Übersicht der Trainer*innen und Unterstützer*innen je Kurs hängt an der Pinnwand)*

Boots- und Paddelschulung für Fortgeschrittene

Dienstags

ab 17.30 Uhr Training auf der Bille *Leitung: Simon und Micha*

ab 18.00 Uhr Flotte Runde

Schnupperpaddeln immer am letzten Dienstag im Monat mit anschließendem Grillen am Bootshaus

Anmeldung und Hintergrundorganisation: (sport@bws-schwalbe.de)

Am Steg: alle Mitglieder

Donnerstags

Ab 17:30 Uhr Treffen bis ca. 19:30 Uhr Training auf dem Wasser

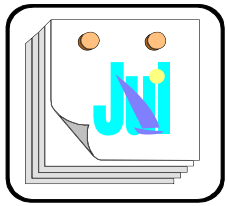
Leitung: Christian

Selbstorganisiertes Wanderpaddeln für jedes Alter

Dienstags und donnerstags

Ab 18:00 Uhr ins Boots steigen und lospaddeln. Die Runden werden Wind, Wetter und Laune angepasst! Anschließend evtl. Klönschnack.

Termine

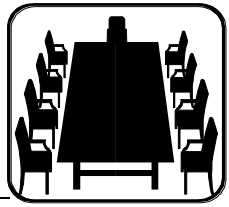


Notwendige Aktualisierungen findet ihr auf der Homepage, bzw. in den Ausschreibungen am Schwarzen Brett

Juli		
Sa **04.07.26**	**3. Bille Regatta beim BWS**	*Christian Richter*
Fr-So **10.-12.07.26**	**Rund Poel**	*Christian Richter*
Sa **11.07.26**	**Gemeinschaftsarbeit** am Bootshaus	*André D.*
Do **16.07.26**	**Anfänger*innen - Kurs III**	*NN*
Sa/So **18./19.07.26**	**Rudern/Paddeln** Möglichkeiten Austausch	*LB*
Do **23.07.26**	**Anfänger*innen - Kurs III**	*NN*
Do-So **23./26.07.26**	**SPORT-FINALS POLO** Hannover	*Uwe Wolf*
Di **28.07.26**	**Schnupperpaddeln** und Grillen	*NN*
Do **30.07.26**	**Anfänger*innen - Kurs III**	*NN*
Fr-So **31.07.-02.08.26**	**Gepäckfahrt Over**	*Burckhard Heine*
August		
Sa **01.08.26**	**CSD-Verbandsfahrt**	*Matthias Oehme*
Sa-Fr. **15-21.08.26**	**Flensburg-Schleswig Tour**	*Christian Richter*
Sa/So **22./23.08.26**	**evtl. Rauhes Haus Inklusions-Paddeln**	*M.O*
Di **25.08.26**	**Schnupperpaddeln** und Grillen	*NN*
Sa **29.08.26**	**Schwentine Wanderfahrt**	*Christian Richter*
So **30.08.26**	**Kieler Förde Tour**	*Christian Richter*
September		
So **06.09.26**	**BWS Offenes Bootshaus/Tag der offenen Tür** Termin unklar	*Vorstand*
Sa **12.09.26**	**Gemeinschaftsarbeit** am Bootshaus	*André D.*

So **13.09.26**	**BWS Offenes Bootshaus/Tag der offenen Tür** Termin unklar	*Vorstand*
So **27.09.26**	**Abpaddeln BWS**	*Christian Richter*
Di **29.09.26**	**Schnupperpaddeln** und Grillen	*NN*
	Oktober	
Fr-So **02.-10.10.26**	**DKV-Lahnfahrt**	*Michael Banf*
Sa **03.10.26**	**Schaalsee Ratzeburg**	*Christian Richter*
So **11.10.26**	**Fahrtenbuchabgabe**	*Christian Richter*
So **18.10.26**	**BWS Radtour**	*Burckhard Heine*
	November	
So **01.11.26**	**BWS-Wandern**	*Renate Wolf*
Sa **07.11.26**	**Gemeinschaftsarbeit** am Bootshaus	*André D.*
Sa **14.11.26**	**Gemeinschaftsarbeit** Barum	*Burckhard Heine*
Sa **21.11.26**	**Hamberge Herbstfahrt**	*Christiane Mertins*
So **29.11.26**	**BWS Grünkohlessen**	*Renate Wolf*
	Dezember	
So **06.12.26**	**Nikolausregatta Ratzeburg**	*Christian Richter*
Di **08.12.26**	**Termine 2027**	*Christian Richter*

Vorstand



Infos vom Vorstand

Das erste Halbjahr ist nun schon wieder vorbei, die ersten Anfänger-Kurse haben stattgefunden. Auch für das zweite Halbjahr ist einiges geplant.

