Ruder-Klub „Normannia“ e. V. Braunschweig

Klubnachrichten

Jahrbuch 2024



Impressum

Herausgeber:
Ruder-Klub „Normannia“ e. V.

Redaktion & Satz:
Kerstin Arndt, Ralf Heinrich, Anne Strecha, Friederike Thöns

Mitarbeit:
Der Vorstand & Anke Sump

Fotos:
Privatfotos der Vereinsmitglieder und Veranstaltungsteilnehmer, wenn nicht anders angegeben.

Design:
Sebastian Schollmeyer

Druck:
P & P Printmanagement, Bgm.-Kempf-Str. 2, 96170 Trabelsdorf

Manuskripte und Bilder:
Bitte an folgende e-Mail Adresse senden:
Die Bilder bitte als Anhang versenden, einzeln oder als Archiv.

Anschrift:
Ruder-Klub „Normannia“ e. V.
Maschplatz 15
38114 Braunschweig

www.rk-normannia.de

Titelfoto:
Bronze bei den Paralympics in Paris durch Hermine und Jan (Dortmund). Quelle: rudern.de

Anrudern 2025

Einladung zum Saisonauftakt

Liebe Klubmitglieder,

liebe Freundinnen und Freunde des Rudersports, hiermit lade ich alle zu unserem Anrudern im Stadtbootshaus ein:

Sonntag, 27. April 2025, um 11:00 Uhr

Programm:

- Begrüßung
- Ehrung langjähriger Klubmitglieder
- Ehrung der Kilometermeister
- Vorstellung der Trainingsruderer 2025
- Bootstaufe
- Ablegen der Boote für die Auffahrt

Ab 13 Uhr bietet die Kantine Mittagessen an. Am Nachmittag gibt es Kaffee und Kuchen, wofür wir um Spenden bitten.

Ullrich Blanke, Vorsitzender

Anje und Greta bei der Jungfernfahrt der „Achilles“



Auf ein Wort

Liebe Mitglieder und Freunde des Vereins,

ein ereignisreiches Jahr 2024 ist vergangen, und wir blicken in diesen Klubnachrichten wieder auf eine Vielzahl an Erlebnissen und Erfolgen zurück.

Unser Regattasport war auch in diesem Jahr von vielen, großartigen nationalen und internationalen Erfolgen geprägt. Unsere Regattaruderer haben sich wieder auf allen Ebenen behauptet und die Vereinsfarben würdig vertreten – sei es auf nationaler oder internationaler Bühne.

Doch auch abseits des Regattasports durften wir viele unvergessliche Momente erleben. Unsere Wanderfahrten führten uns auf wunderschöne Strecken, waren erlebnisreich und manchmal konnte man auch neue Erfahrungen sammeln.

Ebenso waren unsere Klubveranstaltungen wie das Anrudern, das Kanalrudern und das Braunkohlessen, wie gewohnt sehr gut besucht und boten eine gute Gelegenheit, sich auszutauschen, zu feiern und unser Vereinsleben zu stärken.

Mit Blick auf das Jahr 2025 freuen wir uns auf eine hoffentlich ebenso erfolgreiche und harmonische Rudersaison. Es sind einige Wanderfahrten in Planung, bei denen wir neue Gewässer entdecken und altbekannte wiedersehen werden. Auch die Regatten, Klubveranstaltungen und das Sommertraining sind bereits in der Planung. Für den nächsten Spätherbst/Winter müssen wir uns Gedanken machen, wie wir uns neu aufstellen. Leider müssen wir uns in diesem Jahr von unserem langjährigen Ruderbecken verabschieden. Es hat uns viele Jahre treue Dienste geleistet, doch ab Mai steht es nun leider nicht mehr zur Verfügung.

Hinter diesem Vereinsleben steht ein großartiges Team von Mitgliedern, die sich im Verein engagieren und diese Vielfalt ermöglichen. Einen herzlichen Dank Euch allen dafür, wir hoffen auch weiterhin auf Eure Unterstützung. Wer gerne mitmachen möchte, sprecht einen von uns an.



Martin Habeck (Schatzmeister), Ullrich Blanke (Vorsitzender) und Ingo Pfaff (sportlicher Leiter)

Ein ganz besonderer Dank gilt natürlich hier wieder dem Redaktionsteam für die diesjährigen Klubnachrichten. Danke für Eure Arbeit!

In diesem Sinne wünschen wir allen Mitgliedern viel Spaß beim Lesen der Klubnachrichten 2024 und freuen uns schon auf die gemeinsame Rudersaison 2025 mit Euch!

Mit rudersportlichen Grüßen

Ullrich Blanke

Martin Habeck

I. Pfaff

Gruß aus der Redaktion

Wow, „wir“ waren bei den Paralympics mit Hermine dabei und die „Zweite“ Besetzung des Deutschland-Boots mit „unserem“ Felix hat das Deutschland-1-Boot zeitlich mehrmals geschlagen. VOR den olympischen Spielen!!

Es war, wie jedes Jahr, jede Menge im Verein los. Davon könnt Ihr Euch auf den nächsten Seiten überzeugen. Und damit das Grußwort nicht zu ähnlich wie im letzten Jahr wird, nehmen wir mal Euch in den Blick:

die „Schreiberlinge“ und Fotografen, die jedes Jahr zu der Entstehung der Klubnachrichten beitragen.

Ihr setzt Euch hin und macht Euch Gedanken, schreibt Eure Erinnerungen an die Ausflüge, Regatten, Wanderfahrten und Aktionen nieder und teilt sie mit uns. Und wir, die lesende Ruderschaft, hat dann das Vergnügen, gemütlich auf dem Sofa oder Sessel sitzend, in der Phantasie nochmal teilzunehmen, dabei zu sein. Das ist jetzt natürlich von mir übertrieben und gleichzeitig finde ich, dass die Berichte einen Einblick in Abläufe geben, vielleicht Lust machen, auch mal „dabei sein zu wollen“ (ob als Ruderer, Zuschauer oder Landdienst, alles ist möglich).



Das „R-Team“ des RKN

Die Fotografen haben (immer) Kamera oder Handy dabei, suchen die beste Perspektive und drücken dann genau im richtigen Moment auf den Knopf. Oder sie tauschen sich mit anderen „Fotografen“ aus, wer eine bessere Sicht auf die Dinge hatte. Dabei werden schon Fotos ausgetauscht. Irgendwann müssen die Bilder per Mail zu uns gesendet oder hochgeladen werden. Auch das braucht Zeit.

Und diese Zeit nehmen sich die meisten von uns „on top“, also zusätzlich zu privaten und beruflichen Aufgaben und Terminen.

Am 4.12.2024 zeichnete Bundespräsident Steinmeier Menschen aus, die sich im Breitensport engagieren und dadurch zum Erhalt von Vereinsstrukturen beitragen.

Ja genau, nicht nur die Schreiberlinge und Fotografen tragen zur Vereinskultur bei. Jedes Jahr können wir bei etlichen Veranstaltungen sehen, wie unser Verein vom Ehrenamt lebt! Ohne dieses Engagement gäbe es den Verein gar nicht! Und gleichzeitig werden Grenzen bei der Suche nach engagierten Vereinsmitgliedern sichtbar.

Ein Beispiel: Gisela Prade hat als „Kantinenchefin“ das Ehrenamt jahrelang mit sehr viel Engagement geprägt. Eine Nachfolge, die das Amt genauso weiterführt, gibt es gerade nicht, die Aufgaben sind aktuell auf mehreren Schultern verteilt. Der Vorstand hat eine „Stellenanzeige“ verfasst und per Mail verteilt. Jetzt kann sich jeder ein genaues Bild von der Aufgabe machen. Denn veränderte Gesellschaftsstrukturen und ein verdichteter und komplexerer Berufsalltag führen dazu, dass jeder mit seinen Energieressourcen genau haushalten muss. An diesem Punkt ist unsere Vereinskultur in Bewegung, passt sich (und muss es wahrscheinlich auch) den Veränderungen an. Manch einer möchte sich engagieren und kann zuverlässig „nur“ einen „kleinen“ Teil beitragen. Und das zählt!! Viele kleine Teile ergeben ein großes Ganze.

Noch ein Beispiel: Anke Sump wollte in der Redaktion mitwirken. Nach dem „Reinschnuppern“ hat sie entschieden, dass sie verlässlich Korrekturlesen kann, bevor alles in den Druck geht (damit habt Ihr es noch schwerer, Fehler zu finden …). Ganz herzlichen Dank an sie!

Ich behaupte, unsere Vereinskultur ist gerade im Wandel. Und wir Mitglieder haben es (gemeinsam) in der Hand, damit es gut wird: was wir machen, wieviel sich jeder von uns einbringt, das entscheidet darüber, welche Angebote der Verein für uns hat.

Mein Anfangs-Gedanke für diesen Redaktionsgruß war ein Hoch auf die „Schreiberlinge“. Jetzt ist es ein HOCH AUF UNS geworden, auf diejenigen, die Zeit investieren und damit diesen Verein ermöglichen. Die dabei Spaß, Freude und Sinnhaftigkeit erfahren und es weitergeben. Dafür dürfen wir uns alle bei uns bedanken! Und das erwartet alle, die sich vielleicht dazu entscheiden, mal was anderes zu machen und sich neben dem Sport im und für den Verein engagieren.

In diesem Sinne wünschen wir Euch wieder viel Spaß beim Lesen!

Kerstin Arndt, Ralf Heinrich, Anne Strecha und Friederike Thöns

Titelseiten der letzten sechs Ausgaben



Inhalt

RKN 2024 – Der sportliche Jahresrückblick 7
Frühjahrsregatta in Münster 11
Bremer Regatta auf dem Werdersee 13
Deutsche Kleinbootmeister-schaften 2024 in Krefeld 15
Brandenburger Junioren- regatta 18. – 19. Mai 2024 16
2. Internat. DRV-Junioren- Regatta 2024 in Hamburg 17
Niedersächsische Landesmeisterschaften 18
Deutsche Jahrgangsmeisterschaften 2024 20
Bundeswettbewerb 21
Offene Landesmeisterschaften 24
185 YEARS OF HENLEY ROYAL REGATTA 2024 25
64. Celler Ruderregatta 28
Der 31. Fari-Cup in Hamburg 29
455 Gramm Begeisterung 30
Ein ganz besonderes Trainingslager 36
Rückblick – auf die Wettkampfsaison 2024 der „Trainingsgruppe Stadtbootshaus“ 40
Ruderfibel: Bootsarten und Bootsgattungen 42
Jahresbeginn mit Schlammschippen 44
Coastal Wanderfahrt von Emden nach Wilhelmshaven 45
Rund um die Strohauser Plate in Nordenham 49
Wiking-Sternfahrt 2024 51
Braunkohlwanderung der Alten Herren am 21. Januar 54
Frühjahrs- und Herbstputz: „Raus und ran“ war los 57
FiBS 2024 58
Spaghetti-Essen 2024 59
Herbstfahrt der Alten Herren nach Wernigerode am 16. Okt. 60
Neuer Jugendvorstand 61
Gut Blatt … 62
Eine kulinarische Tradition der Alten Herren 63
Der ganze Verein sagt DANKE 64
Wer kann unterstützen? 65
Laudatio auf Martin Olech 67
Das ewige Leben 68
Vereinskleidung 70
Sportversicherung 70
Mitgliedsbeiträge 71
Ansprechpartner 73
Termine 2025 74
Sommerprogramm 2025 75

Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht die Meinung der Redaktion oder des Herausgebers wieder. Zur leichteren Lesbarkeit ist oft auf die Doppelnennung der männlichen und weiblichen Form verzichtet worden. Wenn es aus dem Kontext (z. B. Regatta-Startklassen, Alte Herren) nicht anders hervorgeht, sind immer beide gemeint.

RKN 2024 – Der sportliche Jahresrückblick

Das Jahr 2024 war ein besonderes für den Ruderklub Normannia Braunschweig. Mit einer beeindruckenden Präsenz auf nationalen und internationalen Regatten konnten unsere Athletinnen und Athleten ihre Leistungsstärke erneut unter Beweis stellen. Hier ein kurzer Rückblick auf die Höhepunkte des vergangenen, so erfolgreichen Jahres.



Auf dem Sieg zum Landesmeistertitel im Männer Doppelvierer. V.l. Felix, Lucas, Lukas und Jan Hinnerk

Die nationale Bühne: Glänzende Titel bei Landes-, Bundes- und Deutschen Meisterschaften

Bei den Landesmeisterschaften Niedersachsen in Hannover erzielten die Ruderinnen und Ruderer des RKN zahlreiche Rennsiege. Ida Brandhorst war ohne Frage die herausragende RKN-Ruderin dieser Meisterschaften. Sie konnte sich gleich in drei Rennen durchsetzen. Natürlich war Felix Heinrich auch dabei und konnte zwei Siege für sich in Anspruch nehmen. Das taten ihm Greta Erdmann und Theo Müller gleich. Weitere Glanzlichter setzten Immo Brandhorst, Anje Mathilda Thöns, Lukas Zinkernagel, Lucas Heisel und Jan-Hinnerk Blanke, die jeweils in ihren Disziplinen Siege erringen konnten.



Greta und Anje in Renngemeinschaft mit Finja Kotter und Finja Meyfeld aus Lehrte gewannen bei den A-Juniorinnen Titel im 4x über 400 m.

Auf Bundesebene setzte Ida Brandhorst ihre Erfolgsgeschichte fort. Sie konnte sich mit einer souveränen Leistung auf der Langstrecke für das A-Finale beim Bundeswettbewerb qualifizieren, wo sie über 1000 m hervorragende Dritte wurde!



Ida nach ihrem Sieg auf der Langstrecke

Felix Heinrich wurde Deutscher Vize-Meister in Krefeld bei den Deutschen Kleinbootmeisterschaften nach starken Vorläufen, Halbfinals und einem hart umkämpften Finale. Dabei schlug er seinen Trainingskameraden Timo Strache. Der wurde später im Sommer Weltmeister im Einer bei der U23. Gewonnen hatte Paul Berghoff, mit dem Felix im Doppelvierer saß. Er hatte sich nur knapp vor Felix setzen können.



Felix, Paul Berghoff (Gold) und Timo Strache (Bronze) bei der Siegerehrung

Und auch bei den Offenen Deutschen Meisterschaften der Masters in Werder war der RKN sehr erfolgreich dabei: Carl Stoewahse holte Gold im Vierer (MM F MDA 60) und belohnte sich zusätzlich mit Silber im Achter.



Goldmedaille für Carl und seine Mitstreiter vom ARC Münster und Osnabrücker RV

Internationale Highlights: Weltcup-Rennen, Henley, EM und Paralympics und das silberne Lorbeerblatt

Ein besonders herausragender Erfolg war der Goldmedaillen-Gewinn von Hermine Krumbein im Doppelzweier bei den Weltcup-Rennen in Luzern. Hermine zeigte eine beeindruckende Leistung und setzte sich in einem packenden Finale gegen hochkarätige internationale Konkurrenz durch.

Nur wenig später konnte Hermine auch auf der Regatta in Poznan glänzen, wo sie erneut auf das Podium fuhr. Diesmal sicherte sie sich die Bronzemedaille. Doch nicht nur sie konnte sich in Poznan in



Sieg in Luzern

den Vordergrund rücken: auch Felix Heinrich erlebte ein außergewöhnliches Rennen. Im Doppelvierer erkämpfte er sich gemeinsam mit seinen Teamkollegen ebenfalls Bronze. Besonders bemerkenswert war, dass Felix‘ Boot in diesem Rennen das Schweizer Olympiaboot hinter sich ließ. Und nicht nur das. Sie verwiesen auch das deutsche, für Olympia qualifizierte Boot, zwei Längen hinter sich.



Felix und Co., die Bronze in Poznań holten.

Ein weiteres Highlight in der internationalen Saison war die Teilnahme von Felix an der Royal Regatta in Henley, einem der bekanntesten und prestigeträchtigsten Ruderwettbewerbe der Welt. Nachdem er sich mit seinen Teamkollegen im Doppelvierer in den Vorläufen und Halbfinals souverän durchgesetzt hatte, erkämpfte er sich im Finale den zweiten Platz – ein fantastisches Ergebnis und Erlebnis.

Besonders beeindruckend war die Art und Weise, wie sie ein weiteres Olympiaboot (dieses Mal Estland) klar hinter sich ließen.



Felix und Co. beim Vorlauf in Henley kurz vor dem Ziel – vor den Niederlanden.

Auch bei der Ruder-Europameisterschaft in Szeged, Ungarn war der RKN mit Hermine Krumbein sehr erfolgreich vertreten. Hermine belegte mit ihrem Partner im PR3-Mix 2x Rennen einen sensationellen zweiten Platz und darf sich nun Vize-Europameisterin nennen.

Ihr größter Erfolg auf internationaler Bühne und damit auch der größte Erfolg des RKN im Jahr 2024 war jedoch der Bronzemedaille-Gewinn bei den Paralympischen Spielen in Paris. In einer packenden Wettkampfsituation konnte sich Hermine wieder im Doppelzweier gegen die internationale Konkurrenz durchsetzen und den dritten Platz erringen.



Public Viewing im Kraftraum

Hermine und ihr Teampartner zeigten unglaublichen Kampfgeist und wurden dafür mit einem wohlverdienten Stück Eiffelturm in der Bronzemedaille belohnt. Dieser Erfolg wurde von der gesamten Ruder-Community des RKN beim Kanalrudern in Thune live auf einer Leinwand im Kraftraum mitverfolgt und gebührend gefeiert.

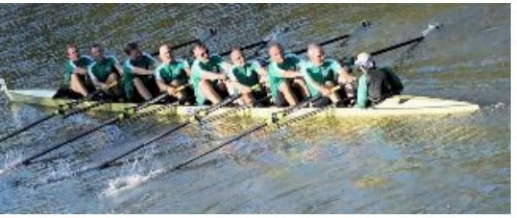


Empfang im Deutschen Haus

Auch unser Bundespräsident Frank-Walter Steinmeier war so sehr von Hermines Leistungen beeindruckt, dass er ihr umgehend das silberne Lorbeerblatt - die höchste staatliche Anerkennung für Spitzenleistungen im deutschen Sport — in einer gemeinsamen Feierstunde verlieh.

Jugendarbeit FiBS und Breitensport:

Ein zentraler Bestandteil der Vereinsarbeit ist schon immer die Jugendabteilung, die sich 2024 erneut an dem städtischen Ferienprogramm "Ferien in Braunschweig" (FiBS) beteiligte. Damit leisteten die Jugendlichen mal wieder einen wichtigen Beitrag zur erfolgreichen Nachwuchsförderung für den Verein. Auch im Breitensport zeigte sich wiederholt die Stärke des RKN. Nicht nur waren wir mit einem riesigen Aufgebot um Gunnar Bosse beim Hamburger Staffelrudern präsent, sondern auch der Thuner-Master-Stuhlkreis-Achter war zweimal sehr erfolgreich unterwegs. Denn beim Head of the River Leine in Hannover wurde wieder der erste Platz in der Altersklasse MDA55 erfolgreich verteidigt und beim Fari-Cup in Hamburg wurde zum Saison-Abschluss ein sensationeller zweiter Platz erkämpft.



Sieg beim Head of the River Leine. Im Boot waren vom Bug Jörg Kottmann, Hajo Meiners. Lars Fölster, Michael Lingg, Kay Herrmann, Andreas Betzler, Hartmut Grubel, Frank Ehrenberg und Ulrich Kuhls

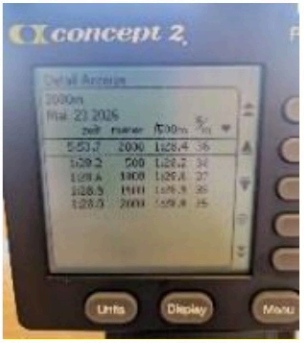


RKN Achter mit vom Bug Jörg Kottmann, Hajo Meiners, Lars Fölster, Michael Lingg, Andreas Schüller, Frank von Lacroix, Hartmut Grubel, Frank Ehrenberg und Ulrich Kuhls bei der Arbeit.

Ein herzliches Dankeschön und Ausblick

Diese und viele andere, hier nicht erwähnte Erfolge, wären ohne die Unterstützung unseres RKN-Trainerteams, der vielen engagierten Mitglieder und unserer Förderer nicht möglich gewesen. Ein besonderer Dank gilt Ulli Kuhls, Henry Gieseler, Oliver Bahrmann, Klaus Jo Arndt und Uta Zerjadtke sowie allen weiteren tatkräftigen Unterstützern. Mit Blick auf 2025 freuen wir uns darauf, diese Dynamik beizubehalten und weiterhin sportliche Höchstleistungen zu fördern.

Die Saison 2025 begann bereits Anfang Dezember 2024 mit der Langstrecke in Dortmund, inklusive Ergo-Test, vielversprechend. Hier konnte sich Felix mit seinem dritten Platz unter 91 Ruderern mit Bestzeit von 5:53 Minuten behaupten. Nur Olli Zeidler und ein Ruderer aus dem Deutschlandachter waren schneller. Auch Hermine konnte ihre Bestzeit verbessern und die Langstrecke mit Jan Helmich gewinnen.



Felix' neue Ergo-Bestzeit

Und man kann nur sagen: Leistung lohnt sich! Die Belohnung der außergewöhnlichen Saison war die Einladung zum Ball des Sports, wo Hermine und Felix eine wirklich gute Figur machten!



Auf eine erfolgreiche Saison 2025!

Ingo Pfaff

Frühjahrsregatta in Münster

Anders als in den vergangenen Jahren war nicht die Bremer Ruderregatta, sondern die Aasee-Ruder-Regatta in Münster am 20. und 21. April unser Saisonauftakt. Am Freitagnachmittag brachen wir mit zwei Senioren, sechs Junioren und Uli als Trainer trotz regnerischen Wetters nach Münster auf.

