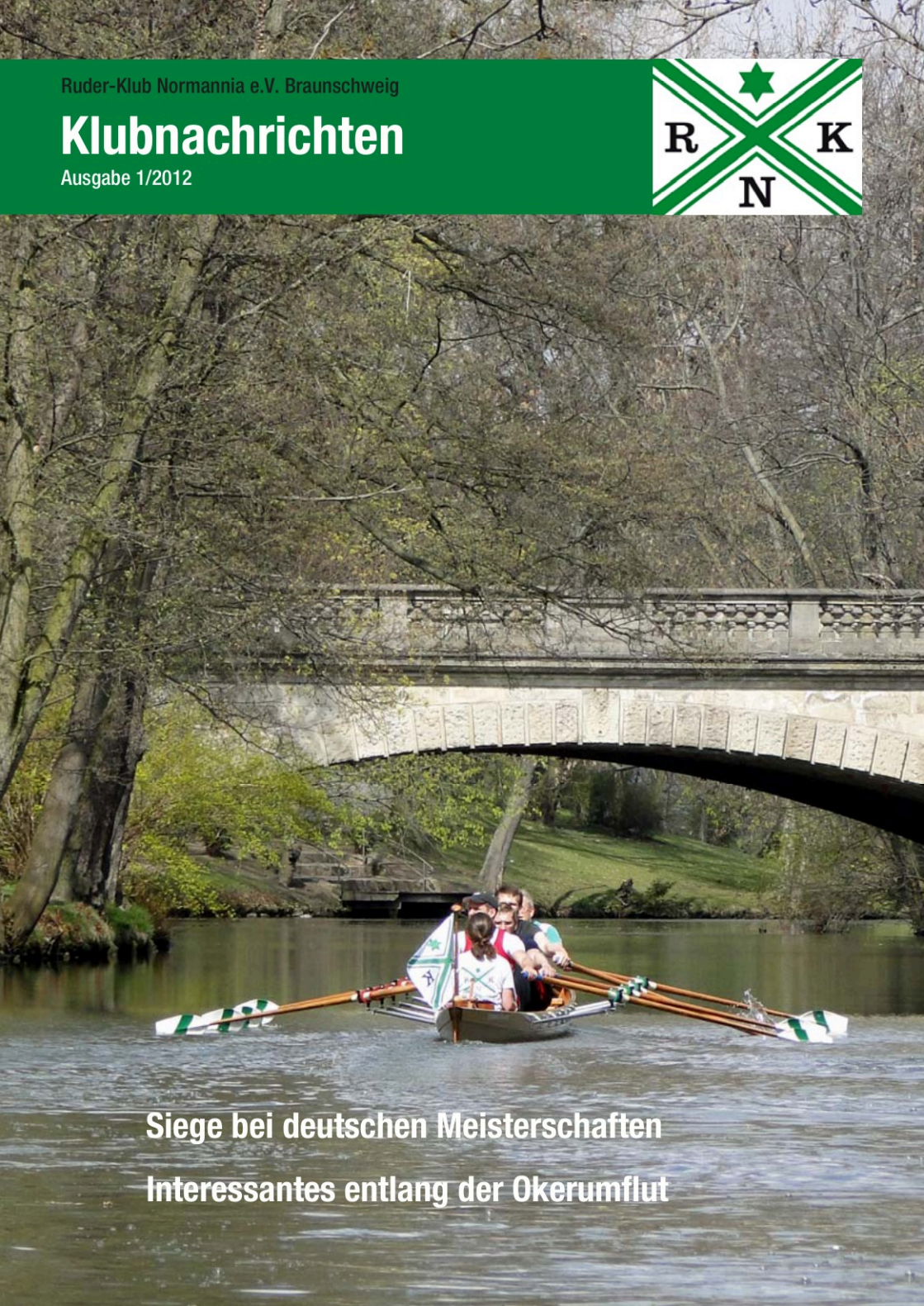
Ruder-Klub Normannia e.V. Braunschweig

Klubnachrichten

Ausgabe 1/2012



Siege bei deutschen Meisterschaften

Interessantes entlang der Okerumflut

Sommerprogramm 2012

Mo	16:30	Kinder	**Training und Ausbildung**	Stadt	C. Albrecht C. Lang
	18:00	Alle	**Montagssport**	TU	U. Zerjadtke
	18:00	Unisport	**Rudern und Ausbildung**	Stadt	A. Betzler
	18:00	Junioren	**Training**	Thune	U. Kuhls
Di	9:00	Alte Herren	**Rudern**	Stadt	
	18:00	Erwachsene	**Rudern für Anfänger und Fortgeschrittene**	Stadt	F. Ehrenberg
	18:00	Junioren, Unisport, Masterinnen	**Training**	Thune	U. Kuhls A. Betzler
Mi	15:30	Damen	**Mittwochskaffee**	Stadt	
	18:00	Unisport	**Rudern und Ausbildung**	Stadt	A. Betzler
	18:00	Junioren, Masters	**Training**	Thune	U. Kuhls
Do	9:30	alle	**Rudern für alle— "ungefrühstückt"**	Stadt	
	16:30	Kinder	**Training und Ausbildung**	Stadt	C. Albrecht O. Bahrmann
	18:00	Erwachsene	**Rudern für Anfänger und Fortgeschrittene**	Stadt	H. Prade
	18:00	Unisport	**Rudern und Ausbildung**	Stadt	A. Betzler
	18:00	Junioren	**Training**	Thune	U. Kuhls
Fr	16:30	Kinder	**Training und Ausbildung**	Stadt	C. Albrecht G. Bosse
	18:00	Junioren	**Training**	Thune	U. Kuhls
Sa	14:00	Junioren	**Training**	Thune	U. Kuhls
So	9:30	Fortgeschrittene	**Sonntagsrudern**	Stadt	M. Bialas E. Eghtessad
	10:00 *)	Masters	**Training**	Thune	
	14:00	Junioren	**Training**	Thune	U. Kuhls

Stadt: Maschplatz 15
Thune: Am Kanal
TU: Sportgelände Franz-Liszt-Straße

*) i.d.R. nach Absprache

Planungsstand 05/2012, Änderungen möglich, Aktualisierungen siehe. www.rk-normannia.de

Auf ein Wort



Ullrich Blanke (Schatzmeister), Carl Stoewahse (2. Vorsitzender), Harald Prade (1. Vorsitzender)

Unser Ruderjahr 2012 hat zur Jahresmitte einen besonderen sportlichen Höhepunkt erfahren, den kaum einer zu träumen wagte: Mit drei deutschen Meistertiteln und einem Sieg beim Bundeswettbewerb haben unsere Junioren und Kinder gezeigt, dass auch in Braunschweig mit seinen verhältnismäßig bescheidenen Ruderrevieren Rudersport besonderer Güte betrieben wird.

Das Wintertraining fand im renovierten Ruderbecken der Tunicahalle statt. Dank unseres Bootswarts und seiner Helfer ist das Material auf gutem Stand und die Saison kann mit Volldampf angegangen werden.

Fleißige Normannen haben einen Teil ihres Fitnessprogramms durch das Fällen von Bäumen und Roden von Stubben auf dem Gelände unseres Bootshallenanbaus absolviert. Die Renovierung von Klubraum und Saal war in wesentlichen Punkten Mitte März abgeschlossen. Zwei Klubabende und die Jahreshauptversammlung fanden in „neuer Umgebung“ statt.

Die finanzielle Situation des Vereins entwickelte sich äußerst positiv. Das Konzept des Schatzmeisters mit deutlichen Einsparungen bei Verwaltungs-, Energiekosten und Versicherungen hat dazu geführt, dass wir zusätzlich zum laufenden Betrieb die geplante Baumaßnahme realisieren können.

Spenden der Mitglieder, Zuschüsse der Stadt Braunschweig und des Landessportbundes versetzen uns in die Lage, die eigentliche Bautätigkeit zu beginnen. Der Bauantrag ist inzwischen genehmigt.

Der RKN hat zum Anrudern zwei neue Boote getauft: einen Renneiner für Jugendliche und einen Kinder-Doppelzweier.

70 stimmberechtigte Vereinsmitglieder waren zur JHV anwesend, um die Berichte des Geschäftsführenden Vorstandes und der Ressortleiter zu hören und zu bewerten. Die Kassenprüfer hatten nichts zu beanstanden.

Der Vorstand geht in gleicher Besetzung in die nächste Legislaturperiode und bedankt sich für das Vertrauen und die breite Zustimmung der Mitglieder. Auf Schwung und Begeisterung hoffen wir bei den neuen Ressortleitern (Helge Trenkler, Rainer Fischer und Michael Rahf) und unseren Mitgliedern. Ideen und Engagement sind gefragt.

Bringt Eure Bekannten und Freunde mit zum Verein - mögen sie ausgebildete Ruderer sein oder Anfänger.

In diesem Sinne wünschen wir allen Normannen eine erfolgreiche und vor allem fröhliche Saison.