Wie erfolgreich unsere Aktionen und Angebote sind können wir an der wachsenden Mitgliederzahl erkennen. Hiermit begrüßen wir alle neuen Mitglieder und heißen sie herzlich willkommen in der Gemeinschaft der „Schwalben“.

Allerdings gibt es auch weniger erfreuliche Neuigkeiten:

Im kommenden Jahr verabschieden sich Michael Banf nach sagenhaften 44 Jahren als 1. Vorsitzender und Martin Weimert nach 26 Jahren als Kassenwart aus dem Vorstand. Auch André Dörfler möchte seinen Posten als Bootshauswart wieder abgeben.

Der Vorstand sucht also dringend Nachfolger für diese wichtigen Posten. Wer Interesse hat kann sich jederzeit an den Vorstand wenden.

Wie geht es mit dem IdS-Projekt weiter?

In den vergangenen Monaten hat uns das Thema „Integration durch Sport“ intensiv beschäftigt.

Nach der Vertagung auf der Mitgliederversammlung haben wir uns am 27.04. erneut mit interessierten Mitgliedern getroffen. Gemeinsam mit einer Vertreterin des Hamburger Sportbundes konnten wir das Programm noch einmal ausführlich vorstellen und anschließend offen diskutieren.

Die Gespräche haben wir insgesamt als sehr positiv erlebt. Viele Mitglieder haben ihre Fragen, Bedenken und Ideen eingebracht. Dabei wurde deutlich, dass die Ziele des Projekts sowie viele der vorgeschlagenen Maßnahmen grundsätzlich Unterstützung finden.

Gleichzeitig zeigte sich, dass insbesondere die vorgesehene Vergütung der Integrationsbeauftragten und die grundsätzliche Frage bezahlter Tätigkeiten im Ehrenamt für viele Mitglieder ein sensibles Thema darstellen. Die Diskussion drehte sich daher weniger um die Inhalte des Projekts als um die Form der Umsetzung.

Nach intensiven Gesprächen haben wir als IdS-Team entschieden, das Projekt in seiner ursprünglich beantragten Form nicht weiterzuverfolgen und den Vorstand gebeten den Antrag zurückzuziehen.

Diese Entscheidung ist uns nicht leicht gefallen. Wir haben viel Zeit und Energie in die Vorbereitung investiert und sehen weiterhin Potenzial in vielen der vorgeschlagenen Maßnahmen. Gleichzeitig wurde deutlich, dass es für die vorgesehene Form der Umsetzung derzeit keinen ausreichenden Konsens im Verein gibt.

Nach den intensiven Wochen möchten wir die Gespräche zunächst etwas sacken lassen. Anschließend werden wir prüfen, ob sich einzelne Ideen oder Maßnahmen aus dem Programm für unseren Verein weiterverfolgen lassen.

Wir möchten uns bei allen bedanken, die sich mit Fragen, Kritik, Anregungen und Unterstützung eingebracht haben. Die Diskussionen waren nicht immer einfach, aber sie waren respektvoll, ehrlich und konstruktiv. Gerade das ist aus unserer Sicht eine Stärke unseres Vereins.

Euer IdS-Team

Aktuelles

Neues vom Getränkewart

Hallo liebe Schwalben,

es gibt eine kleine, aber feine Neuerung am Tresen, die euch mehr Flexibilität gibt.

Ab sofort bleibt der Tresen unverschlossen. Das bedeutet, ihr könnt euch jederzeit selbst an den Snacks bedienen und auch dabei helfen, den Kühlschrank nachzufüllen, wenn Getränke zur Neige gehen.

Damit die Bezahlung weiterhin einfach und unkompliziert bleibt, haben wir eine neue Einwurf-Getränkekasse direkt am Tresen aufgestellt. Werft dort bitte einfach den passenden Betrag für eure Getränke und Snacks ein

Eure Geschichten für das HKV-Jubiläum gesucht!

Liebe Schwalben,

der Hamburger Kanu-Verband (HKV) feiert sein 100-jähriges Jubiläum! Zu diesem besonderen Anlass sucht der Verband nach einzigartigen und besonderen Geschichten aus seinen Mitgliedsvereinen.

Wir sind sicher, dass es in unserer Vereinsgeschichte unzählige solcher Momente gibt. Ob eine abenteuerliche Paddeltour, eine lustige Anekdote vom Vereinsfest oder eine besondere Freundschaft, die bei den Schwalben entstanden ist – jede Geschichte ist willkommen.