Der Samstag begann früh, damit wir vor den ersten Rennen noch ein Training absolvieren konnten. Den Auftakt machte Greta im Juniorinnen-B-Einer über 1500 Meter, den sie mit einem dritten Platz beendete. Es folgten Siege über 2000 Meter: Anje gewann im Einer, und Jan errang zusammen mit Jonas vom Wolfsburger Ruder-Club im Doppelzweier einen weiteren Sieg.

Kurz darauf startete Jan Hinnerk bei den Senioren und belegte den dritten Platz. Dominik siegte im schweren Junioren-A-Einer, während Jan im leichten Junioren-A-Einer den zweiten Platz erreichte.

Außerdem gewannen Anje und Lara im Juniorinnen-A Doppelzweier.



Anje nach ihrem Sieg im 1x



Dominik nach seinem Sieg im ‚schweren' A-Junioren Einer

Nachdem Greta ein weiteres Mal im Einer über 1500 Meter an den Start gegangen war und den vierten Platz erreichte, trat zum Tagesabschluss ein Senior-Doppelvierer an, besetzt mit Jan Hinnerk, Lukas Z., Lukas H. und Dominik. Trotz des weiterhin schlechten Wetters konnte die Mannschaft den Sieg erringen.

Am Sonntag besserte sich das Wetter leicht. Der Regen ließ nach, doch der Wind nahm zu, was die Bedingungen erschwerte. Dennoch sicherte sich Anje im Einer den zweiten Platz. Danach gewannen Jan und Jonas erneut im Junioren-A-Doppelzweier, und Jan Hinnerk triumphierte im Senioren-A-Einer. Dominik erreichte im Junioren-A-Einer einen

starken zweiten Platz. Besonders erfolgreich waren Lara und Greta im Juniorinnen-A-Doppelzweier, in dem sie den Sieg holten. Zum Abschluss des Wochenendes ging der Doppelvierer erneut an den Start, mit der gleichen Besetzung wie am Vortag: Jan Hinnerk, Lukas Z., Lukas H. und Dominik. Auch diesmal setzte sich die Mannschaft durch und krönte das Wochenende mit einem weiteren Sieg.



Vom Bug: Lara und Anje nach dem Sieg im Juniorinnen-A Doppelzweier



Jan Hinnerk nach seinem Sieg im 1x



Vom Bug: Lara und Greta nach ihrem Sieg im 2x

Dominik erreichte im Junioren-A-Einer einen starken zweiten Platz.



Vom Bug: Dominik, Lukas Z., Lukas H., Jan Hinnerk nach ihrem Sieg

Nach einem anstrengenden, aber erfolgreichen Wochenende traten wir erschöpft, aber sehr zufrieden die Heimreise an.

Dominik Stern

Bremer Regatta auf dem Werdersee



Anje und Sophie Groß (Dortmund) nach ihrem Sieg im Doppelzweier

Wie fast jedes Jahr nahm auch dieses Mal der Ruderklub Normannia an der Bremer Ruderregatta teil. Dieses Jahr traten sowohl Junioren und Kinder, als auch Senioren an, weshalb wir am Freitag, den 3. Mai, mit einer großen Horde von 15 Sportlern, Uli K. & Henry G. als Trainer zum Regattaplatz anreisten. Sobald wir ankamen, riggerten wir auf und ein Teil unserer Sportler stieg darauf direkt in die Boote, um am Nachmittag noch eine Trainingseinheit einlegen zu können. Abends fuhren wir zu unserer Unterkunft, einer Schulsporthalle, und gingen früh schlafen, um am nächsten Tag gestärkt in den Tag zu starten.

Am Samstag standen die 1500-Meter-Rennen für die Junioren und Senioren an und für die Kinder die Langstrecke von 2500 Meter. Das Wetter war sehr schön mit viel Sonne und warmen Temperaturen. Anje machte morgens den Auftakt mit ihrer neuen Doppelzweierpartnerin Sophie Groß vom RC Hansa Dortmund in der Kategorie JF 2x A Lgr.I - und das mit Erfolg. Sie belegten zu zweit den ersten Platz. Daraufhin absolvierten auch Henrik und Jakob ihre ersten Rennen des Wochenendes im A-Junioreneiner. Jan holte sich im A-Junioreneiner der Leichtgewichte den ersten Platz und erntete ebenfalls eine Medaille. Bei den Senioren startete Jan Hinnerk im B-Senioreneiner der Leichtgewichte und schaffte es auf den vierten Platz. Auch in den Viererrennen war unser Ruderklub vertreten. Zusammen mit der Bonner RG, dem Wormser RC Blau-Weiß und dem Karlsruher RV Wiking mit Adrian Mengedoht trat Lucas Heisel bei dem Rennen SM4- A/B I an und errangen den vierten Platz in ihrer Abteilung. Einen weiteren Sieg gab es für Dominik im A-Junioreneiner der Leistungsgruppe II. Der Renngemeinschaft zwischen Jonas vom Wolfsburger RC und Jan gelang es, den zweiten Platz im leichten A-Juniorendoppelzweier zu ergattern. Im Rennen der Kategorie JF 1x A Lgr. I erzielte Anje den zweiten Platz und Dominik startete noch ein zweites Mal am Tag im Einer, aber diesmal in der Leistungsgruppe I und landete auf dem dritten Platz. Henrik und Jakob schafften es in ihrem Doppelzweierrennen erfolgreich auf Platz zwei. Die Kinder waren ebenfalls erfolgreich. Theo und Immo holten sich direkt zu Beginn den zweiten Platz in der Altersklasse der 12-13jährigen und Mats ruderte sich im Einerrennen der 14jährigen Jungen auf den vierten Platz. Auf den ersten Platz kämpfte sich Ida auf der Langstrecke in der Altersklasse der 14-Jährigen Mädchen.

Den ersten Regattatag beendete das Seniorenviererrennen mit einem spannenden Duell zwischen zwei Booten, in denen jeweils Ruderer aus unserem Verein vertreten waren. Letztendlich schaffte es der Vierer mit Adrian und Jan Hinnerk knapp vor dem anderen Vierer auf Platz zwei. Darauf folgte der Vierer mit Lucas.

Am nächsten Tag starteten wir mit viel Sonnenschein erholt in den zweiten Regattatag. Die Kinder hatten diesmal entweder eine Strecke von 300 Metern oder eine von 700 Metern zu absolvieren. Morgens holte sich Immo im Rennen der 12-Jährigen direkt den ersten Sieg des Tages und auch Mats und Ida holten sich in ihrem jeweiligen Einerrennen einen erfolgreichen zweiten Platz. Die Junioren und Senioren ruderten wie am Vortag ebenfalls 1500 Meter und Anje holte sich erneut gemeinsam mit der Dortmunderin Sophie den ersten Platz im Doppelzweier. In der Kategorie JF 1x A Lgr.II ruderte Lara sich auf den vierten Platz. Henrik und Jakob starteten beide im A-Junioreneiner der Leistungsgruppe III in unterschiedlichen Abteilungen und holten sich jeweils den fünften Platz. Das Duell zwischen den Seniorenvierern wiederholte sich am Sonntag, jedoch schaffte es diesmal der Vierer mit Jan Hinnerk und Adrian als erstes durch das Ziel. Greta erzielte den vierten Platz bei den leichten B-Juniorinnen in der Leistungsgruppe I und Anje bei den A-Juniorinnen im Einer den zweiten Platz. Einen weiteren Sieg gab es für Dominik im A-Junioreneiner in der Lgr.I. Der A-Juniorendoppelzweier mit Henrik und Jakob errang den vierten Platz in ihrer Kategorie und Jan und Jonas vom Wolfsburger RC den zweiten Platz. Greta & Lara schafften es im A-Juniorinnendoppelzweier in einem spannenden und zugleich knappen Rennen doch noch auf Platz eins. Bei den Einern holten sich Jan den dritten Platz, Jan-Hinnerk den zweiten Platz und Dominik den Sieg mit dem ersten Platz in ihrer jeweiligen Kategorie. Zuletzt nahmen Lucas und Adrian noch an einem weiteren Seniorenvierer teil und schafften es auf den zweiten Platz.

Am Nachmittag traten wir zwar völlig erschöpft, aber auch glücklich die Heimreise an.



Dominik Stern am Siegersteg

Lara Ebermaier-Cintra



Kampf der Titanen im A-Finale. Von links: Paul Berghoff, Felix, und Timo Strache

Deutsche Kleinbootmeisterschaften 2024 in Krefeld

Silber für Felix



Felix und Trainingspartner Timo Strache vom Hannoverschem RC

Wie jedes Jahr im April stehen für die Kaderathleten und -athletinnen des Deutschen Ruderverbandes (DRV) die Deutschen Kleinbootmeisterschaften auf dem Programm, diesmal wieder auf dem Elfrather See bei Krefeld. Mit einer guten Platzierung dort kann man sich für eine Nominierung für internationale Regatten empfehlen. Entsprechend emsig hat sich Felix, Weltmeister im Doppelvierer der U23 in Plovdiv, vorbereitet. Kurz zuvor wurde er für seine herausragenden sportlichen Leistungen 2023 von der Stadt Braunschweig geehrt. Bei einem Trainingslager der A-Nationalmannschaft hatte sich Felix in Ratzeburg bereits sehr gut auf dem Ruderergometer platzieren können. Der Nachwuchs-Doppelvierer, in dem er startete, war nur unwesentlich langsamer als die für Olympia nominierte Mannschaft, das sollte sich für ihn beim Weltcup in Plovdiv zum Positiven ändern. Die Chancen für einen Start bei Olympia waren eher gering, aber bei den anstehenden internationalen Regatten wollte er auf jeden Fall gerne dabei sein. Ziel war das Erreichen des A-Finales, also der besten sechs Ruderer von dem insgesamt 47 Ruderern umfassenden Feld. Und das hat er eindrucksvoll erreicht. Mit Siegen im Vorlauf, dem Viertel- und Halbfinale hat er sich für das A-Finale qualifiziert und konnte dort sehr guter Zweiter werden, was mit Silber belohnt wurde. Zweimal konnte er dabei sogar als einziger Ruderer unter der magischen Marke von 7 Minuten auf 2000 Metern bleiben. Dritter im Finale hinter Felix wurde sein Trainingspartner Timo Strache, der später im Jahr Weltmeister im Einer bei den U23 Weltmeisterschaften wurde. Mit diesen Leistungen wurde er für den Weltcup in Poznań und für die traditionsreiche Regatta in Henley-on-Thames im Vereinigten Königreich nominiert.

Ralf Heinrich

Brandenburger Junioren-regatta 18. – 19. Mai 2024

In diesem Jahr ging es für uns am Freitag, 17. Mai, wieder zur Juniorenregatta nach Brandenburg. Nachdem wir die Boote am Regattaplatz abgeladen hatten, sind wir zum Kloster Lehnin gefahren, wo wir netterweise über das Wochenende im Ruderclub schlafen durften. Abends haben wir dann im Ort auch eine kleine Pizzeria gefunden und uns für die kommenden Tage gestärkt.

Am Samstag ging es dann erst gegen Mittag für uns aufs Wasser. Zuerst startete der Doppelzweier mit Lara und Anje, die einen sechsten Platz erruderten.



Lara und Anje im Doppelzweier Juniorin A am Samstag

Danach waren die Einerrennen an der Reihe, wobei Greta und Anje jeweils einen dritten Platz belegten. Das letzte Rennen das Tages hatte Dominik, der in seiner Abteilung einen fünften Platz erreichte.

Nach diesem ersten und anstrengenden Tag ging es für uns wieder zurück zum Kloster Lehnin und in die bereits bekannte Pizzeria.

Am Sonntag sollte es für uns schon früher zum Regattaplatz gehen und die Doppelzweier von Lara und Anje und Jan und Jonas machten den Auftakt des Regattatages. Die Boote belegten einen dritten und einen zweiten Platz. Im Einer erruderte sich Greta am zweiten Tag einen vierten, Anje einen fünften und Dominik einen zweiten Platz.

Es war insgesamt ein eher kaltes Wochenende mit starkem Gegenwind und Regen. Leider musste die Regatta am Sonntag aufgrund von Gewitter abgebrochen werden, doch wir konnten zum Glück all unsere Rennen vorher beenden. So sind wir am Sonntagnachmittag trotz Regen gut nach diesem anstrengenden Wochenende zurück nach Braunschweig gekommen.

Anje Thöns



Oben: Dominik im „schweren" Einer Junior A;

Mitte: Jan in Renngemeinschaft mit Jonas im Junior Doppelzweier A Leichtgewicht;

Unten: Greta im Juniorin Einer B Leichtgewicht am Sonntag

2. Internat. DRV-Junioren-Regatta 2024 in Hamburg

Vom 31. Mai bis zum 2. Juni fand in Hamburg die 2. internationale DRV-Junioren-Regatta statt, an der wir auch dieses Jahr teilgenommen haben.

Wir sind Freitag direkt nach der Schule nach Hamburg aufgebrochen, wo es für uns zwar noch keine Rennen, aber nachmittags noch eine Trainingseinheit für Anje und Dominik mit ihren Renngemeinschaftspartnern gab.

Dominik ist auf dieser Regatta das erste Mal mit Johan van den Akker aus Celle gestartet, während Anje und Sophie Groß aus Dortmund in Hamburg auf ihrer zweiten gemeinsamen Regatta angetreten sind. Am Samstag ging es dann bei traumhaftem Wetter mit unseren ersten Rennen los, neben Anjes erstem Platz im Doppelzweier mit Sophie konnte Dominik sowohl im Doppelzweier mit Johan als auch im Einer einen zweiten Platz erzielen. Unsere anderen Rennen, darunter Anjes und Gretas Einer und der Doppelzweier von Jan und Jonas Knaupp aus Wolfsburg, endeten alle in dritten Plätzen, und so konnten wir unseren Tag ohne sonderliche Misserfolge beenden.

Es gab an dem Nachmittag allerdings noch einen kleinen Schock, als die Rennergebnisse für Anje und Sophies Rennen etwas verrücktspielten und eine viel zu langsame Zeit und einen dritten Platz für die beiden anzeigten. Der Platzierungsfehler wurde glücklicherweise nach einer Weile behoben, die falsche Zeit blieb aber in den offiziellen Ergebnissen stehen.

Bevor wir uns allerdings von diesem anstrengenden Tag erholen konnten, sind wir abends noch einmal zum Bahnhof, um dort einige Nachzügler einzusammeln. Es haben sich Lara und Jan Hinnerk zu uns gesellt, wobei Lara ihre Freundin Maedbh aus Irland mitgebracht hat, womit wir internationalen Besuch für unseren nächsten Regattatag hatten.

Am Sonntag konnten dann bei starkem Schiebewind und hohem Wellengang nur Anje und Sophie ihr Rennen für sich entscheiden, während sich Lara und Greta in dem Lauf direkt nach den beiden einen zweiten Platz erkämpfen konnten. Nach unserem letzten Rennen sind wir dann sonntagabends erschöpft und größtenteils zufrieden wieder nach Braunschweig aufgebrochen. Einige Tage später haben wir dann noch Post aus dem Biller Ruder Club, dem Verein, bei dem wir übernachtet hatten, bekommen. Wir hatten dort samstagabends noch ein Spiel gespielt, dabei leider einen Spielstein verloren und dort gelassen, den uns ein alter Bekannter von Ulli aus dem Verein freundlicherweise hinterhergeschickt hat.

Greta Erdmann



Anje nach ihrem Sieg mit Sophie im Doppelzweier



Johan im knappen Junioreiner A Zieleinlauf

Niedersächsische Landesmeisterschaften

. . . und Allgemeine Regatta Hannover



Der A-Juniorinnen 4x über 400 m wird Landesmeister! V.l.r: Greta und Anje, sowie Finja Kotter und Finja Meyfeld aus Lehrte

Am 24. und 25. August 2024 fanden die Niedersächsischen Sprint - und Landesmeisterschaften auf dem Maschsee in Hannover statt. Unser Verein war mit beiden Bootsanhängern und einer Vielzahl von Kindern und Junioren in Begleitung von Lucas und Henry vor Ort. Den Auftakt der Regatta machten Jakob und ich mit unserem Meisterschaftsrennen im Einer. Auch Dominik Stern hatte sich zu diesem Rennen angemeldet, aber aufgrund einer Corona Infektion konnte er leider nicht teilnehmen und verpasste so womöglich die Chance auf seinen Landesmeisterschaftstitel. Die Distanz betrug hier am Samstag 400 m, auf der ich mir im Vorlauf den ersten Platz sichern konnte, im Finale dann einen knappen vierten Platz erreichte. Jakob schaffte es leider nicht ins Finale. Ebenfalls im Einer starteten Lara Cintra, sie wurde dritte und Greta Erdmann sicherte sich den vierten Platz.

Am Nachmittag starteten dann noch verschiedene Vierer Kombinationen. Der Stützpunktvierer, bestehend aus Anje Thöns und Greta Erdmann vom RKN sowie Finja Kotter und Finja Meyfeld aus dem Lehrter Ruderclub, erreichte den ersten Platz und wurden somit Niedersächsischer Landesmeister.

Der Männervierer besetzt mit Jan Kottmann, Lukas Zinkernagel, Lucas Heisel und Jan Hinnerk Blanke sicherte sich einen knappen dritten Platz. Von den Kindern konnte sich Ida Brandhorst den ersten Platz im Einer holen und Mats Fölster den dritten Platz. Am Sonntag ging es mit der Langstrecke mit einer Distanz von 1000 m weiter. Hier gab es außerdem prominenten Besuch von Hermine Krumbein, die aufgrund ihrer bevorstehenden Teilnahme an den Paralympics aber auf eine Teilnahme verzichtete. Auch Felix Heinrich war mit am Start, er sicherte sich mit Abstand den ersten Platz und wurde somit auch Niedersächsischer Landesmeister.



Felix auf dem Weg zum Landesmeistertitel im Männer Einer



Landesmeisterin Greta bei der Siegerehrung



Die Landesmeister im Männer 4x Felix, Lukas, Lukas und Jan Hinnerk

Greta Erdmann konnte sich ebenfalls durch einen starken ersten Platz eine Medaille für den Niedersächsischen Landesmeister abholen. Anje Thöns gewann in ihrem Einerrennen am Sonntag den zweiten Platz für sich. Im Verlauf des Tages konnten noch zwei unserer Vierer den dritten Platz für sich ausmachen.

Der Vierer bestehend aus Felix Heinrich, der als Ersatz für Dominik einsprang, Lukas Zinkernagel, Lucas Heisel und Jan Hinnerk Blanke erreichten Platz eins und wurden somit Niedersächsischer Landesmeister. Auch die Kinder waren wieder erfolgreich: so wurde Ida Brandhorst erste in ihrem Einer, Theo Müller erreichte den dritten Platz und Konstantin Schmidt den vierten Platz. Henrik Bremer und Jakob Godau konnten den zweiten Platz im Zweier für sich ausmachen. Es war also wieder eine erfolgreiche Regatta für unseren Verein gewesen.


Gruppenbild der Normanninen und Normannen

Johan Hertel

Deutsche Jahrgangsmeisterschaften 2024

Dieses Jahr wurden die deutschen Jahrgangsmeisterschaften in Essen auf dem Baldeneysee ausgetragen. Wir starteten mit drei Sportlern, die allesamt mit Doppelzweiern in Renngemeinschaften an den Start gingen. Am Mittwoch, dem Tag der Anreise, haben wir die Regattastrecke etwas erkundet, sowohl an Land, als auch zu Wasser. Der Baldeneysee ist wirklich sehr schön in einer leicht hügeligen Landschaft gelegen und wir waren alle positiv vom Wetter überrascht, lediglich den leichten Gegenwind hätte man sich sparen können.

Am Donnerstag war es endlich so weit, nach einer erholsamen Nacht im „Haus am Turm“ ging es für uns alle in voller Vorfreude (und gesunder Anspannung) zur Regattastrecke, um die Vorläufe zu bestreiten.

Den Startschuss für unseren Verein setzten Anje und Sophie (Hansa Dortmund) mit einem dritten Platz, Dominik und Johann (HB Celle), sowie Jonas (Wolfsburger RC) und ich schafften ebenfalls keinen Direkteinzug in das Halbfinale. Somit ging es für alle am Freitag mit den Hoffnungsläufen weiter.



Anje und Sophie (Hansa Dortmund) auf dem Weg zum Start

Hier war die Aufregung, insbesondere auf Seiten der Wolfsburger Kollegen 😉, schon größer. Anje und Sophie (Hansa Dortmund), welche erneut als erste starteten, schafften es souverän auf den zweiten Platz. Jonas (Wolfsburger RC) und ich kamen nach einem sehr kontrollierten Rennen ebenfalls als zweite in das Ziel. Für uns ging es also mit dem Halbfinale weiter. Dominik und Johann (HB Celle) landeten nach einem langen Duell mit einem Boot aus Königs Wusterhausen knapp auf dem vierten Platz, was bedeutete, dass sie es leider nicht in das Halbfinale schafften.



Jan und Jonas auf dem Weg zum Einzug in das Halbfinale

Am Samstag war es dann so weit: wir bestritten die Halbfinals. Anje und Sophie (Hansa Dortmund), sowie Jonas (Wolfsburger RC) und ich wurden vierte. Das hatte für uns alle natürlich erstmal eine leichte Dämpfung der Laune zufolge, denn es bedeutete einen Start im B-Finale. Dominik, welcher nun als Kameramann fungierte, machte hier tolle Fotos und langweilte sich keine Minute.