Euer Vorstand

Gruß aus der Redaktion

Liebe Leserinnen und Leser,

etwas später als geplant erscheint sie, diese Ausgabe der Klubnachrichten. Das gibt uns die Gelegenheit, über die überragenden Erfolge unserer Junioren und Kinder bei den nationalen Wettbewerben dieser Saison zu informieren. So finden auch die Berichte über den Regattasport, der für unseren Klub sportlich und in der öffentlichen Wahrnehmung so wichtig ist, ihren Platz auf den nächsten Seiten.

Einen langen Atem bewiesen im Jahr 2011 wieder die „Kilometerfresser“ unter uns. Auch wenn wir nicht auf schnellströmenden Flüssen rudern, die die Kilometer wie im Fluge vergehen lassen, absolvieren manche unter uns sogar regelmäßig mehr als 3.000 Kilometer im Jahr! Die Kilometerstatistik ist auf den Seiten 12-13´zu finden.

Was lange währt, wird auch belohnt, wie das langjährige Engagement Inge Krügers für den Sport mit der Sportmedaille der Stadt Braunschweig, siehe Seite 24.

Das vergangene Jahr hat vieles an Veränderungen gebracht. Über die Einweihung des Jugendraums und die Saalrenovierung wird in der Rubrik Klubleben berichtet.

Ob als Marathon, als heimliches Rennen oder gemütliche Wanderfahrt: Wesertouren sind die Klassiker, genauso wie die Neuruppin-Wanderfahrt und die Okerumfahrt zum Anrudern. Wanderfahrten – gelaufene und geplante – ab Seite 15.

Maria Hauck hat beim Klubabend im Winter anschaulich über die die Geschichte der Okerumflut berichtet und uns über Sehens- und Wissenswertes an Ihren Ufern aufgeklärt. Ihren ausführlichen Vortrag drucken wir in dieser Ausgabe beginnend als Serie ab (siehe Seite 32 ff.).

Mit herzlichem Dank an alle, die mit Texten, Bildern, Korrekturlesen und Hilfe beim Versand zum Entstehen dieser Ausgabe beigetragen haben wünscht Euch viel Spaß beim Lesen Eurer Klubnachrichten

Nicole Sienkamp

PS: Der Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe ist am 23.12.2012. Gunnar und ich freuen uns schon auf Eure Beiträge und Fotos!

Apo Restaurant

Anatolische Spezialitäten

Öffnungszeiten:
Montag–Samstag 17:00–23:30 Uhr
Sonntag 12:00–23:00 Uhr

Celler Str. 8, 38114 Braunschweig
Telefon:
www.apo-restaurant.de

Inhalt

Regattasport

Frühjahrsregatten	4
Drei Siege bei der DJM	6
Riesenerfolg für die Kinder	8
Das war unser BW!	9
Niedersachsens BW-Bilanz	10
Kilometerliste 2011	12
Bootsstatistik	14

Breitensport

Eisfahrt 2011	15
Wesermarathon 2012	17
Eierfahrt - Neujahr 2012	19
Wanderfahrt Neuruppin	20
Wanderfahrten 2012	23

Klubleben

Inge Krüger ausgezeichnet	24
Wir gratulieren	25
Ekbert Schollmeyer 75!	26
Neue Mitglieder	27
Klubjubiläen 2012	27
Der Bootshallen-Anbau	28
Braunkohlwanderung	31
Rund um die Okerumflut	32
Klubabend Mexiko	39
Jugendraumeinweihung	40
Eisige Zeiten in Thune	41
Saalrenovierung	42
Altherrenschaft	44
Nachrufe	47

Organisatorisches

Bericht über die JHV 2012	48
Neue Mitgliedsbeiträge	52
Ansprechpartner	53
Sommerprogramm	U2

Impressum

Herausgeber:	**Ruder-Klub Normannia e.V.**
Redaktion:	Nicole Sienkamp, Gunnar Bosse
Fotos:	Privatfotos der Autoren, wenn nicht anders angegeben
Titelfoto:	Gunnar Bosse, Beim Anrudern auf der Okerumflut an der Jasperallee
Design:	Sebastian Schollmeyer
Bezugspreis:	Für Mitglieder im Mitgliedsbeitrag enthalten
Anschrift:	Ruder-Klub Normannia e.V. • Maschplatz 15 • 38114 Braunschweig
E-Mail:	
Homepage:	www.rk-normannia.de

Juli 2012

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

Frühjahrsregatten

Ein erfolgreicher Auftakt in die Rudersaison

Starke Junioren in Münster

Die ersten Rennen nach der Winterpause absolvierten unsere Junioren in dieser Saison auf der Regatta in Münster.

Ungefährdet und mit acht Bootslängen Vorsprung den Gegnern weit überlegen ruderten Jakob und Valentin Trenkler im Zweier ohne an beiden Regattatagen ins Ziel. Valentin Trenkler und Ferdinand Campe gewannen auch ihre Rennen im Einer in der Altersklasse B. Jakob Trenkler belegte im Einer einen zweiten Platz.

Für die A-Junioren Ole Kaminski und Nils-Ole Richter ging es das erste Mal über die 2000 m-Distanz. Nils-Ole Richter konnte im Leichtgewichts-Einer beide Rennen für sich entscheiden. Ole Kaminski wurde im schwer-en Einer bei drei Starts dreimal Zweiter. Zusammen mit seinem Zweierpartner Thore Wessel (RV Weser Hameln) ruderte Nils-Ole Richter im Leichtgewichts-Zweier in der offenen Klasse als Zweitplatzierter über die Ziellinie.

Acht Siege in Bremen

Zahlreiche Aktive aus allen Altersklassen starteten am ersten Wochenende im Mai auf dem Werdersee in Bremen.

Ein erfreuliches Debut feierte Kristin Lemmermann mit einem Sieg auf der Langstrecke im Leichtgewichts-Juniorinnen Einer. Die 15-Jährige hatte erst im Herbst mit dem Rudern in der Stadt begonnen und trainiert erst seit Ostern auf dem Mittellandkanal. Auch Ferdinand Campe konnte mit einem Sieg im Junior-Einer B überzeugen.

Jakob und Valentin Trenkler mussten sich im Zweier ohne mit zweiten Plätzen begnügen. Im Junior-B-Achter konnten sie in der Renngemeinschaft mit Osnabrück und Oldenburg überzeugen und an beiden Regattatagen die Rennen gewinnen.

Erfolgreichster Ruderer war Nils-Ole Richter mit Siegen im Leichtgewichts-Einer, im Doppelzweier mit Thore Wessel aus Hameln und zweimal im Doppelvierer in wechselnden Besetzungen.

Ole Kaminski belegte in seinen vier Rennen im Junior A-Einer mittlere Platzierungen, ebenso Malte Meiners und Lucas Müller im Leichtgewichts-Einer und Doppelzweier der B-Junioren. Auch die Nachwuchsruderinnen und Ruderer Maja Rahf, Kea Meiners, Louise von Lacroix, Moritz Blauermel und Marcel Rahf mussten ihren Gegner den Vortritt lassen.

Bei den „Alten Herren“ belegte Carl Stoewahse im Achter einen zweiten Platz und gewann im Doppelvierer in Renngemeinschaft mit Ruderern aus Wolfsburg und Hamburg unangefochten.

Überragende Trenklers in Köln

Auf dem Fühlinger See in Köln demonstrierten Jakob und Valentin Trenkler mit Siegen im Zweier ohne, Vierer und Achter ihre Stärke. Am ersten Regattatag konnten die Zwillinge das Rennen im Zweier ohne mit einer knappen Länge Vorsprung für sich entscheiden und sie qualifizierten sich für den „gesetzten“ Lauf am Sonntag. Leider verpatzten sie in diesem Rennen ihren Start, bei dem sie einen Krebs fingen (das Ruderblatt blieb im Wasser hängen). Sie konnten zwar noch an die Konkurrenz heran rudern, zu einem vorderen Platz reichte es dann aber nicht mehr.

Zusammen mit zwei Ruderern aus Osnabrück starteten die beiden im Vierer ohne Steuermann und gelangten unangefochten mit mehreren Längen Vorsprung als Erste über die Ziellinie. Mit einem Sieg im Auswahlachter des Landesruderverbandes rundeten Jakob und Valentin Trenkler das erfolgreiche Regattawochenende ab.

Nils-Ole Richter gewann im Leichtgewichts-Einer mit mehreren Längen Vorsprung und der Bestzeit im Gesamtklassement. Im Doppelzweier musste er mit seinem Partner aus Hameln bei den Schwergewichten starten und belegte einen zweiten Platz. Seinen zweiten Sieg errang er im Doppelvierer.

Otterndorf

Bestens aufgestellt präsentierte sich unser Rudernachwuchs in Otterndorf.

Der gemischte Vierer mit Marcel Rahf, Linus Becker, Kea Meiners, Louise von Lacroix gewann in der Altersklasse der 13-Jährigen unter Regie von Steuermann Moritz Blauermel die Langstrecke. Linus Becker und Marcel Rahf siegten auch im Doppelzweier auf der 1000 m-Strecke und Marcel Rahf und Kea Meiners im Einer. Ihren ersten Sieg als B-Junioren konnten Malte Meiners und Lucas Müller im Doppelzweier einfahren.