Wenn ihr eine solche Erinnerung teilen möchtet, meldet euch bitte beim Vorstand. Wir sammeln eure Ideen und stellen dann den Kontakt zum HKV her. Lasst uns gemeinsam dazu beitragen, die Vielfalt und die tollen Erlebnisse unseres Vereinslebens zu zeigen

Sport/Training

Paddeln für alle – gemeinsame Aktion mit dem Rauhen Haus

Im Januar hatten wir im Verein Besuch von zwei Sportlotsinnen der Stiftung Alsterdorf.

In einem kleinen Workshop haben sie uns Einblicke in das Thema Inklusion im Sport gegeben und gemeinsam mit uns überlegt, wie so ein Angebot auch bei uns im Verein aussehen könnte. Aus diesem Gespräch ist eine konkrete Idee entstanden: Gemeinsam mit dem Rauhen Haus möchten wir eine Paddeltour für Menschen mit Behinderung organisieren.

Die Sportlotsinnen haben den Kontakt hergestellt, und das Interesse an einer gemeinsamen Aktion ist auf beiden Seiten groß. Geplant ist eine entspannte Runde im 10er um die Billerhuder Insel, bei der unsere Gäste den Kanusport kennenlernen können und wir gemeinsam Zeit auf dem Wasser verbringen.

Als möglichen Termin haben wir einen Tag am Wochenende 22./23. August 2026 ins Auge gefasst. Eine endgültige Bestätigung durch das Rauhe Haus steht noch aus, daher befindet sich die Aktion aktuell noch in der Planung.

Vorher wird es außerdem noch eine gemeinsame Fahrtenbesprechung mit den Sportlotsinnen geben.

Damit die Tour gut gelingt, freuen wir uns über Unterstützung aus dem Verein. Gesucht werden Mitglieder, die an diesem Tag Zeit und Lust haben, unsere Gäste zu begleiten sei es beim Ein- und Aussteigen, als Unterstützung im 10er oder einfach als Ansprechpartner*in.

Wer sich vorstellen kann zu helfen oder Fragen hat, meldet sich gern unter vielfalt@bws-schwalbe.de.

Viele Grüße

Matze

Sonnenschutz im Sport

Warum ist Sonnenschutz beim Sport so wichtig?

In den Monaten von April bis September trainieren Sportler*innen vermehrt im Freien. Zu viel UV-Strahlung erhöht jedoch das Risiko für langfristige Schädigungen der Haut sowie das Risiko, später im Leben an Hautkrebs zu erkranken.

Auch die sportliche Leistungsfähigkeit kann durch zu viel UV-Strahlung verringert werden. Starkes Schwitzen, Kontakt mit Wasser oder Reibung durch bestimmte Bewegungen erhöhen die Lichtempfindlichkeit der Haut und mindern die Wirksamkeit von Sonnenschutzmitteln. Das Wasser reflektiert einen großen Teil der Sonnenstrahlen und erhöht dadurch zusätzlich die UV-Belastung. Deshalb ist UV-Schutz bei Sport und Bewegung besonders relevant.

Dabei gelten die Empfehlungen der WHO:

- Trainingszeit und -ort nach Möglichkeit so wählen, dass UV- (und Hitze-) Belastung gering sind (Mittagssonne meiden, Schattenplätze aufsuchen);
- schützende Kleidung sowie (wenn die Sportart das zulässt) Kopfbedeckung und Sonnenbrille tragen;
- auf alle unbedeckten Hautstellen Sonnenschutzmittel auftragen (mindestens LSF50+).

Weitere Infos unter:

https://www.cleverinsonne.de/sport-und-bewegung/

Wanderfahrten

Spiekeroog über Himmelfahrt

Am 14. Mai brachen vier unerschrockene Schwalben von Neuharlingersiel auf, um die acht Kilometer über das deutsche Wattenmeer zur Insel Spiekeroog zu paddeln. Christian Richter, unser Wanderwart und derzeitiger B4-Schein Anwärter nach der Prüfungsordnung der Salzwasser Union, führte gleich drei Nordsee- und Wattenmeer-Neulinge über diese wundervoll aufregende Wasserfläche.

Sehr ungestört auf dem Wattenmeer, bei bestem Wetter, beobachteten wir während der Überfahrt jagende Vögel und einzelne Schiffe. Zur Landung gab es Sonne und gute Laune. Das Wattenmeer an der Nordsee ist übrigens das größte zusammenhängende Sand- und Schlickwattsystem der Erde und besitzt aufgrund seiner einzigartigen ökologischen Dynamik eine globale Bedeutung für den Naturschutz und die Biodiversität.