Am letzten Tag der Meisterschaft, dem Sonntag, wurden schließlich die Finals ausgetragen. Es war weiterhin gutes Wetter, jedoch wurden die Beine langsam schwerer und wir waren froh, dass ein Ende dieser vier anstrengenden Tage in Sicht war. Anje und Sophie (Hansa Dortmund) konnten sich in ihrem B-Finale, nach einem Nervenaufreibenden Rennen, gut platzieren und schafften es auf den zweiten Platz. Jonas und ich wurden leider nach einem etwas unsauberen Rennen nur Vierte.



Ulli und sein Trainerkollege aus Dortmund beraten sich am Steg

Ein Fazit lässt sich nur schwer fassen. Ich denke, wir haben alle viele wichtige Regattaerfahrungen gesammelt und konnten sicherlich einiges dazulernen. Am Ende sind wir alle zufrieden nach Hause gefahren.

Jan Kottmann

Bundeswettbewerb

. . . mal anders

Zu Beginn der diesjährigen Sommerferien fand wie jedes Jahr der Bundeswettbewerb der Kinder in Berlin statt. Wie schon in den letzten Jahren vereinzelt vorgekommen, waren wir auch dieses Jahr nicht nur mit unseren Kindern als Sportler, sondern auch mit vier Freiwilligen, welche sich als Regattahelfer gemeldet haben, vor Ort.

Während die Kinder, wie sonst auch üblich erst am Donnerstag nach Berlin aufbrachen, begann das BW-Wochenende für die Helfer bereits am Mittwoch. Am Morgen sammelten wir den bereits beladenen Anhänger sowie den vollgepackten Bus am Verein ein und brachen gegen 8:30 Uhr nach Berlin auf, um, wie vereinbart, gegen Mittag an der Strecke in Grünau anzukommen. Nach einer gefühlt ewigen Fahrt auf der Autobahn kamen wir dann pünktlich in Berlin an und wurden freudig begrüßt.

Nach einer kurzen Vorstellung bekamen wir direkt unsere ersten Aufgaben und begannen mit der Arbeit. Anje und Greta bekamen einen Job „im Büro“, während Dominik und Jan Hinnerk auf dem Zeltplatz in der prallen Sonne zum Stromverlegen geschickt wurden. Dies stellte sich jedoch etwas schwieriger als geplant heraus, da der Zeltplatz (normalerweise ein Bogenschießplatz) noch in Betrieb war, sodass noch etwas abgewartet werden musste. Während Dominik und Jan Hinnerk also noch warten mussten, hatten Greta und Anje ihre erste Aufgabe bereits vollendet und durften damit weiter machen, die Bootsplätze für die verschiedenen Ruderjugenden einzuteilen. Nachdem auch das erledigt war, gab es dann ein gemeinsames Abendessen mit allen Helfern. Am Abend folgte für Dominik noch eins der Highlights des Wochenendes: Er durfte als Begleitung für einen Achter eines Berliner Vereins Katamaran fahren.

Der Rest war währenddessen erneut auf dem Zeltplatz aktiv, um die verbliebene Arbeit zu vollenden. Danach wurden nur noch die Quartiere im vor Ort ansässigen Verein Turbine Grünau bezogen und schon am Tag eins ging es erschöpft ins Bett.

Der zweite Tag, Donnerstag, begann für uns dann noch verhältnismäßig entspannt um ca. 9:30Uhr, als wir uns nach einem gemeinsamen Frühstück

wieder bei der Regattaleitung einfanden, um unsere Jobs für den Tag zu erhalten. Wir wurden erneut in zwei Zweierteams aufgeteilt, Anje und Greta auf dem Zeltplatz zum Einweisen der ankommenden Ruderjugenden und Dominik und Jan Hinnerk am „Empfang“, um ankommende Anhänger einzuweisen und das Verkehrschaos im durchaus engen Wohngebiet rund um die Strecke, möglichst gering zu halten. Beide Aufgaben waren für uns mehr oder weniger tagesfüllend, da ab ca. 11:00 Uhr ein konstanter Strom an ankommenden Sportlern aus ganz Deutschland vorhanden war. Während des Einweisens der Anhänger kam es dann auf Grund der etwas schwierigen Verkehrssituation und sehr eigenwilliger Anhängerfahrer aus verschiedenen Bundesländern zu der ein oder anderen kuriosen und in manchen Fällen auch nicht ganz ungefährlichen Situation (hierzu als Highlight zu nennen: ein Zugfahrzeug, welches auf den Straßenbahnschienen neben der Straße aufgebockt wurde, da sich der Fahrer partout nicht an die Anweisung der Einweiser halten wollte). Ansonsten war der Tag zwar lang, aber noch nicht besonders spektakulär.

Während wir unseren Helfertätigkeiten nachgingen, kam gegen Mittag dann auch Henry mit seinen Sportlern in Berlin an und sie begannen, die Boote für die anstehende Regatta vorzubereiten, sowie sich mit den Gegebenheiten vor Ort bekannt zu machen. Für sie begann der offizielle Teil dann am Abend mit der Begrüßungsveranstaltung des BWs.

Freitag, der offiziell erste Regattatag. Noch bevor die Sonne sich vollständig am Himmel zeigte, begann der Tag für Anje und Greta um 5:30 Uhr, um zusammen mit dem beauftragten Caterer das Frühstück für die Sportler vorzubereiten. Nach dem Frühstück bekamen sie dann eine wohlverdiente Pause und mussten erst zum Mittagessen zu ihrem Arbeitsplatz zurückkehren. Dominik und Jan Hinnerk konnten quasi ausschlafen und mussten sich erst um 6:00 Uhr bei der Regattaleitung einfinden um dann die Betreuung der Parkplätze, welche extra für den BW angemietet wurden, zu übernehmen. Der Tag blieb für uns dann allerdings bis auf einen Wolkenbruch und das Überbrücken eines anderen Vereinsbus, in dem die Kinder bei nicht laufendem Motor die Klimaanlage voll aufgedreht hatten, unspektakulär. Auf Grund des frühen Starts in den Tag gab man uns dann allerdings auch den Nachmittag frei, sodass wir diesen nach unseren eigenen Wünschen in Berlin gestalten konnten.

Für unsere Sportler startete der BW mit einer durchaus erfolgreichen Langstrecke. Mats sicherte sich einen Platz im zweiten Lauf auf der am Sonntag folgenden Kurzstrecke. Ida sogar einen im ersten Lauf. Aber auch Immo, Konstantin und Theo konnten mit ihren Ergebnissen und den daraus folgenden Setzungen am Sonntag durchaus zufrieden sein.

Samstag, für uns Helfer das Highlight und der Grund, warum wir eigentlich angereist waren. Der Tag begann dieses Mal relativ spät, um halb neun, damit, dass wir für den, zum BW gehörenden, Allgemeinen-Sport-Wettbewerb aufbauen durften. Welcher dann im Anschluss auch direkt startete und uns bis in den frühen Nachmittag beschäftigte und hin und wieder durchaus belustigte. Nach dem Zusatzwettbewerb hieß es dann „Betreuerrennen“, bei welchem wir auch an den Start gehen wollten. Extra dafür hatten wir zuvor in Braunschweig getestet, ob die Tragkraft unseres Vierers Turmfalke ausreicht, um uns an den Start gehen zu lassen, da in diesem alle Mannschaften, auch wenn meist viel zu schwer dafür, in Kinderbooten an den Start gehen müssen. Ein dementsprechend lustiges Bild ergab sich dann also für die Zuschauer, während wir, mit ebenfalls reichlich Spaß, unser Rennen im Fast-U-Boot Turmfalke vollendeten. Danach gab es dann für uns nur noch ein wenig beim Abendessen zu tun und wir fielen erneut sehr erschöpft, nach einem sehr spaßigen Tag ins Bett.

Der Finaltag Sonntag begann dann wieder sehr früh, aber mit einem weiteren Highlight für uns. Als Belohnung für die harte Arbeit an den vorangegangenen Tagen hatte man uns am Vorabend gefragt, welche Jobs wir am Sonntag gerne hätten und wir wünschten uns auf die Startbrücke am 1000 m Start zu dürfen, was man uns dann auch erfüllte. Auf der Brücke konnten wir dann die ersten Starts des Tages, bei denen auch drei der Braunschweiger Boote starteten, assistieren, nachdem einige technische Schwierigkeiten überwunden werden

mussten, da Funkkanäle für Walkie-Talkies, wie wir schon beim Einweisen der Anhänger feststellen mussten, in Berlin häufig doppelt und dreifach belegt sind, was die Kommunikation in der Orga natürlich deutlich erschwert. Nach getaner Arbeit auf der Startbrücke unterstützten wir dann nur noch bei ersten Abbauarbeiten und dann hieß es für uns Schichtende und damit auch BW-Ende. Wir warteten dann noch bis unser Anhänger wieder vollständig beladen war, was sich mal wieder etwas zog. Dann machten wir uns wieder auf die lange Fahrt nach Braunschweig.

Auf sportlicher Seite gab es am Sonntag dann erneut einige Erfolge zu verbuchen. Theo konnte sich im Einer einen starken dritten Platz im dritten Lauf sichern, Konstantin und Immo gewannen in Lauf vier des leichten Doppelzweiers der 12- und 13-jährigen sogar die Silbermedaille. Mats brachte nach seiner erfolgreichen Langstrecke dann noch den fünften Platz des zweiten Laufs im Einer der 14-jährigen ins Ziel. Das Highlight war dann Ida, die es schaffte, sich den dritten Platz im ersten Lauf des leichten Mädchen-Einers zu sichern, eine sehr starke Leistung!

Insgesamt war der BW dieses Jahr also aus mehr als nur der sportlichen Perspektive ein voller Erfolg für uns und wir bedanken uns bei den Ausrichtern in Berlin für einen sehr schönen und gut organisierten BW. Vielleicht sieht man sich nächstes Jahr wieder. Dann in München.

Jan Hinnerk Blanke



Pausenerholung



Pausenbeschäftigung: Gretas künstlerische Seite

… und für den Fall der Fälle:

auch für 2025 werden Helfer benötigt … 😉

HELFER:IN GESUCHT!

Der 56. Bundeswettbewerb findet vom 26. - 29. Juni auf der Regattastrecke in München Oberschleißheim statt. Die Deutsche Ruderjugend (DRJ) sucht dazu Helfer:innen die bei der Durchführung der Veranstaltung unterstützen.

Dein Profil

- mindestens 16 Jahre alt und möchtest uns bei der Durchführung unterstützen.
- Du hast die Möglichkeit uns vom 26. – 29. Juni in München zu unterstützen
  - auch tagesweise; nach Absprache

Bild: rudern.de

Offene Landesmeisterschaften

Erfolge in Brandenburg an der Havel

Der Abschluss der Regattasaison der Kinder, Junioren und einiger Senioren waren in diesem Jahr erneut die Offenen Brandenburgischen Landesmeisterschaften, die am 28. und 29. September in Brandenburg an der Havel stattfanden. Aufgrund der Vielzahl von Sportlerinnen und Sportlern sowie der zahlreichen gemeldeten Boote mussten sogar zwei Anhänger mit nach Brandenburg reisen. Das gesamte Wochenende war von sonnigem, aber stürmischem Wetter geprägt, mit vereinzelten Schauern, was die Bedingungen auf der Strecke anspruchsvoll machte. Am Samstag begann der Wettkampftag mit den Männer-Einern. Dominik erreichte bei den schweren Männern den dritten Platz, während Jan Hinnerk bei den Leichtgewichten ebenfalls als Dritter durchs Ziel fuhr.



Jan Hinnerk im Leichtgewichts Einer

Weiter ging es mit Jan und Jonas (Wolfsburger RC), die im Doppelzweier der leichten A-Junioren den zweiten Platz belegten. Hendrik und Jakob starteten im Doppelzweier der schweren A-Junioren und kamen als Sechste ins Ziel. Den Abschluss des Tages für die Junioren bildete der Männer-Doppelvierer mit Jan, Jonas (Wolfsburger RC), Henry (unser Kindertrainer, der kurzfristig einsprang) und Dominik, der einen starken zweiten Platz erringen konnte.



Jakob und Hendrik im Doppelzweier



Jan und Jonas im leichten Doppelzweier

Am Sonntag startete der Regattatag mit Greta im Einer der leichten B-Juniorinnen, in dem sie den zweiten Platz erreichte. Jan und Jonas (Wolfsburger RC) belegten im Vorlauf des Männer-Doppelzweiers ebenfalls Rang zwei und wurden später im A-Finale Vierte. Dominik erreichte in seinem Vorlauf für den schweren Junioren-A-Einer Platz drei, musste sich im A-Finale jedoch mit Rang fünf begnügen. Jakob fuhr im B-Finale des schweren Junioren-A-Einers auf den vierten Platz. Hendrik sicherte sich zum Abschluss noch den Sieg im B-Finale des leichten Junioren-A-Einers.

Auch die Kinder konnten mit starken Leistungen überzeugen. Immo wurde in seinem Vorlauf Zweiter und qualifizierte sich damit für das A-Finale, wo er den sechsten Platz belegte. Gemeinsam mit Konstantin erreichte er zudem den zweiten Platz im leichten Jungen-Doppelzweier (13–14 Jahre). Ida überzeugte ebenfalls und sicherte sich im leichten Mädchen-Einer (13–14 Jahre) den dritten Platz im Finale.

Dominik Stern

185 YEARS OF HENLEY ROYAL REGATTA 2024

Patron: HIS MAJESTY THE KING

Written by fan Mama.

Die erste Juli-Woche ist fest terminiert für diese ganz besondere Regatta, mit einem ähnlich hohen Stellenwert wie Wimbledon im Tennis oder das Pferderennen Royal Ascot (weiß jedes Kind im UK). Eintrittskarten für Gäste sind nur über Mitglieder englischer Rudervereine zum „Steward´s Enclosure“ zu beziehen und das war nicht ganz einfach. Felix Viererpartner Alex Finger kannte glücklicherweise jemanden von Oxford Brooks und konnte durch ihn Karten für uns organisieren. Dieser Bereich im Zielraum mit Tribünen, Gastronomie, Pokalen etc. steht für HENLEY und wurde uns als ein „must do“ dringendst empfohlen. Für schlappe 90,00 € p.P./Tag inklusive Kleiderordnung: Damen im Kleid gerne mit Hut/Fascinator (grrrr . . . bei 10 – 13 °C und Regen), sowie Herren in ihren Vereins-Ruder-Jacketts mit Krawatte und feiner Hose (kein Zutritt mit Jeans, Bermuda!!). Dies galt auch für die Sportler. Man trinkt „Pims“ half pint ca.300 ml für 9,70 €, aber dort gingen meist Karaffen für 48 € über den Tresen, und das massenhaft. Stefan vom RC Germania HH ist vor 29 Jahren selbst in Henley gefahren und seitdem „Wiederholungstäter“. Er kommt fast jedes Jahr vorbei zur „schönsten Woche des Jahres“. Jeden Abend ist Party in der Stadt und er zahlt im Pub per mobil.





So kleidet man sich im „Steward´s Enclosure“ Links von Wilma stehen Carsten und Annette Berghoff, die Eltern von Paul, der im 4x im Bug sitzt

Die meisten wohnen in Reading.

Eine besondere Ehre wurde Felix Doppelvierer durch die Einladung vom Leander Club (ca. 3500 Mitglieder und größter Ruderclub der Welt) zuteil. Sie sollten den „The Queen Mother Challenge Cup“ fahren, einer der Cup’s mit Elite Booten. Gewohnt wurde bei einer älteren Dame mit Hund, ca. 800 m entfernt von der Strecke. Prominenter Nachbar war George Harrison, Gitarrist der legendären Beatles. Die nette Dame hat den vieren sogar jeden Tag etwas gebacken!

Bevor es wirklich mit der Regatta losging, wurde zunächst die Startverteilung ausgelost und veröffentlicht. So sah die Verlosung („The Draw“) von Felix & Co aus:



Um diese „Pötte“ geht es in Henley



„The Draw“ für den „Queen Mother Challenge Cup“

Im „Queen Mother Challenge Cup“ wurden 6 Elite Boote gemeldet bzw. eingeladen. Felix & Co mussten schon im Viertelfinale ran, währen die Esten und Amerikaner Freilose hatten.

Die Teilnehmer der Rennen wurden mit Schildern von Hand angekündigt: Braunschweig/Magdeburg war zu lesen, da nur 2 Vereine aufgeführt werden durften und zwar die mit den schnellsten Ergo-Ergebnissen). Die Wertschätzung der Ruderer, auch für die Gegner, war wirklich beeindruckend. Z.B. durch Klatschen bis zum Ablegen bei jedem Rennen. Zu Beginn der Regatta waren alle Teilnehmerboote im Zelt – ein atemberaubender Anblick, laut Felix. Aber nach Start der Regatta mussten die Verliererboote dieses bis zum Abend verlassen.

Im Viertelfinale besiegten unsere „boys“ die Niederländer und im Halbfinale die Olympiaauswahl der Esten, so wie sie auch schon im Vorfeld die schweizerische Olympiaauswahl und insbesondere auch das deutsche Auswahlboot auf anderen Regatten klar schlagen konnten. Im Finale mussten sie dem Leander Club nur knapp den Vortritt lassen, aber was soll’s. Die Briten kannten sich in ihrem Ruderrevier einfach besser aus und wussten, wann sie



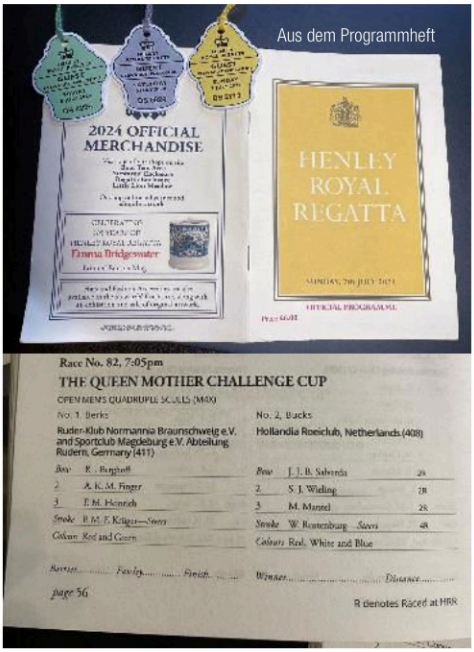
Deutschland‘s boys vor den Niederländern

Gas geben müssen. Aber dennoch: Tolle Leistung! Und das auf nur zwei Bahnen auf der Thames. Auf der „dritten Bahn“ fuhren z.B. zwei ältere Engländer in Anzügen im Holzboot ihre Damen in eleganten Kleidern mit Hüten aus, siehe auch Bild. Andere legten an und machten Picknick.



Gediegenes Rudern auf Bahn drei

Jeden Tag gegen 20 Uhr gab es ein neues Programmheft für den nächsten Tag und immer stand da Ruder-Klub Normannia Braunschweig e. V. und Sportclub Magdeburg e. V. Abteilung Rudern (s. auch Foto.)



Aus dem Programmheft

Am Sonntag gab es die Siegerehrung. Überreicht wurden die Pokale von Fürst Albert II. von Monaco. Die Pokale erhalten eine Gravur und die Sportler eine Medaille.

Geparkt haben wir am Rudermuseum mit Plastiken von Sir Steve Redgrave, Management-Leiter der Regatta und Gewinner von fünf Goldmedaillen bei fünf Olympischen Spielen nacheinander, sowie Sir Matthew Pinsent, Management der Regatta und zweier-Partner von Redgrave. Zusammen haben sie drei olympische Goldmedaillen geholt.



Felix präsentiert die neue RKN Mode 😊.

Die Regatta war wirklich ein ganz tolles Erlebnis! Und dies auch wegen der vielen freundlichen Menschen vor Ort. Es war wirklich „very british“. Diese Regatta ist zurecht ein Mythos.

Wilma Heinrich



Anje und Greta im Doppelzweier kurz vor dem Ziel

64. Celler Ruderregatta

In diesem Jahr ging es für uns das erste Mal seit 2019 wieder zur Regatta nach Celle, die am 22. September auf der Aller ausgerichtet wurde. So sind wir morgens mit dem Sonnenaufgang nach Celle zur Strecke gefahren und haben uns auf die Rennen vorbereitet.

Bei strahlendem Sonnenschein und nahezu sommerlichen Bedingungen ging es dann für uns auf das Wasser der 500 m Strecke.



Dominik nach dem Sieg im Junior Einer A

Den Anfang machten Greta und Anje im Doppelzweier und sie konnten sich einen souveränen Sieg sichern. Kurz darauf war Dominik an der Reihe und erreichte ebenfalls einen ersten Platz.

Theo erreichte in seinem Einer einen dritten Platz. Lara und Anje belegten in ihrem Zweierrennen einen zweiten Platz, genauso wie Erik und Emil, die kurz danach auch im Doppelzweier starteten. Der Doppelvierer von Jan, Jonas, Jan Hinnerk und Dominik erreichte ebenfalls einen zweiten Platz. Auch Greta und Jan Hinnerk ruderten sich in ihren Einerrennen auf den zweiten Platz. Den Abschluss machten Jan und Jonas am Nachmittag im Doppelzweier ebenfalls mit einer zweiten Platzierung.

So sind wir schon am Nachmittag nach diesem kurzen und schönen Regattatag in Celle wieder bei schönster Herbstsonne zurück nach Braunschweig gefahren.