Nach ihrem erfolgreichen Debut in Bremen musste Kristin Lemmermann im Juniorinnen-Einer in vier Rennen an den Start. Die 15-Jährige konnte sich mit zwei Siegen bei den Leichtgewichten und zwei Siegen in der offenen Klasse durchsetzen.

Gute Vorbereitung im Winter

Die Erfolge auf den Frühjahrsregatten beruhen auf einem konsequenten Wintertraining unserer Junioren. Nicht nur bei den Fortgeschrittenen, sondern auch bei Neueinsteigern wie Kristin Lemmermann.





Ole Kaminski beim Training auf dem Mittellandkanal und Neueinsteigerin Kristin Lemmermann beim „begleiteten“ Rennboottraining auf der Oker mit Astrid Bellgrau als „Winterruderpatin“. Fotos: Helge Trenkler (oben), Gunnar Bosse (unten)



Ein starkes Team, unsere Teilnehmerinnern und Teilnehmer an den nationalen Meisterschaften 2012 (v.l.n.r): Die Kindertrainer Oliver Bahrmann, Clemens Lang und Christopher Albrecht sowie Marcel Rahf, Jakob Trenkler, Linus Becker, Ole Kaminski, Moritz Blauermel, Ferdinand Campe, Kea Meiners, Nils-Ole Richter, Louise von Lacroix, Valentin Trenkler und Juniorentrainer Ulrich Kuhls. Foto: Helge Trenkler

Drei Siege bei der DJM

Nils-Ole Richter und Jakob und Valentin Trenkler gewinnen drei deutsche Meistertitel

Auf den Deutschen Jugendmeisterschaften U 17 und U 19 auf dem Baldeneysee in Essen waren unsere Athleten erfolgreich wie noch nie. Betreut von Trainer Ulrich Kuhls gingen unsere Ruderer in sechs Rennen an den Start. Sie kehrten mit drei Meistertiteln, zwei weiteren Endlaufteilnahmen und einer Platzierung im B-Finale nach Braunschweig zurück.

Den ersten der drei Meistertitel holten Jakob und Valentin Trenkler im Vierer ohne Steuermann U 17 gemeinsam mit ihren Partnern vom Osnabrücker Ruderverein Johann Wahmhoff und Sebastian Schawe.

Am Start lag noch der Vierer aus Münster vorne. Nach 500 m konnten diese aber gestellt werden und auf den letzten 1000 m setzte sich die Renngemeinschaft aus Braunschweig und Osnabrück kontinuierlich von den Gegnern ab und erreichte schließlich deutlich mit einer Bootslänge Vorsprung das Ziel.

Dieser Vierer bildete die eine Hälfte des Auswahlachters des Landesruderverbandes Niedersachsen in der Alterklasse U 17, der im Finale Vierter wurde.

Nils-Ole Richter startete auf der U-19-Meisterschaft im Leichtgewichts-Einer und -Doppelvierer. Im Einer schaffte Nils-Ole Richter mit einem Sieg im Vorlauf den direkten Sprung in das Halbfinale und von dort in den Endlauf. Nach dem Start lag Nils-Ole Richter noch hinten. Zur Hälfte der Strecke, an der 1000-m-Marke schob er sich dann an die Spitze und baute seinen Vorsprung nach und nach aus. Im Ziel holte er den Meistertitel mit mehreren Längen Vorsprung.

Im Leichtgewichts-Doppelvierer ließ Nils-Ole Richter es gemeinsam mit Thore Wessel (Hameln), Jan Frederic Schwier (Hildesheim) und Christian Henze (Wilhelmshaven) noch einmal krachen und siegte mit drei Bootslängen Vorsprung.

Der erst vor wenigen Wochen gebildete Doppelzweier mit Ole Kaminski und Janik Rakette (Wolfsburger RC) verpasste in der U19-Meisterschaft das Finale.

Ferdinand Campe startete mit seinem Partner Paul Konrad Peter vom DRC Hannover im Doppelzweier in der Altersklasse U 17. Über den Hoffnungslauf und das sehr beherzt gefahrene Halbfinale ging es überraschend sogar in den Endlauf. Dort gab es Platz sechs.

Für den Ruder-Klub Normannia war dieses der Höhepunkt einer seit sechs Jahren andauernden Erfolgsgeschichte mit sechs Meistertiteln in Folge. Ein Verdienst, der nebem dem Trainingseinsatz in einem großen Maße auch dem Trainer Ulrich Kuhls zu verdanken ist.

Carl Stoewahse



Deutsche Meister im 4-: Jakob Trenkler, Sebastian Schawe, Valentin Trenkler, Johann Wahmhoff. Foto: Helge Trenkler



Überragend gut und zu Scherzen aufgelegt: Nils-Ole Richter. Als Deutscher Meister im 1x LG. Foto: Helge Trenkler



Deutsche Meister im 4x– LG: Thore Wessel, Nils-Ole Richter, Jan Frederic Schwier, Christian Henze. Foto: Helge Trenkler

Riesenerfolg für die Kinder

Auch die Kinder erringen nationalen Titel

Eine Woche nach den Erfolgen bei den deutschen Jugendmeisterschaften der U 19 und U 17 fand das Braunschweiger Ruder-Sommermärchen seine Fortsetzung auf dem Allersee in Wolfsburg. Dort wurde in diesem Jahr der 44. Bundeswettbewerb im Rudern, die deutsche Meisterschaft U 15, ausgetragen. Der Mixed-Vierer mit Schlagmann Linus Becker, Louise von Lacroix, Kea Meiners, Marcel Rahf und Steuermann Moritz Blauermel (alle Jahrgang 1999) wurde deutscher Meister U 15 auf der 3000-m-Langstrecke und Vizemeister über 1000 m.

Zum Auftakt fanden die Rennen über die 3000-m-Langstrecke als „Einzelzeitfahren“ statt. Anschließend bewältigten alle Teilnehmer den Zusatzwettbewerb, an dem es an acht Stationen hieß, sein allgemein-athletisches Geschick unter Beweis zu stellen. Und am Sonntag ging die Bundesregatta über 1000 Meter über das Wasser auf dem Allersee.

Das Trainerteam Oliver Bahrmann, Christopher Albrecht und Clemens Lang hatte die drei Wochen seit dem Landesentscheid zu intensivem Techniktraining genutzt und hatte es geschafft, aus zwei Zweiern eine Vierermannschaft zu formen, die dann die körperlich überlegenen Mannschaften auf die hinteren Ränge verwies. Belohnt wurde die Arbeit mit einem Sieg auf der 3000-m-Langstrecke.

Schlagmann Linus Becker, Louise von Lacroix, Kea Meiners, Marcel Rahf und Steuermann Moritz Blauermel blieben als einzige Mannschaft unter der 13-Minuten-Grenze und starteten zum Abschluss der Wettbewerbe über 1000 m im Finale der schnellsten Sechs. In diesem Endlauf leisteten sie sich ein Kopf-an-Kopf-Rennen mit dem Vierer aus Sachsen-Anhalt und passierten die Ziellinie als Zweite mit einem knappen Rückstand von vier Zehntelsekunden.

Aufgrund seines Erfolges wurde der Braunschweiger Vierer zu einem Sichtungslehrgang des Deutschen Ruderverbandes im Herbst eingeladen.

Carl Stoewahse

Langstreckensieger: Moritz Blauermel (Stm), Linus Becker (Schlag), Louise von Lacroix, Kea Meiners und Marcel Rahf. Foto: Frank von Lacroix





Siegten auf der Langstrecke des Bundeswettbewerbs 2012: Marcel Rahf, Moritz Blauermel (Stm.), Kea Meiners, Louise von Larcoix, Linus Becker (Schlag). Foto: Christopher Albrecht

Das war unser BW!

Vom Donnerstag, dem 28.06. bis zum 01.07. fand der alljährliche Bundeswettbewerb, die deutschen Meisterschaften der U 15 statt. Auch dieses Jahr haben wir es wieder geschafft, uns für den BW zu qualifizieren. Wir sind Linus Becker, Louise von Lacroix, Kea Meiners, Marcel Rahf und unser Steuermann Moritz Blauermel mit unserem Trainerteam, das aus Oliver Bahrmann, Christopher Albrecht und Clemens Lang besteht.

Wir haben ungefähr drei Wochen hartes Training hinter uns gebracht, und jetzt ging es endlich los! Dieses Jahr fand der 44. BW in Wolfsburg statt. Am Freitag fand die Langstrecke über 3000 Meter mit zwei Wenden ein positives Ende. Denn abends bei der Siegerehrung geschah das Unglaubliche: Wir sind die ersten von 21 Booten geworden! Wir konnten unser Glück kaum fassen. Wir waren mit einer Zeit von 12:57 Minuten das zeitschnellste Boot.