Wir waren nicht gerade die einzigen Kajakfahrenden, welche hier den Campingplatz enterten. Wir trafen Bekannte und auf zahlreiche Paddel-Freunde aus den Niederlanden. Dem Vernehmen nach stellt die Häufigkeit der ausreichend guten Bedingungen für eine sichere Überfahrt zu dieser Insel eine große Motivation auch für die Kajak-Begeisterten aus den Niederladen dar.

Angekommen auf dem Campingplatz waren schon am ersten Abend 110 Kajaks am Strand parkend nachweisbar. Die heiße Dusche in sehr privaten Einzelkabinen bot genügend Wärme für die durchaus windigen und frischen Zelt-Tage. Manch einem erschien der Weg vom Campingplatz zu Fuß ins Dorf deutlich weiter als die Überfahrt. Aber dort gab es dann zur Belohnung leckere Pizza, ein warmes Schwimmbad und einen voll automatischen 24 Stunden Supermarkt.

Wir trafen unseren Kameraden Olaf, der mit einer andere Gruppe zu gegen war. Am zweiten Tag war dann Gelegenheit für etwas Training in den Wellen und der Brandung. Vielen Dank an Christian und Olaf für das intensive Training.

Nachdem die Teilnehmenden glücklich und erschöpft zum Zeltplatz zurück gingen, sind Olaf und Christian natürlich bei anspruchsvolleren Bedingungen, nochmal zum Hafen gefahren. So kennen wir die Beiden. Die Rückfahrt am Samstag, den 16. Mai konnte aufgrund des relativ starken Windes nur in einem frühen kurzen Zeitfenster erfolgen. Alle haben diese durchaus spannendere Überfahrt gut gemeistert und Christians Planungs- und Navigationsfähigkeiten wurden eindeutig nachgewiesen.

Eine nicht unerhebliche sportliche Leistung haben auch Ole und Christina erbracht. Eine solche Fahrt sehr früh in der Paddel-Karriere zu unternehmen und locker zu meistern, ist durchaus sehr beachtlich. Alle freuen sie nun auf häufigere Touren und mehr Seeluft. Das Billebecken ist wieder ein bisschen kleiner geworden.

Fahrtenbericht von Michael Raschke

Vereinsvorstand

vom Biller Wassersport „Schwalbe“

1.Vorsitzender:	Michael Banf ☏ 712 04 44 E-Mail: 1.vorsitz@bws-schwalbe.de
2.Vorsitzender:	Jan Weddig E-Mail: 2.vorsitz@bws-schwalbe.de
Kassenwart:	Martin Weimert ☏ 299 40 99 E-Mail: kassenwart@bws-schwalbe.de
Schriftwartin:	Angelika Rosenbauer ☏ 641 22 07 E-Mail: schriftwart@bws-schwalbe.de
1. Jugendwart:	Georgios Luckmann E-Mail: 1.jugendwart@bws-schwalbe.de
2. Jugendwart:	Mattes Wolf E-Mail: 2.jugendwart@bws-schwalbe.de
Wanderwart:	Christian Richter ☏ 0179 390 68 27 E-Mail: wanderwart@bws-schwalbe.de
Sport:	NN E-Mail: sport@bws-schwalbe.de
Bootshauswart: *Bootsplatzvergabe*	André Dörfler E-Mail: bootshauswart@bws-schwalbe.de
Beisitzer:	Matthias Oehme E-Mail: beisitzer@bws-schwalbe.de
Beauftragte/r zur Prävention sexualisierter Gewalt	Janin Klein und Uwe Wolf E-Mail: psg@bws-schwalbe.de
Bootshaus:	Biller Wassersport Schwalbe von 1928 e. V. Ausschläger Billdeich 109 a, 20539 Hamburg, ☏789 03 01
Bankverbindung:	Hamburger Sparkasse IBAN: DE 27 2005 0550 1217 1547 70 BIC: HASPDEHHXXX

Zweckgebundene Spende: Empfänger: Hamburger Sportbund e.V.
IBAN: DE 97 2005 0550 1280 2358 11
Verwendungszweck: Spende für 0500 BWS

Schwalbenpost - Redaktion:

Angelika Rosenbauer

Redaktionsschluss

für Ausgabe 4 / 2026

15.09.2026

Email: AngelikaRosenbauer@web.de

Herausgeber:

Biller Wassersport „Schwalbe“ von 1928 e.V.

BWS – Homepage: www.bws-schwalbe.de