Der Männerdoppelvierer in Renngemeinschaft mit Wolfsburg



Erik und Emil sammeln erste Regattaerfahrung im Doppelzweier

Anje Thöns

Der 31. Fari-Cup in Hamburg



Doppel-Vierer mit

Doppel-Vierer mit

Wir haben uns dieses Jahr entschieden, wieder am Fari-Cup teilzunehmen. Wir, das heißt Carsten Trimborn, Welf Eder, Steve Hamann und Paul Geisler. Da unsere Entscheidung knapp vor dem Anmeldeschluss lag, hatten wir etwas Stress bei der Organisation, jedoch hat sich Jan-Hinnerk Blanke als Steuermann und zum Bootstransport bereit erklärt. Hierfür auch nochmal besten Dank an ihn!

Nach der Ankunft gab es, wie immer, viel zu tun: Das Boot musste zunächst abgeladen und aufgeriggert werden, die Startnummer musste abgeholt werden und die Vorbesprechung war zu besuchen. Im Anschluss hatten wir etwas Zeit, wobei wir die anderen Teilnehmer bei den ersten Rennen beobachten konnten.

Nun ging es auch für uns aufs Wasser und wir fuhren die Alster hinauf zum Start. Dort angekommen konnten wir nicht wie geplant eine kurze Pause einlegen, sondern sind direkt zum Start geführt worden und ins Rennen gestartet. Während des Rennens konnten wir Überholversuche verhindern, aber auf Grund der versetzten Startzeiten war das Boot hinter uns trotzdem schneller. Nach dem Rennen sind wir noch eine Runde um die Fontäne auf der Binnenalster gefahren, bevor es wieder an den Steg ging und das Boot zum Aufladen vorbereitet wurde. Den gesamten Tag über herrschte hervorragendes Ruderwetter. Es gab Sonnenschein und keinen Wind, was sehr ungewöhnlich für den November in Hamburg ist.

Da unsere Startzeit relativ früh lag, konnten wir nach unserem Rennen noch vielen anderen Teilnehmenden zuschauen, darunter auch unserem Masters-Achter.



RKN Achter mit vom Bug Jörg Kottmann, Hajo Meiners, Lars Fölster, Michael Lingg, Andreas Schüller, Frank von Lacroix, Hartmut Grubel, Frank Ehrenberg und Ulrich Kuhls bei der Arbeit

Die Teilnahme am Fari-Cup, alljährlich am 1. Novemberwochenende, ist inzwischen eine liebgewordene Tradition bei den Mastersruderern geworden. Es locken Rudern in dem schönen Revier auf der Alster, entlang privilegierter Wohnlagen ohne Spundwand und Berufsschifffahrt. Dazu kein Boot verladen, weder auf- noch abriggern, sondern einen gelben Achter des „Der Hamburger und Germania Ruderclubs“ nutzen, was sich dank der Doppelmitgliedschaft von Frank v.L. und Hartmut immer gut arrangieren lässt. Last but not least trifft man sich gern mit Bekannten aus früheren ruhmreichen

Rudertagen. Bei der jüngsten Auflage war die Euphorie nach der erfolgreichen Teilnahme beim Leine-Head, das Interesse besonders groß, so dass um ein Haar Ausscheidungsrennen notwendig geworden wären. Schließlich vertraten Jörg Kottmann, Hajo, Meiners, Lars Fölster, Michael Lingg, Andreas Schüller, Frank von Lacroix, Hartmut Grubel, Frank Ehrenberg und der beste aller Steuerleute, Ulli Kuhls, die Normannia-Farben.

Das Rennen über die 7,5 km verlief gut, das Boot lief, aber ohne direkten Gegnerkontakt war das Ergebnis schwer abzuschätzen. Umso größer das ungläubige Staunen und die Freude darüber, dass wir in 29 Min in unserer Klasse den 2. Platz von 7 Booten in einem internationalen Feld belegt hatten.

Dass das siegreiche Boot, eine Hamburg/Berliner Renngemeinschaft, gespickt mit internationalen Medaillengewinnern aus der Rennruderzeit etwas vorneweg war – geschenkt.

So blieb der einzige Wermutstropfen, dass der Autor, von einem Infekt angeschlagen, kein Siegerbier genießen konnte, sondern in der Umkleide erstmal 2h die Füße hochlegen musste, um den Kreislauf zu stabilisieren.

Wir freuen uns definitiv auf das nächste Jahr!

Paul Geisler und Hartmut Grubel

455 Gramm Begeisterung



Vielleicht erinnert sich der ein oder andere an meine recht plötzliche und doch eher unverhoffte Paralympics Qualifikation im letzten Jahr – und tja, was soll ich sagen, dieses Jahr wurde es durchaus nicht weniger turbulent. Denn die Paralympics standen ja an. Allerdings erst im September. Bis dahin war es noch ein weiter Weg. Dieser begann mit ein paar Tagen Trainingslager, in dem unser Bundestrainer zuerst einmal die Mannschaften für die Boote zusammenstellte, die dann auch in Paris antreten sollten. Denn im Rudern wird auf der Qualifikationsregatta nur ein Quotenplatz für die jeweilige Bootsklasse errudert, nicht jedoch die namentliche Nominierung der Athleten, die diesen Quotenplatz erreicht haben. Ich durfte auch 2024 weiter meinen geliebten Doppelzweier fahren, bekam aber mit Jan Helmich einen neuen Bootspartner. Er ist schon einige Zeit länger als ich in der Pararudermannschaft und konnte in den letzten Jahren schon Erfolge auf Welt- und Europameisterschaften im Vierer sammeln.

Aber nicht nur einen neuen Bootspartner, sondern auch einen schicken, neuen Doppelzweier gab es zum Anfang der Saison. Gut ausgerüstet ging es damit dann ins erste Trainingslager in Sevilla und wir machten uns an die Arbeit.



Sevilla bei Nacht



Endlich wieder Sonne in Sevilla

Die nächsten Monate waren geprägt von Trainingslagern in Essen und meinen Bemühungen währenddessen auch weiter zu studieren. Unsere erste Probe sollte dann die EM in Szeged, Ungarn, werden. Die Vorbereitungen waren durchwachsen. Auf der einen Seite sind wir als Team gut zusammengewachsen, auf der anderen Seite erfolgte die Wettkampfvorbereitung für mich auf Grund von Rückenproblemen mehr auf dem Rad als im Boot. Also flogen wir mit gemischten Gefühlen aber großer Vorfreude auf den Saisonstart nach Ungarn. Dort an der Regattastrecke angekommen stieg ich aus dem Bus aus, nur um direkt wieder einzusteigen und zurück ins Hotel zu fahren - mein Mageninhalt hat scheinbar die frische Luft und Sonne vermisst. Um dann, zurück im Hotel, für die nächsten zwei Tage mehr oder weniger durchzuschlafen. Zu meinem Glück gab es eh nur vier Meldungen und damit am Freitag erstmal nur ein Preliminary Race bei dem ich mich schonen konnte, denn mein Kreislauf spielte noch nicht wieder mit. Bis Samstagmorgen war noch nicht entschieden, ob wir an diesem Tag im Finale starten würden oder nicht. Es war ein Blick in die Glaskugel und wir wussten nicht was passieren würde, aber entschieden uns dann dafür, es zu versuchen und einfach zu starten. Gesagt, getan: Wie im Fiebertraum haben wir uns den Vizeeuropameistertitel gesichert! Damit hatten wir nicht gerechnet. Zum einen nach dem vorherigen Krankheitspech, zum anderen aber auch nach den Ergebnissen der letzten Weltmeisterschaft, wo zum Beispiel Frankreich noch den zweiten Platz belegte, das dieses Mal abgeschlagen nur Vierter wurde. So haben sie sich das nicht vorgestellt!



Große Überraschung bei der EM!

Zum nächsten Wettkampf, dem Weltcup II, in Luzern konnten wir dann aber zum Glück fit und vorbereitet anreisen. Es gab nur leider keine Gegenmeldungen von für uns spannenden Nationen. Also fuhren Jan und ich gegen die Ukraine, gegen die wir vorher aber auch schon gewonnen hatten, um Platz eins und weit hinter uns lieferten sich Ägypten und Mexiko einen Kampf um Platz drei. Unserer Wettkampferfahrung hat der Start dennoch gutgetan und dem Selbstvertrauen schadet so ein Weltcupsieg auch nicht.



Weltcupsieg in Luzern

Der letzte, aber auch spannendste Wettkampf vor den Paralympics sollte aber danach in Poznań folgen. Dort hatten endlich mal alle Nationen, auch die aus Übersee, die wir in einem A-Finale der Paralympics erwarteten, gemeldet. In unserem Vorlauf ging es dann nur für den Ersten direkt ins A-Finale und

wir wollten sehen, wie gut wir die amtierenden Weltmeister Australien ärgern konnten. Dafür haben wir im Vorhinein unser Codewort Hummel abgemacht und Jan sollte alle 500 Meter entscheiden, ob wir noch eine Chance auf den Vorlaufsieg haben. Die Australier ließen sich zwar von uns ärgern, nicht jedoch überholen. So dass ich 500 Meter vor dem Ziel ein „Hummel“ aus dem Bug hörte und wir nur noch aussummen ließen. Den Hoffnungslauf am nächsten Tag konnten wir dann aber gewinnen und im Finale am Sonntag starten. Dort fuhren wir auf einen guten dritten Platz hinter Australien und GB. Das war für Jan und mich der Tag, an dem wir realisiert haben, dass wir uns nicht nur zu den Paralympischen Spielen qualifiziert hatten, sondern auch eine realistische Chance auf eine Medaille haben würden.



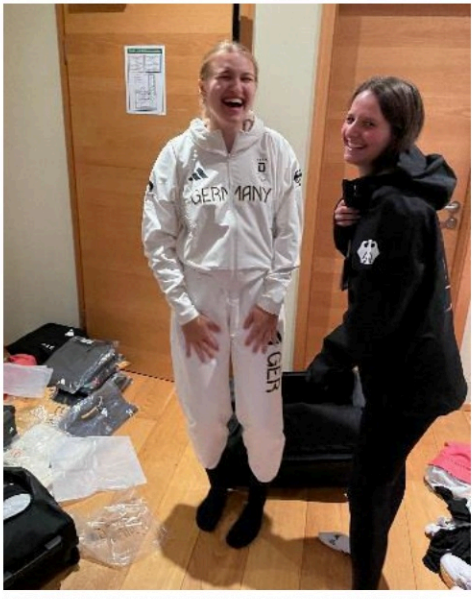
Ein erfolgreicher Weltcup in Poznań

In den letzten zwei Monaten vor den Paralympics, der Weltcup III hat bereits Mitte Juni stattgefunden, gab es keine weiteren Wettkämpfe mehr und wir verbrachten unsere abschließenden zwei Trainingslager in Essen und Ratzeburg.

Dort verfolgten wir auch schon die Highlights der Olympischen Spiele, die stets vier Wochen vor den Paralympischen Spielen eröffnet werden. Während der Rennen im Rudern waren wir jedoch meistens selbst gerade im Boot, so dass wir den Livestream nicht gucken konnten, bekamen aber ab und an mal einen Lagebericht von unserem Trainer aus dem Motorboot. Großes Highlight im Trainingslager (und dann auch Herausforderung im Transport aus dem Trainingslager nach Hause) war die Einkleidung, die wir vom Deutschen Behindertensportverband bekommen haben. Es waren zwei (!!!!) große Koffer voll mit den Team Deutschland Klamotten. Verschiedene Outfits für die Eröffnungsfeier, für die Zeit im Dorf oder auch für die Siegerehrung waren dabei - inklusive eines ganzen Hefts, das erklärte, wann man welche Kleidung anziehen sollte. Es war einfach alles dabei. Rucksäcke, Hüte, Schuhe und sogar Regenjacke und Regenhose.



Manchmal ist das Wasser in Ratzeburg sogar schön …



Inga (unsere Steuerfrau) und ich beim Auspacken der Einkleidung.

Insgesamt waren die Wochen im Trainingslager aber nicht nur anstrengend, sondern auch eine ansonsten sehr schöne und sehr lustige Zeit, da wir insgesamt als ganzer Parabereich eine richtig coole Truppe waren.

Am 26. August, einem Montag, ging es dann endlich nach Paris. Wir waren im olympischen Dorf untergebracht und hatten als Pararudermannschaft (8 Athleten) ein Apartment zusammen im Haus von der deutschen Mannschaft. Klar, das Dorf hat seine Einzigartigkeit und damit auch seinen besonderen Reiz. Mich persönlich hat die Begeisterung darüber ehrlicherweise aber nicht angesteckt. Mir war die Dining Hall viel zu riesig und vor allem unübersichtlich. Eigentlich war mir alles zu groß und es gab auch lange Wegezeiten. Es war oft voll und laut, was alles Faktoren sind, die mir vielleicht auch mit meiner Sehbehinderung mehr Einschränkungen bereitet haben, als ich es ansonsten gewohnt bin. Ich wurde das ein oder andere Mal auch nur haarscharf nicht von einem Rollifahrer umgenietet, der in rasender Geschwindigkeit bergab unterwegs war oder in der Dining Hall mit seinem elektrischen Rollstuhl Gas gegeben hat. Auch mein Bett bereitete mir einige Probleme (es gab aber auch viele, die zufrieden waren), so dass ich es nach den ersten Nächten gegen die Sofaelemente aus unserem Wohnzimmer einwechselte. Naja, wie ihr hört, blieb die Euphorie in der Hinsicht eher aus. Denn auch die Busfahrt, um an der Regattastrecke zu trainieren, dauerte schon circa eine Stunde. Daraufhin entschied ich mich auch dagegen, am Mittwochabend zur Eröffnungsfeier zu fahren, um dem Trubel mal für eine Weile zu entkommen. Unser Vorlauf fand zwar erst am Freitag statt, so dass wir auch am Donnerstag nicht früh rausmussten, ich brauchte aber trotzdem noch ein bisschen meine Ruhe. Jan war da ehrlicherweise das komplette Gegenteil von mir. Er fand das Dorf richtig super und war begeistert von allen Events, Möglichkeiten und davon, dass es überall was zu entdecken gab und man sehr viele Leute kennengelernt hat.

Am Freitag ging es dann endlich mit unseren Rennen los. Wir wollten uns durch einen Vorlaufsieg den Hoffnungslauf am Samstag sparen und uns einen Tag Pause vor dem Finale verschaffen. Dafür galt es GB zu schlagen, was wir im Laufe der Saison noch nicht geschafft hatten. Davor hieß es allerdings erst einmal unerwarteterweise: warten. Es schüttete wie aus Eimern und die Rennen wurden unterbrochen. Eine Stunde später als geplant, konnten wir dann aber endlich starten. Und sogar die Zuschauer ließen sich vom Regen nicht verjagen und die Tribüne war wirklich gut gefüllt. Ich war im Vorhinein recht angespannt, da ich in der letzten Zeit ziemliche Schulterprobleme hatte, aber unser Physio hat beste Arbeit geleistet. Ich war zwar halb Mensch halb Tape aber dafür einsatzbereit. Wir sind an dem Tag ein wirklich gutes Rennen gefahren, in dem wir uns in einem starken Endspurt noch den Sieg sichern konnten und eine Sekunde vor GB ins Ziel kamen. Ich weiß noch, dass Jan sich extrem gefreut hat, als wir im Ziel waren und ich ihn aber erstmal noch einige Male sehr skeptisch gefragt habe, ob er sich wirklich sicher ist, dass wir jetzt erster waren, weil ich es selbst nicht einschätzen konnte. Im Nachhinein betrachtet doch recht witzig. Die Euphorie nach diesem Sieg war aber definitiv riesig und wir waren heiß auf Sonntag, unseren Finaltag.



Im Paralympische Dorf vor der Dining Hall

Die Bedingungen waren an diesem Tag etwas schwieriger. Wir hatten Seiten- und Gegenwind. Nicht unbedingt unsere Lieblingsbedingungen, aber wir waren gut vorbereitet und bereit alles zu

geben. Der Start gelang uns gut, auf der Strecke danach verloren wir jedoch einiges auf GB und Australien. Wir kämpften uns aber zurück und kamen in einem äußerst spannenden Endspurt mit Fotofinish 12 Hundertstel hinter GB und 1,5 Sekunden hinter Australien als Dritte ins Ziel. Klar war das ärgerlich, so knapp die Silbermedaille zu verpassen, aber für Jan und mich war überhaupt diese Bronzemedaille schon so ein großer Erfolg, dass es unsere Freude nicht schmälerte. Wir durften dann direkt am Siegersteg anlegen, einmal kurz im Medienbereich ein Interview abgeben und dann haben wir unsere Box mit den Klamotten, die wir zur Siegerehrung anziehen mussten, bekommen (alle Athleten im A-Finale mussten vorher ihre Sachen für eine potenzielle Siegerehrung packen und abgeben) und konnten uns in einem Zelt umziehen. Dann ging es zur Siegerehrung, die Stimmung war der Wahnsinn und wir haben unsere Medaillen überreicht bekommen. Mit 455 Gramm war es doch ganz schön schwer das Ding.



Die Regattastrecke in Vaires-sur-Marne



Auch die Laune am Start ist wie immer gut.

Dann ging es gleich noch weiter mit einer zweiten Runde Interviews, bevor Jan und ich uns einmal bis hinter die Tribünen drängeln konnten, wo unsere Familien und Freunde auf uns warteten. Ich würde sagen, das war insgesamt das allercoolste für mich, wie viele Leute einfach gekommen sind, um unsere Rennen zu sehen und uns anzufeuern. Jans Tante hat allen sogar noch eigene Fanshirts designend. Insgesamt waren 12000 Zuschauer zum Anfeuern bei diesem Finale auf den Tribünen, was eine wirklich spektakuläre (und laute!) Atmosphäre war.



Ich habe endlich mein Stückchen Eifelturm!





Meine Familie (mit dem genialsten RKN-Maskottchen von Anje!) und unsere Fantruppe in Fanshirts

Weil Jan dann noch zur Dopingkontrolle musste, haben wir es nicht mehr rechtzeitig geschafft, ins ZDF-Studio zu fahren, so dass wir dann nochmal an der Regattastrecke blieben und dort ein Interview gaben. Das kannten wir an dem Tag ja schon…

Abends ging es dann noch ins Deutsche Haus, wo wir noch einmal gebührend gefeiert wurden. Leider hatten meine Mannschaftskollegen im Vierer-mit, die kurz nach uns dran waren, die Bronzemedaille um sechs Hundertstel verpasst. Es hat mich sehr gefreut, dass sie es sich trotzdem nicht nehmen ließen, noch mit uns zu feiern.



Zwei Interviewprofis am Werke



Empfang im Deutschen Haus

In den folgenden Tagen konnten wir Paris dann nochmal richtig erkunden und leben wie „Gott in Frankreich“. Neben Sightseeing haben wir uns auch noch Wettkämpfe im Schwimmen, in der Leichtathletik, in der Para-Dressur und im Goalball angesehen. Mit Orten wie Versailles fanden die Wettkämpfe an wirklich coolen Plätzen statt.





Zum Glück konnte ich bei der Abschlussfeier auch noch ein Foto mit dem paralympischen Maskottchen machen

Hermine Krumbein



Aberdeen Schools Rowing Association (ASRA). Hier haben wir gudert.

Ein ganz besonderes Trainingslager

. . . oder unser spontaner Trip nach Schottland

„Unverhofft kommt oft!“… war mein erster Gedanke, als ich die Mail von unserem Kindertrainer Henry las, der anfragte, wer Interesse und Zeit hätte, mit ihm in den Herbstferien zu einer Trainingsreise nach Schottland aufzubrechen. „Was für eine großartige Chance für unsere Kinder!“. Die Rede war von einem einwöchigen Trainingslager bei der Aberdeen Schools Rowing Association (ASRA) — dem Ruderclub in Aberdeen, bei dem Henry während seiner Studienzeit vor Ort selbst trainiert hat bzw. Trainer war, siehe auch Bild oben.

Schnell war geklärt, wer in den Ferien Zeit hatte. Die Entscheidung zur Teilnahme wurde ohne viel Zögern getroffen. Die Vorfreude war bei allen Mitreisenden riesig und es machte sich allgemeiner Enthusiasmus breit. Bei Planung und Organisation lief Henry zur Höchstleistung auf. Es wurden Gastfamilien gesucht, Formalien erledigt und Rechtliches geklärt, Einverständniserklärungen ausgefüllt, Züge, Flüge und Mietwagen gebucht, Pässe beantragt, Gastgeschenke besorgt, Packlisten abgehakt usw.



Lage des Ruderklubs ASRA in Aberdeen (© OpenStreetMap)

Am Ende stand unserer Abreise nichts mehr im Weg.

Am 3. Oktober ging es endlich los. Wir waren eine Gruppe von insgesamt neun Personen (zwei Erwachsene, drei Kinder, vier Junioren). In Aberdeen angekommen wurden wir am späten Abend von unseren Gastfamilien sowie den Trainern des ASRA ganz herzlich in Empfang genommen. Einer der vielen Momente, der mir in unvergesslicher Erinnerung bleiben wird! Ebenso wie das außergewöhnliche



Abflug nach Aberdeen!

Engagement, mit dem die Gastfamilien uns und insbesondere unsere Sportler*innen verpflegt, umsorgt und hin und her transportiert haben. 😊

Henry hatte ein strammes und in jeder Hinsicht sportliches Programm zusammengestellt. Jeder Morgen startete mit einer Trainingseinheit z. B. Jogging zum Leuchtturm, Krafttraining oder Ergo-Fahren im Gym des Rudervereins.

Anschließend folgten täglich wechselnde Programmpunkte, u.a. eine 20 km Wanderung in den schottischen Highlands mit anschließendem Bad einiger „Verrückter“ im eiskalten Lochnagar; ein Besuch der Ruine des Dunottar Castle; Sightseeing in Aberdeen oder ein Ausflug in ein Naturreservat, in dem Vögel und eine Robbenkolonie zu beobachten waren.