Für diese Leistung haben wir eine Einladung zu einem Lehrgang in Ratzeburg bekommen, bei dem es um unsere weitere Förderung geht. Abends haben wir noch ordentlich gefeiert.

Am nächsten Morgen, am Samstag, gab es den Zusatzwettbewerb. Hier waren wir in drei verschiedene Gruppen eingeteilt. Leider hat nur eine Gruppe von uns gewonnen. Louise und Marcel haben gewonnen, und ein T-Shirt bekommen.

Am nächsten Tag, am Sonntag, ging es um alles. Was würden wir aus den 1000 Metern



Beim Zusatzwettbewerb am Samstag. Foto: Michael Rahf

machen? Die Lage war angespannt und nervös, wir machten uns alle gegenseitig verrückt. Dann ging es endlich aufs Wasser.

Oben am Start wurden wir sortiert und dann ging es endlich los! Wir lieferten uns ein spannendes Rennen mit Sachsen-Anhalt, was wir später mit 39/100 Sekunden verloren. Wir sind auf der Kurzstrecke Zweiter geworden. Wir haben ein schönes, aber auch anstrengendes Wochenende hinter uns. Wir danken vor allem unseren Trainern, die uns immer aushalten mussten.

Kea Meiners



Starke Niedersachsen beim Tauziehen am Allersee. Foto: Michael Rahf

Niedersachsens BW-Bilanz

Sensationeller dritter Platz beim Bundeswettbewerb 2012

Für die Ruderjugend Niedersachsen war der 44. Bundeswettbewerb außerordentlich erfolgreich. Gestartet mit 97 Teilnehmern und betreut von 29 Trainern konnte sich Niedersachsen auf den dritten Platz der Gesamtwertung kämpfen.

Das ist absolut überraschend, denn die letzten Jahre lagen wir eher auf den Plätzen 8 oder 9. 2011 erreichten wir allerdings Platz 5 und aus der Sicht diesen Jahres zeigte sich damit schon eine Tendenz nach oben. Aber für dieses Jahr hatten wir keine Steigerung erwartet, denn auf dem Landesentscheid in Wilhelmshaven waren die Rennen im Wesentlichen nur mit zwei Booten besetzt. Da wir pro Rennen zwei Boote auf den Bundeswettbewerb schicken können, ergab sich die niedersächsische Meldung fast direkt aus dem Meldeergebnis des Landesentscheids. Mit entscheidend für den Erfolg auf dem BW war aber auch die große Mannschaft, die wir melden konnten. Mit 97 Jungen und Mädchen sind wir sehr nah an die maximale Mannschaftsstärke von 108 Teilnehmern gekommen. In dieser Stärke kam nur Nordrhein-Westfalen nach Wolfsburg. Wir Niedersachsen waren dann auch die schon die zweitgrößte Mannschaft. Insgesamt waren 1018 Kinder und 261 Betreuer gemeldet worden, nur das Saarland war dieses Jahr nicht vertreten.

Am Freitagmorgen begann der BW mit der Langstrecke über 3000 Meter. Das der Allersee nur 1000 Meter als Regattabahn hat,



Imposante Atmosphäre beim Bundeswettbewerb 2012 auf dem Allersee in Wolfsburg: Die Teams aller Bundesländer bejubelten nach der Langstrecke lautstark ihre Sieger. Foto: Michael Rahf

wurde mit zwei Wenden gefahren. Dank der hervorragenden Organisation von Regattaleiter Christoph Steindorff verlief die Regatta völlig reibungslos und die Siegerehrung konnte pünktlich beginnen. An deren Ende wurde im einsetzenden Regen noch schnell die Wertung des Länderpokals verlesen und wir Niedersachsen konnten gar nicht fassen, dass wir auf den 3. Platz gekommen waren.

Allerdings dachten wir auch nach dem Zusatzwettbewerb, dass wir deutlich abgerutscht sein mussten. Und wieder begann die Länderwertung mit dem letzten Platz. Und wieder waren wir völlig aus dem Häuschen als wir „erst“ als Platz 4 erwähnt wurden. Damit konnten wir hinter Sachsen-Anhalt unseren 3. Platz in der Gesamtwertung halten. Auf dem 1. Platz lag für alle unerreichbar Nordrhein-Westfalen.

Mit der Bundesregatta am Sonntag folgte der dritte Wettkampf auf dem Bundeswettbewerb und wir Niedersachsen konnten unsere hervorragenden Ergebnisse der Langstrecke auch auf der 1000 Meter-Kurzstrecke bestätigen. Ganz besonders war dabei das A-Finale im Einer der 13-jährigen Jungen. Da konnten Jan Hennecke aus Lingen und Robert Leineweber aus Celle die Plätze 1 und 2 für sich beanspruchen.

Doch für mich als Braunschweiger Trainer war natürlich der Mixed-Vierer der 13-Jährigen mit Linus Becker, Louise von Lacroix, Kea Meiners, Marcel Rahf und Steuermann Moritz Blauermel das schönste Ergebnis. Auf der Langstrecke wurden sie zeitschnellstes Boot und konnten sich am Sonntag im A-Finale über einen zweiten Platz freuen. Am Ende waren es in dem spannenden Rennen nur 0,4 Sekunden Vorsprung für das Boot aus Sachsen-Anhalt.

Mit den vielen wirklich guten Ergebnissen erreichten wir Niedersachsen dann in der Gesamtwertung Platz 3.

Insgesamt war es ein absolut fantastischer Bundeswettbewerb für, in und mit Niedersachsen. Mein herzlicher Dank geht an die Wolfsburger und alle Helfer, die diese wunderbaren Tage möglich gemacht haben.

Oliver Bahrmann
Landesjugendleiter Niedersachen

Kilometer-Liste 2011

Gisela Prade, Martin Olech und Astrid Bellgrau knacken die 3.000er-Grenze

Die Rudersaison 2011 übertraf alle bisherigen Rekorde. Mit 97.711 Kilometern wurde die magische 100.000er-Grenze nur knapp verfehlt, das Vorjahresergebnis um 13.000 km übertroffen. Zu den drei 3.000er gesellen sich noch vier Ruderer und Ruderinnen, die über 2.000 und fünfzehn mit über 1.000 km. Fleißig waren auch die TU-Ruderer, die 14.600 km zu diesen stolzen Zahlen beitrugen.

Mädchen

1	**Louise von Lacroix**	**334**
2	Kea Meiners	256
3	Maja Rahf	175

Juniorinnen

1	**Pauline Kaminski**	**264**
2	Merle Tristram	107
3	Michelle Diestel	102

Frauen bis 49

1	**Astrid Bellgrau**	**3034**
2	Sabrina Krohne	1013
3	Nicole Sienkamp	862
4	Kerstin Schlotter	428
5	Marlen Vogelsang	405
6	Johanna Nebe	262
7	Rebecca Bahrmann	253
8	Britta Blanke	241
9	Alexandra Schieveck	214
10	Annika Schlünzen	128
10	Christina Krafcyk	112
12	Michaela Bach	111
13	Vivien Rohwedder	104
14	Sima von Lacroix	49
15	Andrea Lang	43
16	Katrin Kaminski	33
17	Stephanie Till	17
18	Rebecca Machowski	11
18	Gabriele Meiners	11
19	Stephanie Zinkernagel	9

Jungen

1	**Marcel Rahf**	**456**
2	Linus Becker	342
3	Lucas Müller	325
4	Malte Meiners	321
5	Moritz Blauermel	283
6	Ludger Bosse	141
7	Paul Penkert	120
8	Leonard Kuboscheck	61
9	Lennart Böhme	51
10	Ole Blanke	37
11	Jan Hinnerk Blanke	36
11	Lasse Teunis	36
13	Kilian Böhme	35
14	Brix von Lacroix	22

Junioren

1	**Nils Ole Richter**	**2544**
2	Ole Kaminski	1871
3	Jakob Trenkler	1677
4	Valentin Trenkler	1636
5	Jasper Bosse	1248
6	Ferdinand Campe	702
7	Clemens Lang	638
8	Jonas Thöle	416
9	Jan Jeschke	364
10	Max Tristram	300
11	Lars Krützfeld	169
11	Marvin Schwope	169
12	Timo Meyn	134
13	Timo Aschenbrenner	23

Männer bis 49

1	**Andreas Betzler**	**2709**
2	Gunnar Bosse	2347
3	Helge Trenkler	1074
4	Michael Perkovic	1068
5	Sascha Jordan	1062
6	Martin Reichinger	924
7	Stefan Heikebrügge	873
8	Carl Stoewahse	868
9	Felix Müller	777
10	Markus Wolf	775
11	Gregor Theeg	629
12	Frank Ehrenberg	606
12	Hajo Meiners	606
13	C. Schulze-Breidenb.	589
14	Christopher Albrecht	566
15	Ulrich Kuhls	538
16	Martin Habeck	503
17	Frank von Lacroix	483
18	Klaus-Joachim Arndt	482
19	Frank Tristram	462
20	Philipp Mansfeld	445
21	Markus Zinkernagel	428
22	Ulrich Boyer	395
23	Lars Fölster	370
24	Ullrich Blanke	358
25	Ingo Pfaff	349
26	Björn Niere	337
27	Christof Heidemeyer	260
28	Nils Belling	191
29	Burkhardt Erdmann	163
30	Christian Pohlandt	159
31	Steffen Grimm	157
32	Thomas Bernhardt	148
33	Oliver Bahrmann	137
34	Peter Ohme	120
35	Karsten Küper	112
36	Michael Kraasz	79
37	Henning Mohrmann	58
38	Jan-Philipp Ehlers	57
39	Philipp Stellet	31
40	Manfred Krafcyk	29
41	Mark Bitter	26
41	Felix Klein	26
42	Christian Bleiel	24
43	Ulf Hintze	15
44	Axel Eghtessad	8
45	Thomas Pötzsch	4

