

# Betriebssport – Kreisverband Minden – Lübbecke e. V.

BKV Minden-Lübbecke e.V. - c/o Geschäftsf. Helen Seidel - Melanchthonstr. 22a - 32425 Minden  
Tel. 0571/4 69 23 - Telefax 0571/6 32 82 - Mobil 0160/6 53 21 69

E-Mail: [helen.seidel@web.de](mailto:helen.seidel@web.de) - [www.bkv-minden-luebbecke.de](http://www.bkv-minden-luebbecke.de)

Drachenbootworkshop vom 29.3.2014

Bei strahlendem Wetter, trafen sich die Teilnehmer um bei dem Workshop, Tipps und Tricks und Ideen von erfahrenen Drachenboottrainer zu erhalten.

Nach der Begrüßung durch den Betriebssportkreisverband Abteilung Drachenboot Sabine Büsching und Michael Bachmaier wurden die Teilnehmer aufgeteilt.

Die Drachenboottrainer Uwe Voth und Achim Nadrowski ( an dieser Stelle herzlichen Dank für Euren Einsatz) beide seit Jahren erfahrene Steuermänner und Trainer, übernahmen die Teilnehmer.

Nach dem aufwärmen, was Marina Kuhlmann ( auch an dich ein Herzliches Dankeschön) durchführte, ging es aufs Wasser.

Anderthalb Stunden auf dem Wasser bei intensivsten Training, konnten die Paddler/innen sich nach der ersten Runde bei Bratwurst und Getränken stärken.

Nach der Pause wurde gab es durchweg ein positives Feedback von den Paddlern, das der Workshop eine gute Sache wäre, die auch regelmäßiger angeboten werden könnte.

Da auch das Gewässer eine Rolle beim Training oder auch beim Wettkampf spielt, hat man schon die Weser für den nächsten Workshop im Auge.

Nach der weiteren Trainingseinheit, konnten die Teilnehmer/innen bei einem (isotonischen) Getränk den Tag ausklingen lassen und über die nächsten Regatten fachsimpeln.

Alles in allem waren sich alle einig, ein gelungener Workshop, der nicht einmalig sein sollte.