Auch Robben konnten wir beobachten!



Wanderung zur Dunotter Castle



Eisbad im Dee. Wo Männer noch Männer sind!

Am Nachmittag ging es dann zurück in den Ruderklub, um am regulären ASRA-Training teilzunehmen, in das unsere Sportler voll integriert waren. Gemeinsam mit den schottischen Sportlern*innen ging es aufs Wasser, den Fluss „Dee“. Dessen Besonderheit sind die Gezeiten der Nordsee, die den Wasserstand beeinflussen und das Rudern nur in bestimmten Zeitabschnitten ermöglichen. Das führt zu dem amüsanten Phänomen, dass die Ruderer ihre Boote (zumindest in der kalten Jahreszeit) in Gummistiefeln ins Wasser tragen und die sog. „Wellies“ vor dem Ablegen an Land werfen. Nach

zwei intensiven Rudereinheiten in wechselnder Bootsbesetzung war um 19 Uhr der Trainingstag beendet.



Wir wandern, part I



Wir wandern, part II

Es gab sehr viele schöne Momente in dieser Woche, die gefüllt war mit einem intensiven und abwechslungsreichen Programm. Wir durften einen tiefen Einblick in das Vereinsleben des ASRA nehmen und unsere Sportler*innen konnten viele neue Erfahrungen sammeln. Die anfängliche Sorge, den schottischen Athleten nicht ebenbürtig zu sein, war ebenso schnell verflogen wie die erste Schüchternheit der Sportler*innen untereinander. Und wie so oft verging die Zeit viel zu schnell.



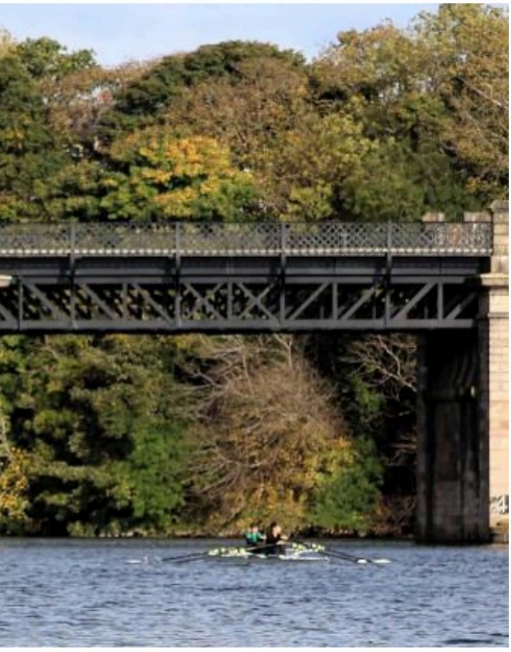
Wir wandern, part III (Gipfelglück)



„Wellies“ vor dem Ablegen sind ein Muss!

Mein Fazit: Schottland ist in jedem Fall eine Reise wert, allein wegen der eindrucksvollen Landschaften und der authentischen Menschen, die uns auf so herzliche Weise begegnet sind. Als Destination

für ein Ruder-Trainingslager ist es, wegen seiner Trainingsbedingungen, einzigartig. Der Aufenthalt bei ASRA wird unvergesslich bleiben. Mit neuem sportlichem Ehrgeiz inspiriert, haben wir die Heimreise angetreten.



Wir rudern. part I



Wir rudern, part II

Für all unsere jungen, ambitionierten Sportler*innen hoffe ich, dass dieses Trainingslager erst der Auftakt für viele weitere Veranstaltungen dieser Art war.

Nicola Brandhorst m. Unterstützung v. Ida u. Immo



Team RKN



DANKE HENRY!

Rückblick –

auf die Wettkampfsaison 2024 der „Trainingsgruppe Stadtbootshaus“

Das Jahr 2024 markiert eine herausragende Wettkampfsaison für die Kinder und Einsteiger im Juniorenwettkampfrudern unseres Ruderklubs. Die Gruppe, bestehend aus acht Kindern und zwei A-Junioren, startete mit viel Motivation und entwickelte sich im Verlauf der Saison zu einer leistungsstarken Mannschaft, die auf Landes- und Bundesebene beeindruckte. Die Trainingsgruppe setzte sich zu Beginn aus folgenden Sportlerinnen und Sportlern zusammen: Immo Brandhorst, Konstantin Schmidt und Theo Müller bei den leichten Jungs 12/13, Bennet Anders und Mats Fölster bei den leichten Jungs 13/14 sowie Ida Brandhorst bei den leichten Mädchen 13/14. Hinzu kamen die A-Junioren Henrik Bremer und Jakob Godau, die erst ein Jahr zuvor über die Ruder-AG der Gaußschule und anschließend im Verein das Rudern erlernt hatten. Trotz ihrer noch geringen Wettkampferfahrung zeigten sie von Beginn an Potenzial. In der Herbstsaison ruderten außerdem noch Emil Matysik und Erik Bahrmann ihren ersten bzw. zweiten Ruderwettkampf überhaupt.

Beim ersten Wettkampf in Bremen konnten die jungen Athletinnen und Athleten erste Achtungserfolge erzielen. Theo und Immo erruderten sich über 3000 Meter den gesamtzweiten Platz als schnellster Doppelzweier Niedersachsens in ihrer Kategorie, lediglich eine Sekunde hinter Platz eins und 45 Sekunden vor dem Rest des Feldes. Ida gewann souverän in ihrer Altersklasse, während Mats eine solide Platzierung im Mittelfeld erreichte. Auf der Kurzstrecke überzeugte Immo mit einem Einzelsieg, Ida wurde knapp zweite. Die A-Junioren Henrik und Jakob hatten über die 2000 Meter im Einer noch Schwierigkeiten und belegten die letzten Plätze. Im Doppelzweier jedoch zeigten sie mit einer zwischenzeitlichen Führung über 1000 Meter und einem knappen zweiten Platz am Ende ihre künftigen Möglichkeiten.

In Otterndorf zeigte die Gruppe ebenfalls gute Leistungen. Ida sicherte sich den zweiten Platz gegen starke Konkurrentinnen vom letzten Bundeswettbewerb. Mats platzierte sich in seinem Rennen auf Platz zwei und zeitlich insgesamt auf Rang sechs von 28, auch Bennet zeigte eine starke Leistung in seinem Rennen. Immo und Konstantin gewannen als schnellster Doppelzweier Niedersachsens bei den leichten Jungs 12/13 und über die Kurzstrecke holte Immo im Einer einen weiteren Sieg. Besonders erfreulich: Henrik und Jakob erruderten ihre ersten zwei Siege im Doppelzweier über 1000 Meter.



Immo und Konstatin im Doppelzweier

Der Landesentscheid in Salzgitter brachte spannende Entscheidungen. Im Seatracing innerhalb des Trainings hatten sich Immo und Konstantin den Startplatz im leichten Doppelzweier gesichert, während Theo im Einer antrat. Beide Boote qualifizierten sich als Zweitschnellste Niedersachsens für den Bundeswettbewerb. Ida dominierte über Lang- und Kurzstrecke und sicherte sich den ersten Platz sowie die Qualifikation. Mats wurde nach einer soliden Leistung nachnominiert. Von sechs gemeldeten

Kindern schafften fünf den Sprung zum Bundeswettbewerb – ein fantastisches Ergebnis!

Der Bundeswettbewerb wurde zum emotionalen Höhepunkt der Saison. Ida erreichte mit einer starken Leistung über 3000 Meter das A-Finale und belegte dort einen herausragenden dritten Platz gegen die gesamtdeutsche Konkurrenz. Mats ruderte ins B-Finale und wurde dort Fünfter, was Platz 11 insgesamt bedeutete. Theo errang Platz drei im C-Finale, während Immo und Konstantin im D-Finale Zweiter wurden. Beim allgemeinen Zusatzwettbewerb am Samstag gewann Mats mit seiner Gruppe die Wertung. Diese Ergebnisse übertrafen alle Erwartungen und stellten die Leistungsfähigkeit der Gruppe eindrucksvoll unter Beweis.



Ida beim Bundeswettbewerb als Siegerin bei der Langstrecke in ihrem Rennen

Im Herbstteil der Saison gab es weitere bemerkenswerte Resultate. Bei den Landesmeisterschaften in Hannover errangen Henrik und Jakob im Doppelzweier den zweiten Platz. Ida gewann sowohl im leichten als auch im schweren Einer, und Immo holte einen Sieg im Einer. Theo gelangen gleich zwei Siege im Einer, einmal über die Kurzstrecke und einmal im Slalom. Zusätzlich gab es zweite und dritte Plätze für Mats, Theo und Konstantin.

Auf der Regatta in Celle ruderten Theo und, erstmals in dieser Saison auch, Emil und Erik. Alle drei konnten auf dieser Regatta Platzierungen im Mittelfeld erreichen.

Bei den offenen Landesmeisterschaften in Brandenburg startete die Gruppe in einem starken Feld. Das beste Ergebnis erreichte hier Immo mit einem überzeugenden vierten Platz im A- Finale, für das er sich vorher mit einem Vorlaufsieg qualifiziert hatte. Ida erreichte einen fünften Platz im A-Finale in einem Feld, das dem Finale des Bundeswettbewerbs nahezu entsprach und Konstantin und Immo erreichten im leichten Doppelzweier ebenfalls das A-Finale, in dem sie schließlich den sechsten Platz belegten. Alle Finals hatten nach guten Platzierungen in den Vorläufen stattgefunden.

Mit dem Ende der Wettkampfsaison 2024 startete die Trainingsgruppe nun ins Wintertraining, das mit einem Trainingslager im schottischen Aberdeen eröffnet wurde. Die beeindruckenden Leistungen dieser jungen Ruderinnen und Ruderer lassen auf eine spannende und erfolgreiche Saison 2025 hoffen. Wir gratulieren allen Athletinnen und Athleten zu einer außergewöhnlichen Saison!



Theo im Einer beim Start

Henry Gieseler

Ruderfibel: Bootsarten und Bootsgattungen

Wir unterscheiden zunächst einmal

- Rennboote für Wettkämpfe (Regatten) und sportliches Training,
- Gig-Boote (Gigs) für breitensportliches Rudern, für Ruderwanderfahrten und vielfach für die Anfängerausbildung.

Rennboote sind leicht und schmal gebaut, Gigboote hingegen sind deutlich schwerer und breiter und dadurch sehr viel lagestabiler im Wasser.

.

Bei den Gig-Booten gibt es **5 genormte Bootsarten**, die sich in erster Linie durch ihre

Bauweise:

- „Klinker“: Bootshaut in überlappender Holz-Klinkerbauweise
- „glatt“: Bootshaut glatt, ohne Übergänge, aus Holz oder Kunststoff,

und ihre größte Breite unterscheiden:

Bezeichnung	Bauart	Vierer	Zweier	Beispiele
A-Gig Boot	Klinker	100 cm breit	90 cm breit	-
B-Gig Boot	Klinker	78 cm breit	78 cm breit	(Springsee), Luise
C-Gig Boot	glatt	78 cm breit	78 cm breit	Halb Acht, Gisela
D-Gig Boot	glatt	100 cm breit	90 cm breit	(Braunschweig, Renate)
E-Gig Boot	glatt	90 cm breit		Kogge, Kraweel

Ruderboote wurden früher aus Holz gebaut (Art A – D), heute werden sie fast ausschließlich aus speziellen Kunststoffen gefertigt (Art C – E).

Die traditionellen bzw. olympischen Ruderboote sind Einer, Zweier, Vierer und Achter. Gig-Boote gibt es heute auch als 3er, 5er und 6er.

Dann wird noch in **Skullboote** („x“, Bezeichnung z. B. Doppelzweier) und **Riemenboote** (Bezeichnung z. B. Vierer), sowie in **gesteuerte** („+“) und **ungesteuerte** („-“) Boote unterschieden. So gibt es also einen „Doppelvierer mit“ („4x+“, Skull Vierer mit Steuerperson) oder auch einen „Vierer ohne“ („4-“, Riemenvierer ohne Steuerperson).

In einem Regattaplan oder bei den olympischen Spielen stehen die folgenden Abkürzungen für diese Bootsklassen:

Boot	Abkürzung	Art	Beispiele
Skiff	1x	Skull	Goldammer, Bisam
Doppelzweier	2x	Skull	Archimedes, Peking
Doppelvierer	4x	Skull	Quadriga, Brunonia
Zweier ohne	2-	Riemen	Phönix
Vierer ohne	4-	Riemen	Agnes Pockels
Achter	8+	Riemen	Carl Friedrich Gauß

Die Skullboote werden mit einem „x“ gekennzeichnet, die Steuerperson mit einem „+“, wenn anwesend, und mit einem „-“, wenn nicht anwesend.

Im Freizeitbereich sollen auch die Sonderarten der Boote nicht unterschlagen werden.

See-Gigs: Extra breite Gigboote für besonders welliges Wasser. Sie haben keine Ausleger, die Dollen sind direkt auf dem Dollbord montiert, die Rollsitze versetzt angeordnet.

Coastal-Rowing-Boote: CR-Boote, die speziell für das Rudern in Küstenregionen entwickelt wurden. Mit diesen kann auch bei hohen Wellen gerudert werden.

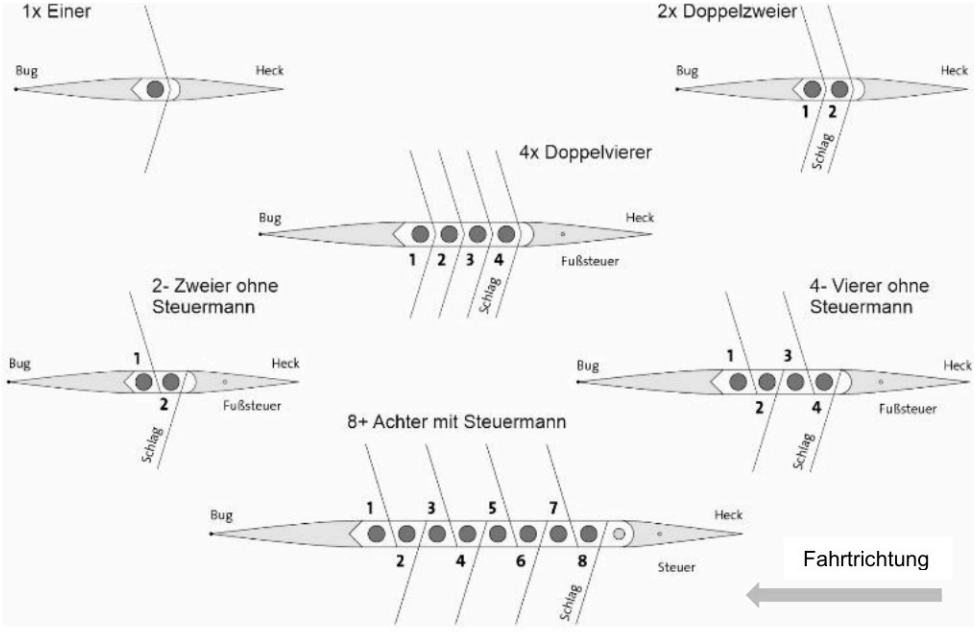
Barken und Kirchboote: Breite Ruderboote mit acht bis 14 Ruderplätzen, bei denen jeweils zwei Personen nebeneinandersitzen.

Fun-Boote: sehr stabile, relativ kurze Boote aus Polyäthylen, die Kollisionen und Kenterungen ohne Schaden überstehen.

Dieser kurze Exkurs ist angelehnt an den Grundkurs Rudern von Volker Grabow.
https://rudern2000.de/images/Downloads/Grundkurs-Rudern-Grabow_190601.pdf

Britta Blanke





Abbildungen aus: rudern.de (olympische Bootsklassen nach 2024)

Jahresbeginn mit Schlamm-schippen

Arbeitseinsatz am 20. Januar unter der Leitung des Hauswarts Paul Geisler

Nach dem Hochwasser über Weihnachten 2023 hackten und schaufelten Klubmitglieder und rudernde Studenten die Schlammmassen. Der Steg lag sogar schon auf den Ablagerungen auf. Mit Feuerwehrschlauch, Spitzhacke, Schaufeln und Schubkarren rückten die Freiwilligen dem fest gewordenen Schlamm zu Leibe. Bemerkenswert: Die schwere Spitzhacke wurde von der zierlichen Amelie Rohlfs geschwungen!

Gisela Prade







Es gab noch viele weitere Einsätze mit vielen weiteren Helfern und Helferinnen, immer wieder von Paul motiviert und eingeplant.

Ein großes Dankeschön an alle Beteiligten!

Coastal Wanderfahrt von Emden nach Wilhelmshaven

Im Herbst 2023 beginnen die ersten Planungen für eine Rudertour mit einem Coastal 4x+ an der Ostfriesischen Wattenmeerküste von Emden nach Wilhelmshaven.

Für die Tour soll der Coastal Vierer «Freesland», ein SWIFT Boot vom Landesruderverband Niedersachsen, das beim Ruderverein RV Argo in Aurich stationiert ist, ausgeliehen werden. Gemäß Gezeiten tabelle und Tageslängen wird die Rudertour vom 30. Juni bis 7. Juli 2024 angesetzt und ein festes, zentral gelegenes Übernachtungsquartier bei Dornumersiel gebucht. Sechs Ruderinnen und Ruderer, namentlich Annette, Dimitri, Frank, Hans-Martin, Juliane und Rainer, wollen den Versuch zu dieser Wattenmeer-Tour unternehmen.

Für Samstag, den 29. Juni sind Treffen und Bootsverladung beim RV Argo in Aurich vereinbart. Die Hildesheimer bringen dankenswerterweise ihren großen Vereinsbus für den Transport der Ausrüstung (Skulls, Slipwagen etc.) sowie für den Landdienst mit. Wir verladen den Coastal 4x+ auf den Trailer und fahren zum Bootshaus des Emder Rudervereins.

1. Tag, 30. Juni: Emden – Knock, 19 km

Nach kurzem Frühstück im Bootshaus des Emder Rudervereins legen wir um 6:20 Uhr in Richtung Hafen ab und schleusen um 7:15 Uhr (1/2 Stunde vor Hochwasser) durch die Nesserlander Schleuse. Bei Windstärke drei aus Nord rudern wir auf die noch ruhige Ems.

Auf den letzten Kilometern zwischen Knock-Schöpfwerk und Seebrücke steht der Wind gegen zunehmend stärker werdenden Tidenstrom. Es bilden sich kurze Wellen von geschätzten 0,7 m Höhe, die die Seegängigkeit der “Freesland” und ihrer Mannschaft erstmalig auf die Probe stellen. Um 9:20 Uhr ist das Tagesziel erreicht und wir verbringen den Rest des Tages mit Kaffeetrinken, Museumsbesuch, Sightseeing und Schlafnachholen.

2. Tag, 1. Juli: Knock – Leysiel – Norddeich, 45km

Um 6:30 Uhr, etwa 1,5 Stunden vor Hochwasser, legen wir an der Knock gegen noch kräftig auflaufendes Wasser ab. Der Wind weht mit Windstärke vier aus West und dreht später auf Nord-West.





Nach Passieren des Leitdamms halten wir uns in Richtung Küste über dem Watt, um der gegen uns laufenden Tidenströmung auszuweichen. Danach geht es mit gelegentlichen Regenschauern nordwärts in Richtung Tonne L14, die die Einfahrt in das ausgeprickte Fahrwasser der Ley markiert. Nach vier Stunden konzentriertem Rudern mit Wasser von allen Seiten legen wir am Schwimmsteg vor der Schleuse Leysiel an, machen uns landfein und fahren für eine ausgedehnte Mittagspause nach Greetsiel. Zwei Stunden nach Niedrigwasser legen wir wieder ab, rudern zunächst gegen die Strömung um den Hamburger Sand und weiter mit auflaufendem Wasser durch das Norddeicher Wattfahrwasser bis zur Mole und dem Hafen von Norddeich.

3. Tag, 2. Juli: Norddeich – Nessmersiel, 26 km

Weil Windstärken von vier bis fünf aus West angekündigt sind, entscheiden wir, nicht an das Westende von Norderney, sondern in einem Zug geschützt durch das Wagengat in Richtung Nessmersiel zu rudern. Wir legen nachmittags bei Niedrigwasser in Norddeich ab und erreichen nach einer Stunde das Wattenhoch im Wagengat. Etwa eine Stunde müssen wir warten und treideln, bis wir das Wattenhoch passieren und weiter in Richtung Leuchtturm, Norderneyer Wattfahrwasser und Ostende rudern können. Durch Wind gegen Tidenstrom und vom Seegat kommendem Seegang entstehen unangenehme Wellen. Weil wir bereits länger als geplant unterwegs sind, verzichten wir auf einen Landgang an der exklusiven Anlandestelle am Norderneyer Ostende.

4. Tag, 3. Juli: Nessmersiel – Bensersiel, 18 km

Gut 1,5 Stunden vor dem Vormittags-Hochwasser in Nessmersiel legen wir ab. Der Wind weht unverändert kräftig mit Windstärke vier bis fünf aus West. Starker zu erwartender Wellengang im Seegat zwischen Baltrum und Langeoog veranlasst uns, auch heute einen ursprünglich geplanten Inselbesuch ausfallen zu lassen und geschützt über das Watt zu fahren.



5. Tag, 4.Juli: Bensersiel Leitdamm hin und zurück, 4 km

Der Plan ist, trotz stärker gewordenen Windes (Windstärke fünf, in Böen sieben, Sturmwarnung des DWD), mit gleicher Strategie wie am Vortag über das Watt bis zum Leitdamm von Neuharlingersiel und weiter bis Harlesiel zu rudern. Wir legen gut zwei Stunden vor Hochwasser in Bensersiel ab und rudern gegen auflaufendes Wasser und Seitenwind am Leitdamm entlang.