Frauen ab 50

1	**Gisela Prade**	**3111**
2	Rita Waldmann	1678
3	Elisabeth Eghtessad	1570
4	Ute Zerjatke	1044
5	Jo Möller	826
6	Eva Fischer	745
7	Maria Hauck	550
8	Rita v. Daggenhausen	456
9	Susanne Schuchardt	378
10	Ingrid Ehrlichmann	301
11	Gabriele Canstein	167
12	Brunh. Henkel-Ehlers	108
13	Andrea Lehne	63
14	Gisela Konrad	11

Männer ab 50

1	**Martin Olech**	**3085**
2	Harald Prade	2557
3	Gunther Bosse	1600
4	Michael Bialas	1550
5	Ingo Beckmerhagen	1390
6	Hans-Jürgen Wissel	1274
7	Karl Fehr	1234
8	Peter Herbst	1173
9	Hans-M. Lent-Philipps	939
10	Egon Meyn	881
11	Ekbert Schollmeyer	862
12	Ernst Kahe	728
13	G. Schulte-Werning	706
14	Jörn Zinkernagel	616
15	Jürgen Lehrmann	427
16	Joachim Wenzel	421
17	Jürgen Reinefeld	419
18	Wolfgang Reichold	405
18	Günther Pfand	387
20	Reiner Kaminski	378
21	Rolf Beyer	342
22	Hans-Jörg Schwoch	294
23	Rainer Fischer	275
24	Heribert Schneidereit	262
25	Dietmar Matysik	255
26	Bernd Heidemeyer	232
27	Knut Grazei	227
28	Helge Greunke	142
29	Jochen Sauer	136
30	Wolfgang Meier	24

Die Bedingungen des DRV-Fahrtenwettbewerbs haben 28 Mitglieder erfüllt. Sie erhielten ihre Nadeln beim diesjährigen Anrudern am 15. April aus der Hand das Wanderruderwarts.

Bootsstatistik 2011

Boot	Kilometer	Fahrten	km/Fahrt
Springsee	10.673	822	13.0
Weser	9.432	643	14.7
Diverse Boote*	7.428	157	47.3
Leihboot	5.940	169	35.1
Hans-Peter Lerch	5.032	420	12.0
Brunswik	4.312	296	14.6
Graf Luckner	3.647	336	10.9
Luise	2.983	262	11.4
Hanse	2.796	221	12.7
Braunschweig	2.621	127	20.6
Peking	2.600	190	13.7
Erich Schulz	2.540	105	24.2
Agnes Pockels	2.380	176	13.5
Gerda	2.290	170	13.5
Renate	1.846	124	14.9
Arete	1.796	120	15.0
Aller	1.782	114	15.6
Concordia	1.752	110	15.9
Mein Traum	1.496	106	14.1
Abt Jerusalem	1.398	98	14.3
Archimedes	1.346	110	12.2
Königsberg	1.335	82	16.3
Bonsai	1.304	97	13.4
Piep Krach	1.232	124	9.9
Schunter	1.144	97	11.8



Das meistgefahrene Boot der Saison 2011, der Klinkerdoppelvierer Springsee im winterlichen Einsatz. Foto: Astrid Bellgrau

GETRÄNKE
FACHGROSSHANDEL
SAUK
Ihre Verbindung
zwischen Gastronomie, Handel
und Getränke-Industrie
Alfred-Delp-Str. 1• 31177 Harsum
Tel.: • Fax
www.getraenke-sauk.de

Eisfahrt 2011

Vom Wandern zum Rennen

Mit für den Dezember milden Temperaturen von 8°C im Gepäck, machte sich ein kleiner Trupp Winterwassersportler aus Braunschweig, verstärkt durch Berliner Ruderer, auf wie jedes Jahr die Weser von Hann. Münden bis Hameln zu erkunden. Doch was heißt erkunden? Denn wirklich Neuwasser war die Weser nur für wenige der Teilnehmer. So gesehen gab es nur für wenige auch wirklich etwas zu erkunden, zu entdecken. Was aber auf jedes Jahr neu zu erkunden ist, sind die Grenzen der eigenen Leidensfähigkeit. Denn in zwei Tagen 135 km bei mitunter nasskaltem Herbst- oder frostigem Winterwetter rudernd zurücklegen zu wollen, ist jedes Jahr wieder eine Herausforderung für alle Teilnehmer, der man sich, wie sich in diesem Bericht zeigen wird, in unterschiedlicher Weise stellen kann.

Einigung auf Unentschieden

Nach dem Aufriggern der Boote nahm der VL die Bootseinteilung vor. Drei Doppelvierer und ein Doppelzweier waren einschließlich der Steuerleute zu besetzen. Die Begeisterung, den Doppelzweier „Renate“ zu fahren, hielt sich allerdings in Grenzen. Nach einer Ablehnung wurden aber schließlich drei nicht mehr ganz junge Männer gefunden, die die „Renate“ schließlich übernahmen. Die bei der Vorbesprechung ausgesprochene Mahnung der VL, man möge die „Renate“ nach dem Aufriggern sofort zu Wasser lassen, damit sie den Etappenort Holzminden noch vor der Dunkelheit erreiche, mag der Besatzung noch als „lahme Renate“ in den Ohren geklungen haben. „Nun erst recht!“, dachte sich die Besatzung, allesamt Weser- und Eisfahrtneulinge, und ging solchermaßen motiviert zur Sache. Man legte sich ins Zeug, erwartete aber, der Prognose des VL folgend, jederzeit, dass die anderen Boote, allen voran die „Springsee“ um die letzte zurückliegende Flussbiegung herumkommend zum Überholen ansetzen würde. Doch zum Erstaunen der Besatzung kam keiner der Vierer nicht einmal in Sichtweite. Als nach 45 km in Bad Karlshafen zur Rast angelegt wurde, entpuppte sich schließlich die vermeintlich lahme „Renate“ als die „Flotte Renate“ – sie war keinesfalls langsamer als der schnellste Vierer, die „Springsee“, unterwegs. Man einigte sich, in Anlehnung an Monty Pythons Ritter der Kokosnuss, „auf Unentschieden“. Dieses „Spielchen“ wiederholte sich auch bei der Weiterfahrt nach Holzminden, unserem Übernachtungsort: „Renate“ blieb flott.

Triefend nasse Ankunft in Holzminden

In Holzminden angekommen, wurde noch einmal das Anlegen zu einer kleinen Herausforderung, denn inzwischen war es dunkel geworden und durch die anhaltende Trockenheit in den Wochen vor der Eisfahrt, hatte die Weser Niedrigwasser und man musste beim Anlegen und Aussteigen vorsichtig agieren, da das Ufer aus spitzen Steinen bestand.

Nachdem aber alle Boote heil an Land waren, hieß es für die Mannschaften nur noch „Ab unter die heiße Dusche!“, denn wie es der Wettergott so wollte, fing es natürlich genau am ersten Tag der Eisfahrt ab etwa Bad Karlshafen an zu regnen, so dass alle triefend nass in Holzminden ankamen.

Zum Abendessen traf man sich in einer örtlichen Pizzeria und ließ dort gemütlich den Abend ausklingen, während man sich anschließend wieder auf die unterschiedlichen Quartiere—ein Teil hatte sich in der Jugendherberge einquartiert, während der andere Teil sein Lager im Bootshaus des RC Holzminden aufschlug—aufteilte.

Never touch a running system

Mit besseren Wetteraussichten als am Samstag legten alle Boote nach einer reichlichen Stärkung in Holzminden ab. Zu den Besonderheiten dieser Fahrt gehörte übrigens, dass auch am zweiten Tag keine neue Mannschaftseinteilung vorgenommen worden ist. Der VL hatte mit seiner Einteilung in Hann. Münden ein offenbar glückliches Händchen bewiesen, denn der von zwei Mannschaften vehement vorgebrachte Wunsch, in unveränderter Zusammensetzung weiterzufahren, stieß nicht auf Ablehnung: Never touch a running system, diese alte Computerweisheit traf also auch hier zu. Lediglich bestand der VL nicht mehr darauf, die „Renate“ als erstes Boot aufs Wasser zu schicken.