Je weiter wir hinausfahren, umso größer wird der notwendige Vorhaltewinkel (ca. 30 Grad) und umso schwieriger wird es, das Boot auf Kurs zu halten. Um in den Wellen ein unkontrolliertes Ausbrechen des Bootes zu verhindern, muss der Kurs immer öfter durch Überziehen stabilisiert werden. Kurz vor dem Ende des Leitdamms, nach dessen Passieren kein Umkehren mehr möglich sein würde, entscheide ich, diesen Versuch abzubrechen und in den Hafen von Bensersiel zurück zu fahren. Das Boot war nicht mehr sicher manövrierbar. Wären wir weitergefahren, hätten wir keinen kontrollierten Kurs mehr einhalten können.

In Anbetracht der Wetterprognosen für die nächsten beiden Tage beschließen wir, das Boot nach Pilsum zu trailern und binnen über das Neue Greetsieler Sieltief nach Emden und von dort weiter zum RV Argo nach Aurich zu rudern.

Fortsetzung der Tour sieben Wochen später

Während ein Redakteur der “Ostfriesischen Nachrichten” einen Artikel mit dem Titel “Den Naturgewalten ausgeliefert” über die bisherige Fahrt verfasst, verabreden wir vorbehaltlich geeigneten Wetters eine Fortsetzung der Fahrt für Ende August. Zu der Gruppe bestehend aus Annette, Frank, Hans-Martin und Juliane kommen Ilka und Heinrich neu hinzu. Rainer und Dimitri verfolgen die Fortsetzung der Tour per Messenger.

8. Tag, 28. August: Bensersiel – Spiekeroog – Harlesiel, 31 km

Die Tage sind gegenüber unseren ersten Rudertagen Anfang Juli für unser Vorhaben merklich kürzer. Um die Wasserscheide von Langeoog sicher überqueren zu können, legen wir eine Stunde vor Hochwasser um 6:00 Uhr in Bensersiel ab. Den Sonnenaufgang erleben wir auf dem Wasser, nachdem wir das Bensersieler Fahrwasser verlassen haben.

Bei bestem Wetter verbringen wir sechs Stunden auf Spiekeroog und rudern nachmittags mit auflaufendem Wasser hinter die Mole und in den Hafen von Harlesiel. Die kurze Slipanlage auf der Westseite des Hafens ist zwei Stunden vor Hochwasser zunächst nur über Schlick und Sand erreichbar. Als der Bus aus Bensersiel nachgeholt ist, haben wir mit steigendem Wasser das Boot bereits nach und nach auf die Rampe gezogen.

9. Tag, 29. August: Harlesiel – Minsener Oog – Hooksiel, 30 km

Den Sonnenaufgang erleben wir im Hafen beim Aufrüsten des Bootes. 1,5 Stunden vor Hochwasser legen wir ab und nehmen nach Passieren des Molenkopfes direkt Kurs auf die Südspitze von Minsener Oog. Am Vorabend hatten wir uns für diese Strecke entschieden, weil bei den möglichen Varianten über Wangerooge das Risiko bestanden hätte, Hooksiel erst nach Sonnenuntergang zu erreichen.

Fünf Stunden verbringen wir auf dem “bald verlorenen Paradies” mit Baden, Schlafen, und Spazierengehen. Wir haben keine Lust das schwere Boot vor der Weiterfahrt mehrere hundert Meter über Sand und Schlick zu tragen. Eine Ankerwache sorgt daher dafür, dass das Boot schwimmend mit improvisiertem Anker dem ablaufenden Wasser in Richtung Pril nachgeführt wird.

Mittags dreht der Wind auf Nordwest und unterstützt unsere Weiterfahrt entlang der Wattkante in die Jade hinein. Wind und Wetter könnten kaum besser sein. Meine Ungeduld und die Planänderung – Minsener Oog statt Wangerooge – führen dazu, dass ich die Anlegesituation in Hooksiel nicht mehr richtig bedenke. Als wir um 16 Uhr nur eine gute Stunde nach Niedrigwasser in Hooksiel ankommen, ist die Enttäuschung groß. Statt Sandstrand haben wir etwa 200 m Schlick vor uns. Zwei Stunden länger Chillen auf Minsener Oog hätte uns viel mühsame Schlepperei in Hooksiel erspart.





10. Tag, 30. August: Hooksiel – Wilhelmshaven, 19 km

Gut zwei Stunden vor Hochwasser wird die “Freesland” ohne viel Aufwand ins Wasser geschoben und fährt auf die Jade hinaus. Auf dem letzten Abschnitt dieser Tour habe ich Landdienst. Ich fahre den Bus mit Trailer an den Industrieanlagen des JadeWeserPorts vorbei nach Wilhelmshaven und bereite das Anlegen und das Unterstellen des Bootes vor, das dort an den folgenden Tagen für einen Coastal Lehrgang des LRVN eingeplant ist.

Fazit

Wir haben ein Coastal-Regatta-Boot unter Bedingungen genutzt, für die es nicht konstruiert wurde. Die hohe Geschwindigkeit war hilfreich in Situationen, in denen gegen die Strömung gefahren werden musste. In höheren kabbeligen Wellen haben wir uns weitgehend sicher gefühlt. Der relativ geringe Tiefgang (Achtung Finne!) hat uns mit gelegentlichem Loten erlaubt, ruhig über dem hohen Watt zu fahren. Die Wendigkeit des Bootes, die beim Umrunden von Bojen ein Vorteil ist, haben wir dagegen als Kursinstabilität nachteilig empfunden.

Mit der Ausrüstung (Trailer, Bootswagen, Slipwagen, Sliprollen, Schaumpolster, Fender, Schöpfgefäße, Kajakpumpe, Peikhaken, Navi, Kompass, Seesäcke und Befestigungen) haben wir experimentiert und einiges davon während der Fahrt aussortiert. In manchen Situationen wäre ein kleiner Anker nützlich gewesen. Den Umgang mit dem Boot an Land haben wir mit Polstern, Wagen und Trailer soweit verfeinert, dass wir das schwere Boot in den meisten Fällen rückenschonend auch mit kleinerer Mannschaft bewegen konnten.

Wir alle rudern seit vielen Jahren, haben viele Wanderfahrten und Jahreskilometer in unseren Fahrtenbüchern und Erfahrung mit dem Rudern auf offenem Wasser. Bootsführerscheine, Sprechfunkzeugnisse und sonstige Zertifikate waren ausreichend vorhanden, das Wichtigste war aber die gute Revierkenntnis unseres Seekajakfahrers.

Hans-Martin Lent-Philipps

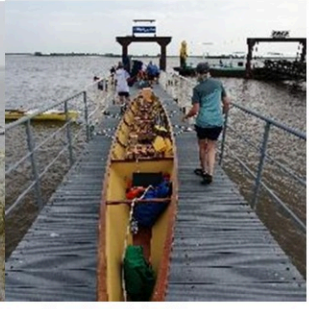


Rund um die Strohauser Plate in Nordenham

Am ersten Augustwochende haben sich Mechthild, Martin und ich beim Nordenhamer Ruderclub von 1908 eingefunden. Wie fast jährlich wurde am ersten Tag am 3. August wieder die Strohauser Plate, eine Insel in der Weser, umrundet. Die Weser ist in Nordenham ungefähr 600 Meter breit und kein geruhsamer Fluss mehr. Es besteht eine starke Strömung, der Wind wechselt oft, der Wellengang ist stark und wechselt ebenso. Von Bremen und der Nordsee aus wird der Fluss von Containerschiffen befahren. Eine Teilnahme an der Regatta ist somit äußerst abwechslungsreich. Die gefahrene Strecke beträgt nur 27 Kilometer, ist aber unter den beschriebenen Bedingungen ausreichend anstrengend.



teg des Ruderklubs Nordenham
n Regen



Unser Boot wird zu Wasser gelassen.

Am Samstag fuhren wir mit der Ruderkameradin Nicole vom Ruderclub Nordenham als Obfrau und Andrea aus Geestland Richtung Brake mit der Flut und gegen die Weserströmung. Vorbei an der Ruine des ehemaligen Atomkraftwerks Unterweser arbeiten wir uns auf die Weserinsel zu. Die Fahrrinne zwischen der Insel Strohauser Plate und dem Weserufer verschaffte Ruhe, da hier der Wellengang gering war. Am Niedersachsenkai kurz vor Brake war die Wendemarke erreicht.



auf der Weser

Bei Ebbe und aus der Weser abfließenden Wasser und mit der Weserströmung flogen wir zurück Richtung Ruderclub wie auf einem Luftkissenboot. Das Ufer flog vorbei wie die Leitplanken auf der Autobahn.

Allerdings hatten wir Pech mit dem Wetter. Noch schneller als unser Boot auf der Rückfahrt war ein aufziehendes Gewitter. Nun soll ja bei Blitzen angelegt und sich in Sicherheit gebracht werden. Auf der Unterweser leichter gesagt als getan. Die erwähnte starke Strömung machte dieses lange unmöglich, endlich wurde eine kleine Sandbank gefunden, auf der wir uns festfahren konnten. Das Gewitter zog vorbei. Bei jetzt sehr starkem Wellengang schlugen wir uns bis zum Ruderclub durch. Gegen die Strömung wurde angelegt und wir konnten für heute noch einmal erleben, wie stark diese kurz vor der Nordsee ausfällt.

Bei der anschließenden Siegerehrung konnte das Boot aus Altwarmbüchen die Siegertrophäe in Empfang nehmen. Die Athleten nördlich von Hannover hatten sich mit einer ausgewählten Mannschaft auf dieses Ereignis vorbereitet und sind mit eigenem Boot angereist.



Siegerehrung

Danach gab es Essen vom Grill, welches erstklassig zubereitet wurde. Die Regatta in Nordenham mit anschließendem geselligem Beisammensein wurde bereits zuvor besucht, so gute Verpflegung wie dieses Mal gab es noch nie. Mechthild, Martin und ich begaben uns in unser Quartier ca. einen Kilometer vom Ruderclub entfernt und stärkten uns noch mit ein, zwei Bieren.



Die Vertreter von Normannia vor der gefahrvollen Ausfahrt nach Absersiel am Sonntagmorgen

Am nächsten Tag, Sonntag, 4. August, stand die Fahrt nach Absersiel auf dem Programm. Sonntagmorgen erwartete uns ein mit grauen Wolken verhangener Himmel.



dunkler Himmel am Sonntag

Andrea aus Geestland kannte den Weg. Nach zehn Kilometern bogen wir in den Schilfgürtel ab und erreichten nach einer kurzen Fahrt durch den Siel den kleinen Ort Absersiel.



am Sonntag auf der Unterweser Richtung Absersiel

Hier erholten wir uns in einer Kneipe. Im winzigen Hafenbecken lag ein historischer Kutter vor Anker, der gerade restauriert wurde.

Dieses Mal warteten wir nicht auf die Ebbe und fuhren am Weserrand gegen die Strömung nach Nordenham zurück. Alles verlief gut, mal sehen, ob wir nächstes Jahr wieder dabei sind.

Joachim Wenzel



n Absersiel



alter Kutter



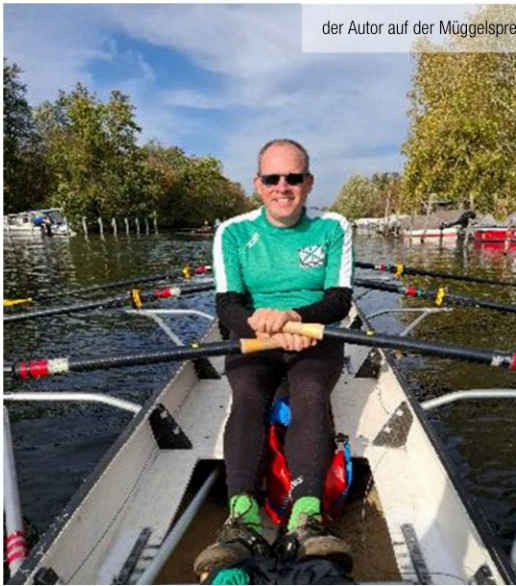
auf der Rückfahrt zum Ruderklub

Wiking-Sternfahrt 2024

Auch 2024 hat Ekbert Schollmeyer im Rahmen der alljährlich stattfindenden Wiking-Sternfahrt wieder einmal eine Wanderfahrt organisiert.

Am Samstag, 19. Oktober ging es morgens nach Berlin – in diesem Jahr waren wir zu siebt unterwegs. Baustellen und Staus in Berlin brachten unser Navi dazu, nicht den direkten Weg zum ESV Schmöckwitz zu nutzen, sondern uns viel „Gegend“ und diverse Wohngebiete zu zeigen. In Schmöckwitz angekommen bezogen wir unsere Zimmer und mussten die Betten machen, was sich für den einen oder anderen ein wenig schwieriger gestaltete. Gegen 11 Uhr war es dann so weit – alle Ruderer standen in Sportbekleidung auf dem Steg. Die Boote lagen im Wasser vor dem Steg und Proviant und Ersatzbekleidung waren in den Booten verstaut, so dass wir uns auf den Weg machen konnten. Maria Hauck, Martin Olech und Joachim Wenzel bildeten die Mannschaft im gesteuerten Zweier.

Im gesteuerten Dreier ruderten Ekbert, Rita von Daggenhausen, Mechthild Hubert und der Autor.



der Autor auf der Müggelspre

Die Temperaturen waren angenehm, die Sonne schien und der Wind war nicht zu stark, so dass man sich ganz aufs Rudern konzentrieren konnte. Leider ist man in Berlin nie ganz allein auf dem Wasser unterwegs – der Steuermann muss also immer auf der Hut sein. Aber manche Wellen kommen doch so überraschend, dass dann doch mal Wasser ins Boot schwappt.



Mechthild nach der Einfahrt auf den Müggelsee

Über Seddinsee, Gosener Kanal und den alten Spreearm ging es weiter auf die Müggelspree. Beim Ruder-Club Rahnsdorf wurde (wie im letzten Jahr auch schon) die Mittagspause gemacht. Im Gegensatz zu 2023, als es sehr windig war, waren die Wetterbedingungen in diesem Jahr aber günstig, so dass wir weiter über den Müggelsee rudern konnten.



auf dem Müggelsee, im Hintergrund der Zweier und die Müggelberge

Hier war dann richtig was los – inkl. einer Segelregatta. Bevor es weiter Richtung Köpenick ging, legten wir noch kurz beim Friedrichshagener Ruderverein an, um dann später die letzte Pause bei der Treptower Rudergemeinschaft zu machen – dort konnten wir dann noch einmal die Sanitäreinrichtungen nutzen. Die letzte Ruder-Etappe dieses Tages bildete dann der Britzer Verbindungskanal. Dort begegnete uns ein cooler Polizeibeamter der Berliner Wasserschutzpolizei auf einem Jetski. Außerdem zeigte es sich, dass man als Ruderboot lieber hinter einem langsam fahrenden Binnenschiff bleibt und nicht einen Überholversuch startet, auch wenn es dort ein wenig nach Abgasen riecht.

Nach gut sechs Stunden unterwegs (3 h 45 min reine Ruderzeit) und 29 km legten wir dann bei der Rudergesellschaft Wiking an. Viele Boote waren schon vor uns angekommen, neben der Party der Sternfahrt fanden noch Siegerehrungen der Internationalen Langstrecken-Regatta "Silberne Riemen von Berlin" statt. Wir sicherten unsere Boote für die Nacht auf einer der Rasenflächen neben dem am Ruderverein entlangführenden Radweg. Anschließend machten wir uns auf den Rückweg nach Schmöckwitz. Nach einem kleinen Fußmarsch, bei dem zur Eile getrieben wurde, um die U-Bahn-Station zu erreichen, ging es dann mit den öffentlichen Verkehrsmitteln weiter: erst mit der U-Bahn, dann mit der S-Bahn (für einige zwischenzeitlich noch mit dem nicht erforderlichen Schienenersatzverkehr per Bus) und schließlich der Straßenbahn. Ein weiterer Fußmarsch führte uns dann zurück zum Verein.

Nachdem wir uns ein wenig frisch gemacht hatten, gingen wir zum Abendessen zum netten und empfehlenswerten Italiener „Villa Toscana“. Der Tag klang mit Wein und Knabbersachen im Bootshaus aus.

Sonntagmorgen begrüßte uns ein schöner Sonnenaufgang. Nach einem ausgiebigen Frühstück ging es mit dem am Vorabend bestellten Sammeltaxi zurück zur Rudergesellschaft Wiking – auch hier ein Tipp: Taxifahrer kennen in der Regel den Weg besser als „Touristen“.

Relativ einfach, dank der vorhandenen Bootswagen, konnten wir die Boote wieder zu Wasser lassen und mit denselben Besatzungen wie am Vortag ruderten wir zurück. Wir starteten über den eher langweiligen Teltowkanal, bevor wir dann in Köpenick wieder auf die Dahme trafen. Von hier ging es an der Regattastrecke von Grünau vorbei. Nach-



nnenaufgang in Schmöckwitz



Frühstück

dem auf dem Teltowkanal das Wetter eher trüb gewesen war, kam nun die Sonne wieder heraus und die Laubwälder am Ufer strahlten in ihrem schönsten Herbstkleid.

Die Streckenlänge bis nach Schmöckwitz betrug knapp 19 km, die wir in 2,5 Stunden bewältigten.

Wir reinigten die Boote und verstauten sie im Bootshaus. Nachdem wir geduscht und die Zimmer aufgeräumt und gesäubert hatten, war noch Zeit für eine kleine Kaffeepause im Bootshaus. Danach traten wir dann wieder die Rückfahrt an.

Fazit: Wieder einmal eine schöne Wanderfahrt zum Abschluss der Rudersaison – danke noch einmal an Ekbert für die Organisation der Wanderfahrt.

P.S.: Die Wiking-Sternfahrt findet 2025 am 18. Oktober statt – wer mag, kann sich den Termin ja schon einmal im Kalender markieren – es dürfen gerne mehr als sieben Ruderer mitkommen!

Martin Habeck



Auf dem Teltowkanal





Herbststimmung auf dem langen See



Fahrtenleiter macht Pause.



Braunkohlwanderung der Alten Herren am 21. Januar

Sechs Alte Herren, verstärkt durch vier Frauen, machten sich an diesem Tag bei trockenem aber verhangenem Winterwetter auf die Wanderung. Vom Bootshaus Maschstraße in den Ortsteil Ölper. Ein kühler Wind wehte uns entgegen und wir schätzten unsere warmen Jacken. Vorbei am Denkmal vom Herzog Friedrich Wilhelm, das an das Gefecht 1809 mit den napoleonischen Truppen hier erinnert.




Die Bootsgasse am Ölper Wehr ist immer noch randvoll mit Wasser und viel Schlamm!

Am Ölper Wehr konnten wir noch die Spuren des vorangegangenen starken Hochwassers der letzten Tage bestaunen.

Den Rückweg an der Oker entlang zum Bootshaus schafften wir trotz der noch immer durchweichten Wege ohne Probleme. Im Bootshaus wartete auf uns ein gedeckter Tisch und ein wohlig geheizter Raum.

Wir belohnten uns nach dem Marsch mit dem leckeren Braunkohlgericht vom Schlachter Neugebauer und einem gemütlichen Beisammensein bei anregenden Gesprächen.

Rainer Fischer



2024 An- und Kanalrudern

Ganz verschiedene Genüsse, oder nicht?

Es gibt im Jahresablauf unseres Vereins einige „Rituale“, die sich jedes Jahr wiederholen und immer eine Möglichkeit bieten, Geselligkeit zu erleben.

Darunter zählen das Anrudern im Frühjahr und das „Kanalrudern“ mit Grillen im Spätsommer.

Beim Anrudern im Frühjahr werden (fast) immer langjährige Mitglieder geehrt genauso wie aktive Ruderer, die in ihren „Altersklassen“ besonders viele Kilometer geschafft haben



Taufen der Achilles durch Herrn Marschke von der Stiftung Kleiderversorgung

In diesem Frühjahr konnten wir wieder einmal ein Boot taufen. Das haben wir auch der Stiftung Kleiderversorgung zu verdanken. Die Stiftung trägt seit vielen Jahren mit finanzieller Unterstützung dazu bei, dass Boote erneuert und die Anzahl ausgebaut werden kann.

Die „Achilles“ wurde von Herrn Marschke von der Stiftung getauft und anschließend auch zu Wasser gelassen. Wie nicht anders zu erwarten, war das Rudern ein „Genuss“.

Apropos Genuss: Eine Neuerung gab es dann doch noch. Das Essen zum Anrudern kam von einem Caterer und die verschiedenen Suppen haben allen gemundet! Wenn das ein möglicher Weg sein kann, um das Kantinenteam zu entlasten und trotzdem Essen zu bieten, dann kam er sehr gut an.



Gerudert wurde natürlich auch!

Beim „Kanalrudern“ im Spätsommer steht im Vordergrund, dass sich die „Städter“ auch mal auf den Kanal trauen und nach dem ungewohnten Wellengang alle gemeinsam grillen, sich stärken und den Tag noch genießen.

Im letzten Jahr wurde das „Kanalrudern“ zeitlich von zwei anderen Personen „getaktet“, die auch noch weit weg waren: Hermine Krumbein hatte gemeinsam mit ihrem Partner Jan Helmich zur Mittagszeit in Paris das Rennen über die 2000-Meter-Strecke der paralympischen Spiele. Und so gingen alle „nur mal kurz“ aufs Wasser, um pünktlich zum Start in Thune im Kraftraum eng zusammen zu sitzen und mitzufiebern. „Public viewing“ in Normannia-Style: Beamer auf einen Tisch, alle in den Raum gequetscht, Sitzplätze auf Ergos, Matten und sonstigen Dingen genutzt und los geht’s.



Paralympics „public viewing“

Die Stimmung war euphorisch, vor, während und nach dem Rennen. Was für ein Genuss! Einen großen Dank an Hermine und Jan für das Rennen, die Spannung und die Möglichkeit des gemeinsamen Jubelns. Das können wir gerne wiederholen!



Heinrich der Löwe kommt!

Nach dem Rennen konnte auch endlich der neue Gasgrill seiner Bestimmung nachgehen. Mitgebrachte Würstchen, Fleisch, Grillkäse, also all das, was der einzelne Ruderer essen wollte, kam drauf. Mitgebrachte Salate und Nachtische standen zur Selbstbedienung bereit.



Ulli, der “master of steaks, sausages and vegetables”

Und worauf lief es hinaus? Genau, der Tag war ein Genuss!

Kerstin Arndt

Frühjahrs- und Herbstputz: „Raus und ran“ war los

Paul hat alles im Blick…

Bei den Einsätzen rund um das Stadtbootshaus gab es wieder einiges zu tun: Bootshallen umräumen, Dachrinnen putzen und Laubgitter einlegen, Garten auf Vordermann bringen und, nach dem Hochwasser, den Steg wieder freispülen. Zunächst möchte ich mich für die Unterstützung bei den beiden Arbeitseinsätzen bedanken! Ohne diese und insbesondere dank der Vorarbeit einiger Alter Herren (siehe Fotos) wäre es nicht möglich gewesen, die anstehenden Arbeiten in der Zeit zu bewältigen.

In 2025 sind bisher keine besonderen Tätigkeiten geplant (mit der Hoffnung, dass kein erneutes Hochwasser kommt). Gerne dürft Ihr Euch die Termine für 2025 gleich notieren: am 4. April und 11. Oktober heißt es wieder “Raus und Ran!”.

Eine kleine Änderung habe ich jedoch:

Ich möchte im Sommer einen Mini-Einsatz planen (wahrscheinlich an einem Dienstag vor dem Rudern).

Bei diesem soll der Steg gepflegt und die Terasse gereinigt werden. Beides sollte mit mehreren Leuten nicht lange dauern und ermöglicht uns ein unkrautfreies Sitzen auf der Terrasse im Sommer. Gerne könnt Ihr Euch jetzt gleich für den Einsatz bei mir melden …

Nochmals vielen Dank und auf ein erfolgreiches 2025!

Paul Geisler









FiBS 2024

Wofür steht FiBS?

In diesem Jahr nahm der Ruderklub nach einer durch die Coronapandemie und deren Folgen verursachten Pause seit 2019 zum ersten Mal wieder am Ferien Programm der Stadt Braunschweig FiBS teil, um neue Jungruderer zu gewinnen, sodass wir vom ersten bis zum fünften Juli insgesamt 16 ruderinteressierte Kinder und Jugendliche bei uns willkommen heißen durften.

Begonnen hat das Programm am Montag um 15.00 Uhr bei uns im Bootshaus am Maschplatz, leider bei mäßigem Wetter. Nach einer kurzen Begrüßungs- und Vorstellungsrunde durften die Kinder ihre ersten Ruderversuche auf dem Ergo starten, wo sie, angeleitet durch unsere Junioren, schnell erkennbare Fortschritte machten. Nachdem sich jeder einmal auf dem Ergo versucht hatte, hieß es dann Boote zu Wasser lassen und zum ersten Mal richtig rudern. Nach einer kurzen Eingewöhnung in den Booten fand sich schnell eine Basis, auf der man aufbauen konnte, sodass alle Boote trotz der noch kurzen, verbleibenden Zeit, eine Runde bis zum Ölpersee fahren konnten und pünktlich wieder zurück am Bootshaus waren. Hier hieß es dann noch Boote putzen und aufräumen, bevor ein erfolgreicher erster Tag zu Ende ging.

Am Dienstag konnte dann, bei leider immer noch regnerisch kaltem Sommerwetter, direkt auf dem Wasser gestartet werden. Die gute Laune ließ sich auch durch das schlechte Wetter erneut nicht unterkriegen und es wurden schnell weitere Fortschritte im Rudern gemacht, sodass es nun schon möglich war, auch etwas größere Distanzen mit den Kindern zurückzulegen. Zum Abschluss des Tages gab es dann nach erneuter Bootpflege und den üblichen Aufräumaufgaben, welche nach dem Rudern folgen, Kekse und Gummibärchen für alle, sodass sich alle frisch gestärkt auf den Heimweg machen konnten.



FiBS-Aktion:
erst das Vergnügen, dann die Arbeit…



Am Mittwoch wurde dann zum ersten Mal nicht nur unsere Gigvierer zu Wasser gelassen, sondern auch zwei Zweier, sodass die ersten Kinder Erfahrungen in den etwas kleineren Booten machen konnten. Außerdem wurde zum ersten Mal auch hinter den Ölpersee gefahren und damit neue Gebiete für unsere FiBS Kinder erschlossen werden.

Der Donnerstag begann damit, dass ein Gruppenfoto mit allen gemacht wurde. Danach ging es dann wieder in Zweiern und Vierern aufs Wasser. So langsam gab es auch bei unseren Neuruderern eine Routine, sodass die Boote immer schneller wurden und weitere Fortschritte gemacht werden konnten. Abends hieß es dann noch für unsere Trainer den nächsten Tag und das damit verbundene Abschlussgrillen vorzubereiten.

Freitag, der letzte Tag unseres diesjährigen FiBS-Programms, enthielt für einige dann noch eine Überraschung. Wer es sich zutraute, durfte sich im Einer ausprobieren. Zuerst an der Leine in unseren beiden Gigeinern „Onkel Ewald“ und „Tante Hanna“. Danach auch für die ganz mutigen in einem unserer Skiffs. Im Gigeiner hielten sich alle Kandidaten wacker und probierten sich aus, während es danach im Skiff für alle ein nasses Ende in der Oker gab. Zum Abschluss des Tages und damit auch unseres FiBS-Programms gab es dann noch für alle Teilnehmer ein eingerahmtes Gruppenbild, sowie für die, die wollten ein gemeinsames Abschlussgrillen, bei dem zusammen das Deutschlandspiel geschaut wurde.

Insgesamt war FiBS dieses Jahr also wieder ein voller Erfolg und wir hoffen, einige der Kinder im Laufe des Jahres beim Kindertraining wieder zu sehen.

Jan Hinnerk Blanke

Spaghetti-Essen 2024



Am Freitag, den 6. Dezember, war es wieder soweit, das alljährliche Nikolaus-Spaghetti-Essen der Jugendabteilung fand statt. Dank zahlreicher Anmeldungen von neuen und alten Bekannten, war das Stadtbootshaus mit über 20 Leuten gemütlich gefüllt. Wie jedes Jahr wurden wieder frische Spaghetti mit Bolognese-Soße gekocht.

Anschließend haben wir uns noch einen Jahresrückblick, mit warmen Kinderpunsch und Weihnachtsgebäck, in Form einer kleinen Diashow angeschaut. Natürlich durften dabei auch nicht die Schokoladen-Nikoläuse fehlen, die von uns, nach einer kleinen Quizfrage, an alle Teilnehmenden verteilt wurden.

Der weitere Abend wurde dann noch mit Gesellschaftsspielen, Tischkicker oder einer Runde an der altbekannten Spielekonsole verbracht. Wir, der neue Jugendvorstand, bedanken uns für die rege Teilnahme und freuen uns schon aufs nächste Jahr! Dabei auch noch mal einen Dank an alle Beteiligten für den reibungslosen Ablauf.

Johan Hertel

Herbstfahrt der Alten Herren nach Wernigerode am 16. Okt.

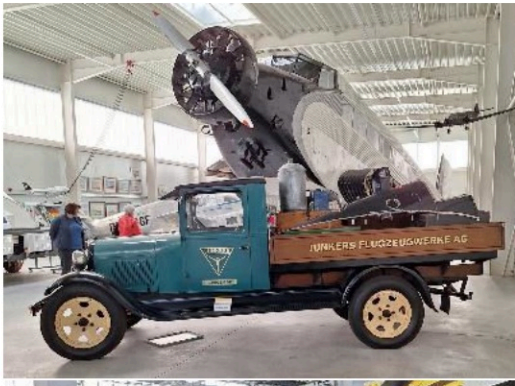
Das Luftfahrtmuseum in Wernigerode war heute unser Ziel. Wir hatten Glück und konnten kurzfristig noch eine Führung durch die drei großen Hallen organisieren.



Das hat sich gelohnt, denn die 50 ausgestellten Flugzeuge hätten wir zwar auch selber gefunden, aber die ausführlichen Erläuterungen unseres Herrn Franz machten den Besuch zu einem nachhaltigen Erlebnis.

Sehr viele Exponate, unter anderem auch Autos aus den verschiedenen Epochen, Sternmotoren und Düsenaggregate, Flugsimulatoren, um nur einige zu nennen, bieten für den technisch interessierten Besucher unzählige Aha-Momente.







Auf dem Dach der ersten Halle ist eine Transall-Maschine montiert. Sie ist für die Besucher zugänglich und Ekbert konnte uns die Nieten zeigen, die er während seiner Ausbildungszeit selber bearbeitet hat.

Im Anschluss stärkten wir uns noch in der „Grünen Gurke“ bei deftiger, aber leckerer Hausmannskost, bevor wir uns auf den Rückweg machten.

Rainer Fischer



Logo des Luftfahrtmuseums

Neuer Jugendvorstand



Der neue Jugendvorstand von links: Dominik, Greta, Anje und Johan

Am 26. Oktober wurde im Stadtbootshaus mit 16 Anwesenden und Stimmberechtigten der neue Jugendvorstand gewählt. Die Jugendabteilung hat für Anje Thöns als neue Vorsitzende und Greta Erdmann als zweite Vorsitzende abgestimmt. Dominik Stern wurde einstimmig zum Kassenwart gewählt und ich, Johan Hertel, zum neuen Pressewart. Wir planen wieder zu einigen Veranstaltungen wie einer Wanderfahrt, dem Spaghetti-Essen und mehr einzuladen. Auch hat Dominik bereits angekündigt Investitionen etwa für unseren Kraftraum in Thune vorzunehmen, um so den Fortbestand und Erhalt unseres Equipments sicherzustellen. Bei Anregungen könnt ihr gerne jederzeit auf uns zu kommen. Zuletzt möchten wir uns noch bei dem alten Jugendvorstand, Lara, Anje, Jan und Erik bedanken und hoffen auf eine ebenso gute Zusammenarbeit mit der Jugendabteilung in den kommenden Jahren.

Johan Hertel

Gut Blatt …

Wenn die Tage kürzer werden und die Boote ihre erste Staubschicht des Winters ansetzen, dann ist die Zeit des Skat- und Romméturniers im Ruderklub gekommen.







So traf sich auch im letzten Herbst, am 15. November wieder eine bunte Truppe, um mit den richtigen Trümpfen und Sequenzen, und natürlich einem kühlen Getränk an der Tischkante, ordentlich Punkte zu sammeln. Ziel der Skatspieler ist es jedes Jahr den Hauptpreis, ein leckeres Geflügeltier für den heimischen Bräter zu ergattern. Aber auch die Preise der weiteren Plätze konnten sich wieder, dank der hervorragenden Vorbereitung von Gisela Prade, sehen lassen. Tradition dieses Wettstreits ist es aber auch, dass Gisela diesen Vogel wieder mit nach Hause nimmt, um ihn mit dem ewigen Sieger, ihrem Mann Harald, zuzubereiten. Fast wäre diese Tradition dieses Jahr gebrochen worden, doch der Kochtopf wäre der gleiche geblieben. Die beiden trennten am Ende des Abends nur 38 Punkte. Dass keiner der 13 Skatspieler und Spielerinnen, so wie der fünf Romme-Damen hungrig nach Hause gehen musste, verhinderte der herzhafte Halbzeitsnack. Auch hier herzlichen Dank für die Organisation durch Gisela und der Unterstützung des Kantinenbetriebs durch Martin Olech.

Bei so viel Traditionellem passiert es aber auch, dass Veränderungen eintreten. So ist es Felix Klein nicht mehr möglich, das Turnier weiter zu organisieren. Damit wir aber auch nächstes Jahr wieder Karten spielen können, habe ich mich bereit erklärt, sein Amt fortzuführen. Danke Felix, für die Organisation der letzten Jahre.

Daher an dieser Stelle der Aufruf, wir freuen uns mit vielen Kameraden und Kameradinnen im nächsten Herbst wieder zusammen zu kommen, um einen geselligen Abend beim Kartenspiel zu verbringen. Angestrebt ist dabei immer der Freitag nach Sankt Martin, somit der 14.11.2025 um 19Uhr. Safe the date!

Harald Schott

Eine kulinarische Tradition der Alten Herren

Wenn sich das Jahr zum Ende neigt, die Tage kürzer und die Nächte länger werden, wenn die Ruderaktivitäten auf der Oker ruhen, wenn es in der City nach Glühwein, gebrannten Mandeln und Bratwurst duftet, dann findet unser Nikorellenessen statt. Der Tisch wird fein gedeckt, mit Weihnachtssternen und Kerzen dekoriert. Am Dienstag der Nikolauswoche kommen wir im Stadtbootshaus zusammen.

Die Forellen holen wir vom Teichgut in Riddagshausen. Gemütlich sitzen wir zusammen und zerlegen fachmännisch die leckeren, gewärmten Fische und lassen es uns gut gehen. Nach einem Dessert aus Schoko-Mousse mit Eierlikör und einer Tasse Kaffee sehen wir körperlich und moralisch gestärkt der Hektik der kommenden Festtage gelassen entgegen.

Rainer Fischer



Die Nikorelle

Die Nikorelle ist ein Fisch,
der liegt hier heute auf dem Tisch.
Schwimmt munter sonst in einem Bach,
der mal tief ist und mal flach.
Vor bereits gut 100 Jahren,
das hab ich schon als Kind erfahren,
fing meine Mutter auf die Schnelle
mit der Gabel die Forelle
schon – als ziemlich junge Frau –
dass sie gut schmeckte wusste sie genau.
Heute haben wir hier nun Stücke
aus dem Teich dort an der Brücke
wo sie frisch ins Netz gegangen
gestern erst mit Glück gefangen.
Heute aus dem Rauch genommen
und zu uns hierhergeschwommen
soll'n sie euch eine Freude sein
und mit ihrem Fleisch erfreu'n.
Advent ist eine schöne Zeit,
wo viele froh sind, weit und breit.
Auch wir woll'n uns des Lebens freu'n
gemütlich hier beisammen sein.

Rainer Fischer



Bild: Wikipedia

Der ganze Verein sagt DANKE

Eine Kantinenchefin geht

Nachdem auf der JHV 2024 bekannt wurde, dass Gisela Prade das Ehrenamt der Kantinenleiterin aufgegeben hat, erfuhren weitere Klubmitglieder davon beim Anrudern — es gab viele gute und dankbare Worte für die von Gisela geleistete Arbeit.

Rückblickend verdanken wir ihr mehr, als in Worte zu fassen ist. Das ehemalige Kantinenteam hat gern mit ihr in den neu gestalteten Räumen und besonders in der Küche gewirkt.



Gisela veranstaltete für ihr Team Wanderfahrten mit zusätzlichen kulturell/historischen Schmankerln und so kam es, dass u. a. die Gewässer um Lehnin, der Schweriner See, die Hamme, Havel und Trave mit Wakenitz zu wunderbaren Ruder- und Wassererlebnissen wurden.



Nun ist der Wandel im Kantinenbereich vollzogen, neue Ideen sind gereift und umgesetzt und mit jedem Klubmitglied, das sich einbringt, bleibt unser Kluballtag lebendig.

Rita von Daggenhausen



Wer kann unterstützen?

Stellenanzeige: Kantinenwart (m/w/d) im Ruder-Klub

Verstärkung für unsere Vereinskantine gesucht!
Der Ruder-Klub Normannia sucht ab sofort einen motivierten und freundlichen **Kantinenwart (m/w/d)**, der unsere Vereinsmitglieder und Gäste mit frischen und leckeren Speisen versorgt. In dieser Position übernimmst Du die Verantwortung für die Leitung der Vereinskantine und trägst zu einer angenehmen Atmosphäre im Klubhaus bei.

Deine Aufgaben:

- Verantwortliche Leitung und Organisation der Vereinskantine
- Bestell- und Lagermanagement der Lebensmittel sowie Gewährleistung der Hygiene- und Qualitätsstandards
- Verwaltung des Kantinenbudgets und Durchführung von Kassenabrechnungen
- Unterstützung bei der Planung und Durchführung von Vereinsveranstaltungen, bei denen Catering erforderlich ist
- Freundliche und hilfsbereite Betreuung unserer Gäste und Mitglieder

Dein Profil:

- Organisationstalent und selbständige Arbeitsweise
- Hohe Hygienestandards und Sorgfalt im Umgang mit Lebensmitteln
- Teamfähigkeit und ein freundliches Auftreten
- Interesse am Vereinsleben und idealerweise auch am Rudersport

Wir bieten Dir:

- Ein abwechslungsreiches Arbeitsumfeld in einem sportlich orientierten und freundlichen Team
- Flexible Arbeitszeiten, die sich gut mit den Vereinsaktivitäten vereinbaren lassen
- Die Möglichkeit, sich aktiv in den Vereinsalltag einzubringen
- Zugang zu speziellen Angeboten und Veranstaltungen des Vereins

Haben wir Dein Interesse geweckt?
Dann freuen wir uns auf Deine Bewerbung! Nimm Kontakt zum Vorstand auf oder schick uns eine Mail an

Stellenanzeige: Fahrzeugwart (m/w/d) im Ruder-Klub

Wir suchen Verstärkung!
Für unseren traditionsreichen Ruder-Klub suchen wir ab sofort einen zuverlässigen und engagierten **Fahrzeugwart (m/w/d)**. In dieser verantwortungsvollen Position sorgst Du dafür, dass unsere Fahrzeuge stets in einwandfreiem Zustand sind und unseren Sportlern sowie Mitgliedern bestmöglichen Service bieten.

Deine Aufgaben:

- Wartung, Pflege und Instandhaltung unserer Vereinsfahrzeuge (Vereinsbus, Anhänger)
- Organisation von regelmäßigen Inspektionen und Reparaturen

Dein Profil:

- Freude an der Arbeit im Team und an der Unterstützung des Vereinslebens
- Erfahrung in der Wartung und Reparatur von Fahrzeugen und Anhängern
- Handwerkliches Geschick und technisches Verständnis
- Selbständige, strukturierte und zuverlässige Arbeitsweise
- Führerschein Klasse B, idealerweise auch BE (für Fahrten mit Anhänger)

Wir bieten Dir:

- Ein angenehmes Arbeitsumfeld in einem sportlich orientierten und freundlichen Team
- Die Möglichkeit, den Ruder-Klub aktiv mitzugestalten und Verantwortung zu übernehmen
- Flexible Arbeitszeiten
- Vorteile bei Vereinsaktivitäten sowie Zugang zu Vereinsfahrzeugen

Haben wir Dein Interesse geweckt?
Dann freuen wir uns auf Deine Bewerbung! Nimm Kontakt zum Vorstand auf oder schick uns eine Mail an

Laudatio auf Martin Olech

Am 15. August hatte Martin Olech seinen 66. Geburtstag – es war ein Donnerstag – das Geburtstagskind erschien zu unserem Senioren-Vormittagsrudern, und wir haben ihm das passende Ständchen gesungen:

"Ihr werdet euch noch wundern, wenn ich erst Rentner bin! …
Mit 66 Jahren, da fängt das Leben erst an,
mit 66 Jahren, da hat man Spaß daran.
Mit 66 Jahren, da kommt man erst in Schuss!
Mit 66 Jahren ist noch lange nicht Schluss!"



Was wir in unserer Donnerstagsgruppe nur bestätigen können: Erst im Ruhestand hat man das Privileg, auch am Vormittag rudern zu können, wenn die Sonne über der Oker höher steigt und nur wenige Boote unterwegs sind. Meistens sind wir zwei Vierer, manchmal auch mit Lücke, und so freuen wir uns über jeden, der noch dazukommt. Martin war ab und zu mit von der Partie, wenn er Urlaub oder durch Gleitzeit einen freien Tag hatte. Dass er nun



in seinem Ruhestand regelmäßig dabei sein wird, war für uns alle ein Grund zum Feiern – und ein Anlass, ihn als langjährigen Ruderkameraden zu würdigen.

Martin Olech hatte schon in seiner Schulzeit in Bremen mit dem Rudern begonnen. Während seiner Studienzeit an der TU Braunschweig setzte er es mit dem Studentenrudern fort, und als er dann seine berufliche Tätigkeit aufgenommen hatte, trat er 1987 in unseren Ruderklub ein. Anfangs war er voll dabei, dann jedoch nur noch als passives Mitglied. Die Ehrung für 15-jährige Mitgliedschaft im Jahr 2002 war für ihn der Anstoß, wieder aktiv zu werden. Seitdem gibt es kaum eine Ausfahrt oder ausgeschriebene Wanderfahrt, zu der er sich nicht angemeldet hat, und so steht er in der Statistik der geleisteten Ruderkilometer schon seit Jahren weit vorn.