Kurz vor der Pause in Bodenwerder rückte erstmalig auch die Selbstbau-Bier-und-Würstchen-Barke von Wolfgang Pott ins Blickfeld. Die Stimmung der Weihnachtsfrauen und -männer an Bord der Barke war ebenso prächtig, wie ihre Schlachtrufgesänge laut und der Glühwein heiß waren. Ruderisches Kontrastprogramm sozusagen. Die Barke ließen wir allerdings recht schnell hinter uns und strebten einer kurzen Pause in Bodenwerder, der letzten vor dem Ziel in Hameln, entgegen.

Auf zum Finale

Bis zu dieser Pause waren die vier Braunschweiger Boote auch noch recht nahe zusammen. Doch das sollte sich schnell ändern! Fuhren auf den vorherigen Abschnitten „Renate“ und „Springsee“ stets außerhalb der Sichtweite, so legte die „Renate“ in Bodenwerder einige Minuten nach der „Springsee“, für diese allerdings noch in Sichtweite, ab. Das bis dahin nicht ausgesprochene, aber unterschwellig doch vorhandene „Duell“ zwischen „Renate“ und „Springsee“ brach nun offen aus! Denn angesichts des langsam schwindenden Abstands fühlte sich die Besatzung der „Springsee“ von den Männern in der flotten Renate herausgefordert. Die Frauen in der „Springsee“ und der „Hahn im Korb“ Michael Bialas als Steuermann nahmen diese Ansage an und setzten sich als Ziel, die Männer bis zum Ziel in Hameln nicht vorbeiziehen zu lassen. So wurde, einer klassischen Wanderfahrt vielleicht nicht ganz angemessen, die letzte, immerhin noch 25 km lange, Teilstrecke bis nach Hameln als „kleine“ Rennstrecke genutzt. In beiden Booten zogen alle mit, obwohl es durchaus zur „Qual“ wurde. Aber ein einmal ausgebrochenes Rennen bricht keine(r) mehr ab: Die Frauen erreichten mit wenigen Bootslängen Vorsprung stolz und glücklich den Steg in Hameln.

Nachdem die beiden schnellen Boote gesäubert und verladen waren, trafen auch die „Braunschweig“ und die „Hanse“ in Hameln ein. Auch hier war die Stimmung an Bord bestens, freilich nicht wegen eines im Rennen erhöhten Adrenalinspiegels, sondern man hatte es vorgezogen, sich an der Barke

von Wolfgang Pott mit Speis und Trank versorgen zu lassen.

„Eisfahrt – Vom Wandern zum Rennen“ so lautet die Überschrift und sie ist auch Sinnbild für die Vielfalt, mit der man die Eisfahrt angehen kann. Egal ob als feucht-fröhliches, geselliges Miteinander wie auf Wolfgang Potts Weihnachtsbarke oder dem üblichen Wanderfahrtschnäpschen wie in der „Hanse“ und der „Braunschweig“ oder als ein „Rennen“ a lá „Springsee“ und „Renate“. Die Eisfahrt bietet viele Möglichkeiten, den jahreszeitlich bedingten Herausforderungen noch persönliche Leidenschaften hinzuzufügen. Wichtig ist allerdings, dass die Mannschaften sich einig sind.

Wir, die Autoren, bekennen freimütig, insbesondere an dem abschließenden sportlich ambitionierten Rennen unseren Gefallen gefunden zu haben und danken unseren Mannschaften fürs Mitziehen: Frauens und Männers, so hat es uns Spaß gemacht!

Unser herzlicher Dank an dieser Stelle auch an Uli Kuhls und Harald Prade für die Organisation und den Landdienst.

Sabrina Krohne, Gunnar Bosse

Wesermarathon 2012

Zweier oder Vierer—(k)eine Philosophiefrage?

Auch in diesem Jahr haben Normannen den Wesermarathon in Angriff genommen. Zwei Boote gingen an den Start, um die 135 km lange Strecke von Hann. Münden nach Hameln als Tagestour in Angriff zu nehmen.

An der Frage, ob man den Wesermarathon in einem gesteuerten Vierer oder einem gesteuerten Zweier angehen sollte, können sich die Geister scheiden. Die einen sehen den Vierer wegen seiner höheren Geschwindigkeit als geeigneter an, die anderen verweisen darauf, dass in einem Zweier jedem Besatzungsmitglied ein Drittel der Strecke zum Erholen zur Verfügung stehen würde, in dem Vierer dagegen nur ein Fünftel. Damit würde man weniger Pausen brauchen und den Geschwindigkeitsnachteil ausgleichen.

Noch am Abend der Eisfahrt kam von Sabrina Krohne die Anregung, den Wesermarathon in einem gesteuerten Zweier anzugehen. Ihre Argumente schienen in meinen Augen etwas für sich zu haben, ich hatte sie bei der Eisfahrt gerade erst selbst erlebt. So nahm ich den Ball gern auf. Wir setzten uns zum Ziel, mit einer ausgewogenen Mannschaft zu fahren, um die Fahrt möglichst ohne irgendwelche Einbrüche und ohne große Pausen kontinuierlich durchzufahren. In der Frage des drittes Mannes waren wir uns schnell einig, jeder von uns hatte ihn auf Nummer eins: Ulrich Kuhls. Er zögerte nicht eine Minute, als ich ihn ansprach. Noch im Dezember wurde die Verabredung mit einer Fahrt in der Königsberg zur Schleuse im Salzgitter-Stichkanal besiegelt.

Der Vierer hat eine im November anklingende Dynamik der Mannschaftsbildung nicht ganz durchhalten können. Zum einen gab es Terminüberschneidungen, zum anderen kurz vor dem Wesermarathon eingetretenes Verletzungspech. Die Mannschaft stand folglich erst, wie in den Jahren zuvor, wenige Tage vor dem Wesermarathon fest. An den Start gingen Hajo Meiners, Markus Zinkernagel, Ingo Pfaff, Lars Fölster und Maik Regenbrecht, der kurzfristig für den verletzten Ullrich Blanke einsprang. Ulli war aber so freundlich und hat den Landdienst übernommen, der vieles erleichterte. Dafür an dieser Stelle ein ganz dickes Dankeschön!



Der Doppelvierer zeigte Flagge—nicht nur am Boot, sondern auch rudersportlich. Foto: Ullrich Blanke

Am 29. April war es endlich soweit. Nach einer kurzen Nacht in der Jugendherberge in Hann. Münden ging es in der Dämmerung an den Start. Ruderer und Kanuten tummelten sich bereits an dem kleinen Steg. Der Vierer kam um halb sechs weg, der Zweier 20 Minuten später. Die Sonne ging auf und es entwickelte sich ein Tag mit nahezu idealen Witterungsbedingungen: Nicht zu heiß, nicht zu sonnig, kein Regen, lediglich der Nordostwind stand entgegen. Die Strömungsverhältnisse waren normal.

Im Zweier wechselten wir alle 15 km durch, so dass auf 30 km Rudern 15 km Erholung folgten. Wir waren übrigens so ausgewogen, dass wir nicht einmal die Stemmbretteinstellungen verändern mussten, egal auf welcher Position wir saßen.

Der Vierer machte, wie angekündigt, in Holzminden eine längere Pause, wir im Zweier legten lediglich zu Pinkelpausen an. Wie auch der Vierer bestellten wir uns beim Landdienst für Hameln frisch gezapftes Bier an den Steg.

In Bodenwerder, etwa 25 km vor dem Ziel, nahm Ulli Blanke noch mal den Zeitabstand zwischen dem Vierer und dem Zweier, um die Bierlieferzeitpunkte einschätzen zu können. Es sollte seine größte „Fehleinschätzung“ werden: Wir warteten am Steg in Hameln vergeblich auf unser wohl verdientes Bier. Während er davon ausging, dass sich der Abstand zum Vierer eher vergrößern würde, haben wir ihn auf diesem Stück um 15 Minuten reduzieren können. Dank besonnener Krafteinteilung in den ersten zwei Dritteln der Strecke konnten wir auf diesem Abschnitt noch einmal eine Schippe nachlegen und das Tempo verschärfen. Das war nicht das berühmt-berüchtigte „Durchquälen auf den letzten Kilometern“, auch wenn ich 30 Kilometer lang meine Grenzen spürte. Das Boot lief, das Wasser strömte vorbei, es folgte Schlag auf Schlag. Das war Rudern



Glücksgefühle nach 135 km: Der 2x+ mit Gunnar Bosse, Sabrina Krohne und Ulrich Kuhls am Steg in Hameln. Foto: Sabrina Krohne

wie in einem Rausch, so wie ich ihn noch nie erleben durfte. Danke, Sabrina! Danke, Uli!

Am Ende war der Vierer mit einer Bruttofahrzeit von 11 Stunden das erste Ruderboot, das Hameln erreichte. Unser Zweier war brutto lediglich 7 Minuten langsamer. Alle waren glücklich. Zweier oder Vierer— es ist und bleibt eine Philosophiefrage.

Vollkommen außer Frage aber steht: Wir Normannen haben auch in diesem Jahr wieder einmal respektabel Flagge gezeigt!

Gunnar Bosse

Eierfahrt — Neujahr 2012

Neujahrsmorgen – das Jahr 2012 ist erst wenige Stunden alt und das Wetter erweist sich beim Blick auf das Thermometer und aus dem Fenster als sehr mild für die Jahreszeit und damit als ideal zum Rudern.

Die Erinnerung geht einige Jahrzehnte zurück an jenen Neujahrsmorgen, als ich mit zwei Freunden vom dick verschneiten Steg zur ersten Fahrt im neuen Jahr ablegte und nach zwei Ölperfahrten bei dichtem Schneetreiben wieder zurückkam. Nun, jetzt waren die Bedingungen ja unvergleichlich besser und ich beschloss, mich endlich einmal wieder unter Fahrt Nummer 1 im Fahrtenbuch einzutragen, überzeugt, der Einzige mit dieser Idee an jenem Morgen zu sein. Aber da hatte ich die unverwüstlichen Kilometerfresser unterschätzt: Auf dem Bootsplatz warteten bereits Martin Olech und Stefan Heikebrügge auf einen dritten Mann. So wurde es dann mit „Drei Mal Ölper“ eine fröhliche Neujahrstour, die unserem Körper und unserem Selbstbewusstsein sehr gut getan hat.

Aber es sollte noch besser kommen – das Gedränge auf dem Bootsplatz nahm rapide zu. Als wir nämlich anlegten, schickte sich gerade eine Mannschaft, bestehend aus Gunnar Bosse, Astrid Bellgrau, Sabrina Krohne und zwei Gästen an, einen Vierer zu Wasser zu bringen. Einer der Gäste war Doru Lupascu, ein alter Bekannter nicht nur von Gunnar Bosse, sondern auch in der Normannia seit dem gemeinsamen Training mit Michael Krüger in der Crew, die 1985 im Leichtgewichts-Doppelvierer die erste Deutsche Meisterschaft in der Geschichte der Normannia errang. Zufälle gibt’s …

Bleibt noch die Erklärung für die alberne (?) Überschrift. Das hatte unser aus Berlin stammender Trainer, der unvergessene Heinz Herms, uns seinerzeit so erklärt: Bei seinem Heimatverein wurde zu Neujahr immer ein Wettbewerb unter den benachbarten Rudervereinen ausgetragen, bei welchem die erste am Eierhäuschen, einer Gastwirtschaft direkt an der Spree, anlegende Mannschaft vom Wirt ein Schock (5 Dutzend) Eier bekam. Wer jetzt schnell nachrechnet, wird darauf kommen, dass ein Achter damit immerhin fast eine Woche täglich ein Frühstücksei hatte.

Jedenfalls wandelten wir diesen Brauch seinerzeit so ab, dass wir uns nach dem Neujahrsrudern gemeinsam im Bootshaus über ein großes Glas mit Soleiern hermachten.

Ekbert Schollmeyer

Wanderfahrt Neuruppin

Braunschweig —> Neuruppin + Irland —> das passt!

Auch in diesem Jahr hieß es vom 04. bis 06. Mai wieder: „Auf zur Wanderfahrt, auf nach Brandenburg; auf nach Neuruppin!“



Neuruppin ist auch bei schlechtem Wetter schön. Fotos (3): Jonas Thöle

Ankunft

Die gut 30.000 Einwohner beherbergende Stadt empfing uns mit strahlendem Sonnenschein und einem ruhig daliegenden Ruppiner See.

Auch begrüßten uns die nicht minder strahlenden einheimischen Ruderer Arno Pubanz und Friedrich Zerm, die sich an den folgenden Tagen tatkräftig in die Normannen-Boote gesellten. Die Wanderruderwartin des NRC Britta Krebs, genannt „Pieps“ versorgte uns mit der nötigen Infrastruktur: Schlafplätze, Boote, Duschmarken etc.

Nachdem wir uns mit einem bernsteingoldenen Brauereierzeugnis gestärkt hatten, ging es sogleich aufs Wasser, da uns bis zur Anreise weiterer Normannen noch etwas Zeit blieb.

Die herrliche Ausfahrt führte uns über die „Lanke“ vorbei an beneidenswerten, direkt am Wasser gelegenen Wohnhäusern. Begeistert ging es vorbei an Alt-Ruppin und dem langen Seeufer von Neuruppin zurück zum Bootshaus.Dabei sahen wir auch zum ersten Mal die für das Hafenfest geschmückte Seepromenade. Es gab verschiedenste kulinarische Leckerbissen, den einen oder anderen Wagen für besondere Geschenke frisch Verliebter und auch einen sportlichen Wettkampf: Das Neuruppiner-Drachenbootrennen sollte über eine Distanz von ca. 100 Metern stattfinden, was unter uns zu verschiedensten Spekulationen führte: „Kann man mit einem Gig-Vierer wohl gewinnen?“ „Mit einem Achter ist man nach wenigen Schlägen weggezogen!“ etc.

Das Abendprogramm bestand aus der Ankunft weiterer Ruderer und dem ersten Herantasten an das Hafenfest und den direkt im Bootshaus gelegenen „Irish Pub“. Dieser besaß sogar einen sehr gut gelungenen Ruderer-Stammtisch, der natürlich gleich von uns in Beschlag genommen wurde.

Feuchtes Vergnügen

Der Samstag begann mit einem ernüchternden Blick aus dem Fenster. Es regnete und die Temperatur hatte sich auch in den einstelligen Bereich begeben. Na, das kann ja heiter werden...



Feucht fröhliche Runde in ebensolcher Umgebung.

Doch der erste Lichtblick folgte auf dem Fuße: Das Frühstück im Irish Pub! Besitzer Jörg hatte sich wirklich viel Mühe mit dem Buffet gegeben und so hellte sich die Stimmung schnell auf.

Nach dem Frühstück fand sich die 20 Ruderer umfassende Mannschaft am Steg ein, um vom Fahrtenleiter Harald die weiteren Instruktionen zu bekommen. Es folgten die Einteilung sowie die Bekanntgabe der heutigen Tour, über den Molchow-, den Tetzen-, den Zermützel- und den Tornowsee zum Hotel und Restaurant „Boltenmühle“ gehen sollte.

Die Route führte uns über sich schlängelnde Kanäle des „Rhin“, durch kleine Ortschaften und große, kräftig grüne Mischwälder hin zu einem geeigneten Anlegeplatz. Durchnässt vom anhaltend starken Regen hieß es nun: „Socken aus und Boote vertäuen“.

Nach ungefähr zwei Stunden, und so mancher Schüssel Eintopf, traten wir den Rückweg an. Wegen des anhaltenden Regens hatte der dann große Ähnlichkeit mit der Hinfahrt.

Der Abend entwickelte sich vielseitig; man teilte sich auf: das Hafenfest, die Neuruppiner Innenstadt und der Irish Pub.

Endlich Sonnenschein

Der Sonntag begann, wie von Ingrid, unterstützt durch Wetter.de, bereits vorausgesagt, mit einem ruhigeren Himmel und einer geringen Chance auf Sonnenschein.

Nach kurzer Zeit auf dem Wasser zeigte sich auch der erhoffte Sonnenschein. Die Datschen der Neuruppiner präsentierten sich an den Ufern in angenehmen Glanz und fast märchenhafter Vielfalt. Ein sehr schöner Anblick und ideales Wetter, um die Skulls zum „Glühen“ zu bringen.

Ziel für heute war der Bützsee und die im Dorf Altfriesack gelegene Fischerei „Fischerhütte Pfefferkorn“. Die Karte bot eine gute Auswahl an Fisch – im Brötchen in Aspik, als Suppe etc. Es war also für jeden etwas dabei und so ging es gut genährt Richtung Heimathafen NRC.



Die Wanderfahrt in Neuruppin ist bei uns sehr beliebt.

Am Bootshaus angekommen löste sich die Rudergruppe langsam auf. Der Moment des Abschieds aus Neuruppin war gekommen.

Als „Neuling“, der das erste Mal auf Wanderfahrt und in Neuruppin war, schiele ich schon mit Vorfreude auf den Mai 2013, um mich wieder nach Nordosten zu begeben und dieses fabelhafte Gewässer und diese nette Neuruppiner Ruderbegleitung zu treffen.

Jonas Thöle



Wanderrudern 2012

Bedingungen zur Erfüllung des **Fahrtenwettbewerbs:**

	Alter	Ruderkilometer	davon Wander-fahrten
Ruderer :	19 - 30	1.000	200
	31 - 60	800	160
	ab 61	600	120
Ruderinnen :	19 - 30	800	160
	31- 60	700	140
	ab 61	600	120

Als Wanderfahrt kleinsten Kalibers zählt eine Tagesfahrt von mindestens 30 Kilometern (nach oben sind keine Grenzen gesetzt).