Er fehlte bei keinem der Arbeitseinsätze zum Frühjahrs- und Herbstputz im Stadtbootshaus. Jahrelang engagierte er sich im Kantinenteam als Getränkewart, und seit den letzten Monaten kauft er für das Stadtbootshaus nicht nur sämtliche Getränke ein, sondern auch die Verbrauchsmittel, wie Kaffee, Zucker, Kaffeesahne, Servietten, Küchen- und Toilettenpapier, Seife etc.

Er zählt zu den Verlässlichen, die nicht im Vordergrund stehen, aber für unseren Verein wichtig sind.

Also: Vielen Dank, lieber Martin!

Maria Hauck
im Namen der Donnerstagsgruppe

Das ewige Leben

Joachim Koch †



Am 9. April, nur wenige Wochen nach seinem 99. Geburtstag, ist unser Ehrenvorsitzender Joachim Koch verstorben. Über ihn, mit dem ich seit Jahrzehnten freundschaftlich verbunden war, habe ich zu seinem 70., 80. und 90. Geburtstag jeweils in den RKN-Klubnachrichten geschrieben und so war eine Laudatio zu seinem Hundertsten auch bereits weitgehend angedacht. Nun wird es leider ein Nachruf. Lange hatten wir in der Altherrenschaft gehofft, dieses Ereignis in diesem Jahr mit ihm feiern zu können. Mitansehen zu müssen, wie seine Krankheit ihn in den letzten Monaten dann doch besiegte, war für alle sehr schmerzlich.

Der Klub verdankt ihm so viel wie wohl kaum jemand anderem in der bisherigen Vereinsgeschichte, weil dies ja ein Teil seiner Vita gewesen war. Als Sohn eines Tischlermeisters in Braunschweig geboren, musste er, die Tischlerlehre gerade abgeschlossen, noch als Jugendlicher am Ende des 2. Weltkrieges daran teilnehmen. Joachim kehrte aus dem Krieg verwundet nach Hause zurück. Nach dem Besuch der Kaufmännischen Berufsschule Alte Waage baute er mit seinem Vater ab 1947 den zerbombten Tischlereibetrieb an der Gördelinger Straße wieder auf und führte ihn als „Werkstätten für feinen Innenausbau“ zu einer ersten Adresse für Ladenbau in Braunschweig. 1984 feierte Möbel-Koch das 100-jährige Bestehen. In jener Zeit war er aber auch die treibende Kraft für den Aufbau der katholischen Heilig-Geist-Kirchengemeinde an der St.-Ingbert-Straße. Später war er darüber hinaus auch ein engagierter Laienprediger in der Propstei St. Nicolai in der Aegidienkirche. Ab 1970 ging man zum Möbelhaus Koch, wenn man skandinavische Möbel kaufen wollte.

Joachim ist als Mitglied des Haus-, Wohnungs- und Grundbesitzervereins (heute Haus + Grund) sehr bald auch zu dessen Ersten Vorsitzenden gewählt worden und war gleichzeitig Schöffe am Landgericht Braunschweig sowie ehrenamtlicher

Laienrichter am Oberverwaltungsgericht Lüneburg. Da ließ natürlich eine politische Betätigung nicht lange auf sich warten. Er kandidierte für den Stadtbezirksrat Innenstadt, wurde gewählt und stand diesem schließlich zwei Legislaturperioden als Bezirksbürgermeister vor. Dazu kamen sieben Jahre Tätigkeit als Bürgermitglied im Planungsausschuss unserer Stadt. Für all das und selbstverständlich auch für seine segensreiche Tätigkeit bei Normannia hat er im November 1995 das Verdienstkreuz am Bande des Verdienstordens der Bundesrepublik Deutschland sowie die goldene Ehrennadel des Landessportbundes Niedersachsen erhalten.

Den Weg zum Ruder-Klub Normannia fand er eigentlich etwas spät, wenn man da mal seine Familiengeschichte betrachtet. Zwar taucht seine spätere Ehefrau Anneliese als junges Mädchen schon auf Vorkriegsfotos vom alten Bootshaus auf, denn ihr Vater Franz Bartig war damals schon lange Jahre Trainer der Rennmannschaften. Aber selbst nach der Hochzeit der beiden im Jahre 1950 vergingen immer noch zehn Jahre bis zu seinem Eintritt. Anneliese folgte zwei Jahre später. Er kam während der Amtszeit von Ludwig Apel, die Rennruderei war voll im Aufbau begriffen und Joachim war als Holzwurm – so bezeichnete er sich selbst gerne öfter – natürlich die ideale Besetzung für das Amt des Bootswartes, wobei er auch gleich die Bootstransporte mit übernahm. Glücklicherweise hatte er aber auch die Gabe, sein Wissen und vor allem seine zahllosen handwerklichen Tricks und Kniffe weiterzugeben, damit sein Amt später auch einmal von seinem Nachfolger übernommen werden konnte. So haben ich und andere hilfswillige Mitglieder in unserem Bootshaus und an vielen Winterabenden in der Werkstatt im Keller des Kochschen Geschäftes manches defekte Bootsteil mit Hilfe seiner beschwörenden Zauberformel „Heile, heile, klebe – so lange wie ich lebe ...“ wieder gebrauchsfähig gemacht, während unsere Ehefrauen zwei Stockwerke höher Rommé spielten. Aber warum Nachfolger, ein besserer Bootswart war ja wohl kaum denkbar? Nun, Ludwig Apel war bereits acht Jahre Vorsitzender, trug sich mit Rücktrittsgedanken, machte Joachim noch für zwei Jahre zum Stellvertreter und ließ ihn auf der Jahreshauptversammlung 1969 zum Vorsitzenden wählen. Das blieb dieser dann für 14 Jahre.

In seiner Amtszeit haben sich bedeutende Dinge ereignet. Als der Mittellandkanal 1973 ausgebaut wurde, war das das Ende der schrägen Uferböschungen mit ihrer dämpfenden Wirkung auf den Wellenschlag der Binnenschiffe. Von den nun eingebauten senkrechten Spundwänden wurden diese Wellen ständig hin und her reflektiert und damit unser Trainingsbetrieb erheblich beeinträchtigt. In zähen Verhandlungen mit der Baubehörde konnte schließlich erreicht werden, dass für unsere Zwecke eine ca. 800m lange Strecke von der Einspundung ausgenommen wurde. Sie hieß fortan „Kochsche Wanne“.

Im Jahre 1974 fusionierten wir mit dem Ruderclub an der Neuen Oberschule, übernahmen alle Boote und hatten mit deren Domizil in Wenden vorübergehend drei Bootshäuser. Außerdem liefen Verhandlungen über die Nutzung des Ölper Sees, wonach uns dann in einer Städtischen Benutzungsordnung „die halbe Seebreite“ zugestanden wurde.

Vor allem in sportlicher Hinsicht nahm die Wettkampftätigkeit weiter stetig zu. Es begann die große Zeit von Andreas und Hartmut Reinke mit ihren Weltmeisterschaftsteilnahmen, Deutschen Meisterschaften und Eichkranzsiegen (heute U21-Meisterschaften). Zusammen mit den übrigen damals recht zahlreichen Trainingsruderern waren Statistiken von 80 bis 90 Siegen jährlich keine Seltenheit. Joachim Koch konnte das alles sehr wohlgefällig betrachten, er hat diesen Aufschwung nach Kräften gefördert. Manch ein Regattatag endete mit einer Einladung zum Abendessen für die Aktiven, wie er auch sonst dem Verein finanziell unter die Arme griff, etwa, wenn für den Ankauf eines neuen Bootes wieder dringend ein Darlehen hermusste.

Nachdem er 1983 sein Amt als Erster Vorsitzender abgegeben hatte, übernahm er die Organisation der Altherrenschaft, die er neben der Aktivierung unserer Senioren im Ruderboot vor allem auch als Förderung der gesellschaftlichen Maßnahmen ansah. Gemeinsam mit Anneliese arbeitete er Busfahrten in alle Himmelsrichtungen aus. Das

„Reisebüro Koch“ ist schnell bei allen Teilnehmern zur Legende geworden.

Der Tod seiner Frau im Dezember 2006 war, für uns alle erkennbar, ein schwerer Schicksalsschlag für ihn. Diesen zu überwinden, half ihm sowohl sein Engagement im Kindergarten Peterskamp, wo er einmal in der Woche mit den Kindern bastelte, als auch das tatkräftige Unterstützen unseres damaligen Bootswartes. Unvergessen bleibt hier seine Mitarbeit an der Herrichtung unseres Bootsanhängers als Motivwagen für den Karnevalsumzug im Jubiläumsjahr 2010. Auch der regelmäßige Besuch des Altherrentreffens dienstagmorgens im Stadtbootshaus gehörte, wann immer er es ermöglichen konnte, dazu. War er einmal verhindert, meldete er sich eben telefonisch, so dass wir stets auf dem Laufenden über seinen Gesundheitszustand waren. So hatten wir auf eine Wende gehofft, aber es war dann doch vergebens. Zur Trauerfeier mit anschließender Urnenbeisetzung gaben ihm gemeinsam mit seiner Familie auch einige Normannen das Geleit.

Ekbert Schollmeyer

Vereinskleidung



Die erweiterte Normannia-Kollektion ist im Onlineshop von New Wave erhältlich. Neben den bekannten Artikeln wie den T-Shirts (langarm, kurzarm & ärmellos) gibt es jetzt auch den Renneinteiler, eine Ruderweste und ein dünnes Weatherjacket. Die Kollektion ist in den Farben Grün und Weiß gehalten und kann mit schwarzen Ruderhosen aus der New Wave Standard-Kollektion ergänzt werden.

Die Normannia-Kollektion findet ihr unter:
https://newwave.de/de/536-rk-normannia-braunschweig

Zum Bestellen müsst ihr ein Kundenkonto anlegen und euch als Mitglied von Normannia identifizieren. Das Passwort dazu lautet "RK-Normannia". Alles Weitere dazu findet ihr unter:
https://newwave.de/de/content/13-vereins-login

Der Link zum Onlineshop steht euch auch jederzeit auf unserer Website unter dem neuen Menü „Mitglieder“ zur Verfügung:
https://RK-Normannia/Mitglieder

Frank von Lacroix

Sportversicherung

Auch bei der Ausübung des Sports kann es zu Unfällen kommen. Zum Glück gibt es **für alle Mitglieder des RKN** (inklusive temporärer Mitglieder oder Personen, die zum Schnuppern am Rudern teilnehmen) eine Sportversicherung.

Den Hauptumfang dieser Versicherung stellt die Unfallversicherung für Mitglieder dar. Darüber hinaus besteht noch eine Haftpflicht-, Umwelt-Haftpflicht-, Vermögensschaden-Haftpflicht-, Vertrauensschaden- und Rechtsschutzversicherung. Die Versicherungen betreffen in ihrer Gänze Schadens-

ereignisse, die im Zusammenhang mit der Ausübung des Sports vorkommen können.

Für diese Sportversicherung ist es wichtig, dass die Fahrten auf dem Kanal und der Oker im Fahrtenbuch eingetragen sind. Andere Fahrten müssen vorher vom Vorstand genehmigt sein. Hierfür ist Hajo Meiners Ansprechpartner.

Das betroffene Mitglied meldet alle Schadensfälle (insbesondere Unfälle) unverzüglich über den Verein an:

Versicherungsbüro Sporthilfe Niedersachsen
Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 10
30169 Hannover
Telefon:
E-Mail:
Internet: https://www.arag.de/vereinsversicherung/sportversicherung/niedersachsen/
Unsere Mitgliedsnummer beim Landessportbund Niedersachsen lautet

Das Ausfüllen erfolgt durch das entsprechende Mitglied.

Das entsprechende Formular sowie weitere Informationen (Merkblätter sowie Versicherungsumfang und -bedingungen) sind zum Herunterladen auf der Internetseite des Landessportbundes hinterlegt:

https://www.arag.de/vereinsversicherung/sportversicherung/niedersachsen/

Wichtig ist, nicht abzuwarten, welche Folgen sich aus dem Unfall ergeben, bevor die Unfallmeldung zur ARAG geschickt wird. Die Unfallmeldung ist vorsorglich immer sofort abzugeben. Leider ist es immer wieder so, dass nach zunächst relativ leicht erscheinenden Verletzungen spätere Komplikationen auftreten, für die dann ohne vorliegende Unfallmeldung keine Versicherungsleistungen gezahlt werden.

Bei Unfällen mit Minderjährigen gelten besondere Regularien. Diese sind an folgende Stelle zu melden:

Stadt Braunschweig
Fachbereich Kinder, Jugend und Familie
Postfach 26 63, 38016 Braunschweig

Bei etwaigen Fragen wendet Euch bitte an den Vorstand.

Martin Habeck

Mitgliedsbeiträge

Seit gelten die folgenden Beiträge:

Beitragsgruppe	Monatlicher Beitrag	Jahresbeitrag
Kinder, Schüler, Jugendliche, Studierende, Auszubildende	12,50 €	150,00 €
Aktives Einzelmitglied	31,50 €	378,00 €
Ehepaar	44,00 €	528,00 €
Familie	44,00 €	528,00 €
Unterstützendes Mitglied	22,00 €	264,00 €
Auswärtiges Mitglied	12,50 €	150,00 €

Die Zahlung der Beiträge sollte prinzipiell im SEPA-Lastschrifteinzugsverfahren erfolgen. Die jährlichen oder halbjährlichen Zahlungen werden zum 1. Februar und zum 1. September fällig.

Bankverbindungen des RKN:

Konto nur für Beitragszahlungen
Volksbank eG Braunschweig Wolfsburg
BIC: GENODEF1WOB
IBAN: DE35 2699 1066 6200 9900 02

Konto für Spenden
Volksbank eG Braunschweig Wolfsburg
BIC: GENODEF1WOB
IBAN: DE62 2699 1066 6200 9900 01

Konto für **sonstige Zahlungen**
Volksbank eG Braunschweig Wolfsburg
BIC: GENODEF1WOB
IBAN: DE08 2699 1066 6200 9900 03

Wichtig: Bitte teilt eure Adressänderungen, Änderungen der E-Mail-Adresse oder der Kontoverbindung kurzfristig dem Beitragskassierer mit.

Entweder per Post an:
Ruder-Klub „Normannia“ e. V.
Beitragskassierer
Maschplatz 15
38114 Braunschweig

oder per E-Mail an:

Ihr helft so, Euch alle wichtigen Vereinsinformationen rechtzeitig zuzustellen und unnötige Kosten bei den Abbuchungen zu vermeiden.

Martin Habeck / Schatzmeister



Klubhaus beim Anrudern



Bootshaus am Kanal

Ansprechpartner

Geschäftsführender Vorstand:	Vorsitzender	Ullrich Blanke	
	Stellv. Vorsitzender und Sportlicher Leiter Rudern	Ingo Pfaff	
	Schatzmeister, Beitragskassierer und Versicherungen	Martin Habeck	
	Vorsitzende Jugendabteilung	Anje Mathilde Thöns	
	Stellv. Vorsitzende Jugendabteilung	Greta Erdmann	
	Kassenwart Jugendabteilung	Dominik Stern	
	Presse Jugendabteilung	Johan Hertel	
	Junioren-Trainer	Ulrich Kuhls	
	Kinder-Trainer (Leitung)	Henry Gieseler	
	Erwachsenenausbildung	Ute Zerjadtke	
	Erwachsenenausbildung	Klaus-Joachim Arndt	
	Unisport/ Studentenausbildung	Andreas Betzler	
	Altherrenschaft	Rainer Fischer	
	Archiv, Regattastatistik	Ekbert Schollmeyer	
	Bootswart	Michael Bialas	
	Fahrtenbuch	Gerhard Schulte-Werning	
	Fahrzeugwart	N. N.	
	Homepage	Lucas Heisel	
	Hauswart/Frühjahrs-/ Herbstputz	Paul Geisler	
	Kantine	N. N.	
	Klubnachrichten (Jahrbuch)	Ralf Heinrich	
	Senioren-Rudern	Rita Waldmann	
	Wanderrudern/ Anhängerwart	Hajo Meiners	
Stand: April 2025	Ehrenrat	Tobias Hübner (Vorsitz Rebecca Bahrmann, Kerstin Arndt, Frank Ehrenberg	

Termine 2025

14.03.2025	Jahreshauptversammlung RKN	Alle Mitglieder	Ullrich Blanke
29.-30.03.2025	Langstrecke Leipzig	Senioren	DRV
05.04.2025	Frühjahrsputz Maschplatz – ran und raus	Alle Mitglieder	Paul Geisler
12.04.2025	Dove-Elbe-Rallye	Masters	Hajo Meiners
20.-21.04.20025	Deutsche Meisterschaften (Kleinboot)	Senioren	DRV
27.04.2025	Anrudern	Alle Mitglieder	Ullrich Blanke
04.05.2025	Wesermarathon (55/80/135 km)	Alle Aktiven	Hajo Meiners
03.-04.05.2025	Große Bremer Ruderregatta	Kinder, Junioren	Ulrich Kuhls, Henry Gieseler
17.-18.05.2025	54. Otterndorfer Regatta	Kinder, Junioren	Henry Gieseler
17.-18.05.2025	Köln Junioren-Regatta	Junioren	Ulrich Kuhls
28.05.-01.06.2025	Europa-Meisterschaften, Plovdiv	Senioren	DRV
30.05.-01.06.2025	Junioren Regatta Hamburg	Junioren	Ulrich Kuhls
07.-08.06.2025	Landesentscheid der Nordländer	Kinder	Henry Gieseler
13.-15.06.2025	Worldcup, Varese	Senioren	DRV
21.06.2025	Hamburger Staffelrudern	Alle Aktiven	Vivien Muxfeldt
19.-22.06.2025	Deutsche Junioren- & U23 Meisterschaften, Köln	Junioren, U23	Ulrich Kuhls
26.-29.06.2025	Bundeswettbewerb München	Kinder	Henry Gieseler
27.06.-29.06.2025	Worldcup, Luzern	Senioren	DRV
25.-27.07.2025	World University Games, Duisburg	Senioren	
Sommerferien 2025	Jugendwanderfahrt	Junioren	Jugendvorstand
30.-31.08.2025	Niedersächsische Meisterschaften, Wolfsburg	Kinder, Junioren, Senioren	Ulrich Kuhls, Henry Gieseler
20.09. 2025	Leine-Head	Masters	Frank von Lacroix
Sep. 2025	Kanalrudern RKN (Abrudern)	Alle Aktiven	Ullrich Blanke
27.-28.09.2025	Hamburger Ruder-Regatta	Junioren, U23	Ulrich Kuhls
Okt. 2025	Celler Regatta	Alle Aktiven	Ulrich Kuhls, Henry Gieseler
Okt. 2025	Elbe-Pokal, Lauenburg	Masters	Frank von Lacroix
10.-12.10.2025	Deutsche Sprintmeisterschaften	Senioren	Ulrich Kuhls
18.10. 2025	Sternfahrt Wiking (Berlin)	Alle Aktiven	Ekbert Schollmeyer
Okt. 2025	Herbstputz Maschplatz – raus und ran	Alle Mitglieder	Paul Geisler
01.11.2025	Fari-Cup, Hamburg	Alle Aktiven	Frank von Lacroix
Nov. 2025	Preisskat	Alle Mitglieder	Felix Klein
Nov. 2025	Herren + Damen Braunkohlessen	Alle Mitglieder	
09.01.2026	Redaktionsschluss Jahrbuch	Alle Mitglieder	Redaktion

Stand: April 2025, Angaben unter Vorbehalt. Aktualisierungen siehe Vereins- und Verbandswebsites www.rk-normannia.de und www.rudern.de

Sommerprogramm 2025

Termin		Zielgruppe		Ort	Ansprechpartner
Mo	n. A.	Kinder	Training und Ausbildung	Stadt	Henry Gieseler
	18:00	Junioren	Training	Thune	Ulrich Kuhls
Di	09:00	Senioren	Rudern	Stadt	Rainer Fischer
	14:45	Erwachsene	Rudern (auch) für fortgeschrittene Anfänger	Stadt	Ute Zerjadtke
	17:00	Junioren	Training	Thune	Ulrich Kuhls
	17:45	Erwachsene	Rudern für Anfänger und Fortgeschrittene	Stadt	Ute Zerjadtke Klaus-Jo Arndt
	18:00	Masters Frauen	Training	Thune	*
Mi	n. A.	Kinder	Regattatraining	Stadt	Henry Gieseler
	17:00	Junioren	Training	Thune	Ulrich Kuhls
	18:00	Masters Männer	Training	Thune	*
Do	10:00	alle	Senioren-Rudern	Stadt	R. Waldmann
	17:00	Junioren	Training	Thune	Ulrich Kuhls
	17:45	Erwachsene	Rudern für Anfänger und Fortgeschrittene	Stadt	Ute Zerjadtke
	18:00	Masters	Training	Thune	*
Fr	n. A.	Kinder	Training und Ausbildung	Stadt	Henry Gieseler
	17:00	Junioren	Training	Thune	Ulrich Kuhls
	n. A.	Masters	Training	Thune	*
Sa	n. A.	Erwachsene	Samstagsrudern	Stadt	*
	n. A.	Junioren	Training	Thune	Ulrich Kuhls
So	n. A.	Masters	Training	Thune	*
	n. A.	Erwachsene	Sonntagsrudern	Stadt	*
	n. A.	Junioren	Training	Thune	Ulrich Kuhls

* Trainingsmannschaften nach Vereinbarung und allg. Ruderbetrieb ohne Übungsleiter

n. A. = nach Absprache

Sportstätten
Stadt: Maschplatz 15, 38114 Braunschweig
Thune: Am Kanal, 38110 Braunschweig (Stadtteil Thune)
Tunica-Halle: Hasenwinkel 1A, 38114 Braunschweig

Stand April 2025, Angaben unter Vorbehalt

Aktualisierungen siehe: www.rk-normannia.de