Die bisher geplanten Touren, die zum gegebenen Zeitpunkt einzeln ausgeschrieben werden:

Termin	Ziel	Kilometer	Fahrtenleiter
16.06.	Staffelrudern in Hamburg	ca. 60	Harald Prade
18.08.—19.08.	Hankensbüttel	104	Corvin Schulze-Breidenbach
August	Jugendwanderfahrt		Ole Kaminski, Uli Kuhls
26.08.—02.09.	WF Altherren Mecklemburg	ca. 130	Ernst Kahe
29.08.	Frauentreffen in Salzgitter		Elisabeth Eghtessad
08.09.—09.09.	WRT in Königswusterhausen	ca. 50	Harald Prade
20.10.—21.10.	Wikingfahrt in Berlin	ca. 70	Ekbert Schollmeyer
11.11.	Leiferde	25	Hans-Jürgen Wissel
01.12.—02.12.	Eisfahrt auf der Weser	135	Uli Kuhls

Weitere Rudermöglichkeiten bieten die DRV- und Gemeinschaftsfahrten, die in den Bootshäusern aushängen. Anmeldeformulare dafür sind bei Harald Prade im Stadtbootshaus erhältlich.

Allen Ruderinnen und Ruderern eine schöne und erfolgreiche Saison 2012!

Harald Prade / Wanderruderwart

Inge Krüger ausgezeichnet

Ehrung unserer ehemaligen Vorsitzenden mit der Sportmedaille der Stadt Braunschweig


Foto: Joachim Koch

Anlässlich des „Abends des Braunschweiger Sports“ am 24. Februar dieses Jahres wurde Inge Krüger die Sportmedaille der Stadt, die höchste Auszeichnung für Verdienste um den Sport, verliehen.

Die Ehrung nahm OB Dr. Hoffmann persönlich vor. Er sagte unter anderem „Es ist etwas Besonderes, dass die Sportmedaille der Stadt verliehen wird an Menschen, die im Hintergrund wirken. Das sind die, die erst ermöglichen, dass Sport getrieben werden kann.“ Wenn man das von einem Mitglied unseres Klubs sagen kann, dann ist es Inge Krüger.

Von 1992 bis 2010 und damit 18 Jahre hat sie die Geschicke des RKN geleitet. Damit hat sie alle ihre Vorgänger übertroffen. Ihr Hauptinteresse galt der Kinder- und Jugendarbeit. Während ihrer Amtszeit haben die Aktiven unter Anleitung ihrer Trainer und Übungsleister 165 1. Plätze allein auf DRV-Regatten errudert. Die enge Zusammenarbeit mit der TU Braunschweig und mit drei Gymnasien hat sie weiter ausgebaut. Zwei große Renovierungen der Bootshäuser sowie die Erstellung einer weiteren Bootshalle auf der Anlage Maschplatz fallen in Ihre Amtszeit. Das 100-jährige Bestehen des RKN hat sie mit dem Vorstand und wenigen Helfern hervorragend organisiert. Ein würdiger Festakt in der Dornse der Stadt mit Persönlichkeiten aus dem Sport, dem öffentlichen Leben und vielen Gästen hat den Namen und die Bedeutung unseres RKN nachdrücklich unterstrichen.

Inge Krüger hat außerhalb Ihres Wirkens im Klub weitere Ehrenämter im Landes-Ruder-Verband, im Nordwestdeutschen Regattaverband und im Stadtsportbund z.T. noch heute inne.

Herzliche Gratulation zu dieser hohen und verdienten Ehrung!

Joachim Koch



Wir gratulieren

Besondere Geburtstage im Jahr 2012

Foto: Gunnar Bosse

Der Inhalt dieser Seite steht nur in der Druckausgabe zur Verfügung.

In der Geburtstagsliste werden alle runden Geburtstage, ab 60 Jahre in 5er Schritten sowie über 80 Jahre jeder Geburtstag aufgeführt. Die Liste erscheint von dieser Ausgabe (1/2011) an nur noch in der Papier-, nicht aber in der Online-Version der Klubnachrichten. Sprechen Sie Martin Habeck an, wenn Sie mit der Veröffentlichung Ihres Geburtstags grundsätzlich nicht einverstanden sein sollten. Wir werden Ihren Wunsch selbstverständlich respektieren.

Ekbert Schollmeyer 75!

Seit mehr als sechs Jahrzehnten vom „Bazillus Rudern“ befallen



Ekbert, wie man ihn kennt: In Ruderkleidung und die RKN-Flagge hochhaltend, hier mit Jo Möller. Foto: Gunnar Bosse

Am 17. April dieses Jahres vollendete Ekbert Schollmeyer sein 75. Lebensjahr. Ekbert hat den „Bazillus Rudern“ schon im Kindesalter von seinem Vater Otto Schollmeyer übernommen.

Er half bereits mit 13 Jahren mit beim Bau des neuen Bootshauses am Maschplatz und durfte mit 14 Jahren an der Ruderausbildung teilnehmen. In der neu gegründeten Schülerabteilung trainierte er bei Friedrich Weinecker und Heinz Herms, es folgte prompt ein erster Sieg 1953 in Hameln. Er fuhr Leichtgewichtsrennen, gewann nach Neustart mit 38 Jahren Altherrenrennen, insbesondere in Renngemeinschaft mit dem Wolfsburger RC. Er nahm damals an vielen Wanderfahrten teil, u.a. auch an den unvergessenen Gemeinschaftsfahrten mit dem Mainzer RV.

Ekbert begann seine Arbeit im Vorstand des Klubs als Beitragskassierer in den 50er Jahren. Er fuhr als Bootswart und Fahrer der Bootstransporte zu fast allen Regatten und Wanderfahrten in der BRD und sogar nach London zur Regatta „Head of the River“ und unterstützte im Motorboot seine Ehefrau beim Training der Mädchen. In den 70ern war Ekbert Schriftleiter der Klubnachrichten. Von 1984 bis 2011 arbeitete er dann ununterbrochen als stellvertretender Vorsitzender für H.-J- Fietkau, Helmut G. Schild (als Abteilungsleiter Sport von 1988-92) und Inge Krüger.

Das sind zusammengenommen über 60 Jahre Arbeit für den RKN! Auch Ekbert gehört zu den, wie es unser OB bei der Auszeichnung von Inge Krüger ausdrückte: Menschen, die im Hintergrund wirken. Das sind die, die erst ermöglichen, dass Sport getrieben werden kann.“

Wünschen wir alle unserem Ekbert noch viele schöne Jahre in Gesundheit und mit viel Freude an unserem schönen Rudersport!

Joachim Koch

Neue Mitglieder

Bis zum diesjährigen Anrudern sind neu zum RKN gekommen v.l.n.r.: Kristin Lemmermann, Sabrina Krohne, Joachim Koppen sowie (nicht auf dem Bild:) Tobias Döppner. Inzwischen sind auch Lasse Eisenach, Florian Kirchhoff, Felix Vollbrecht, Hauke Friedrichs, Petra Herbst, Carola Ueberhorst und Lukas Zinkernagel eingetreten.



Foto: Nicole Sienkamp

Klubjubiläen 2012

Beim Anrudern am 15. April 2012 wurde wieder zahlreiche langjährige Mitglieder geehrt, die mindestens fünf Jahre oder ein mehrfaches davon unserem Ruderklub die Treue gehalten haben.

Fünf Jahre im Ruderklub Normannia sind: Gabriele Canstein, Leonhard Kuboschek, Kea Meiners, Malte Meiners, Hans-Joachim Meyer, Michael Perkovic, Nils Ole Richter und Merle Tristram.

Zehn Jahre dabei sind: Steffen Grimm, Ernst und Helga Kahe, Katrin Kaminski, Irmgard Markgraf und Carl Stoewahse.

Bereits 15 Jahre rudern mit uns: Elisabeth Eghtessad, Helge Greunke, Brunhilde Henkel-Ehlers, Mario Martin, Rita Waldmann, Jan Zimmermann und Christoph Zorn.

Ihr zwanzigstes Jubiläum feiern in diesem Jahr: Marjam Eghtessad, Alexander Zorn und Jörn Zinkernagel.

Jürgen Künne begeht sein silbernes Vereinsjubiläum (25 Jahre).

Alexander Saul ist bereits seit 35 Jahren im Ruderklub Normannia, Dietlind Weinacht seit 40 Jahren und Andreas Herms seit 45 Jahren.

Zwei runde Vereinsjubiläen ragen weit hervor: Hans-Joachim Saul mit 60 Jahren und Horst-Walter Meier mit sogar 70 Jahren Vereinsmitgliedschaft sind länger im Ruderklub Normannia als viele unserer Vereinskameraden alt sind.

Schön, dass Ihr dabei seid!

Der Bootshallen-Anbau

Am Anfang (ent)steht fast immer ein Modell

Bei der letzten Jahreshauptversammlung wurde das Vorhaben des Bootshallenanbaus als kombinierter Fitness- und Werkstattraum vorgestellt. In diversen Gesprächen stellte sich dann heraus, dass wir diesen Anbau nicht so „aus der Portokasse“ schultern können.

Vorgeschichte

Ich erinnerte mich an unsere Rhein-Wanderfahrt im Mai 2011. Der Düsseldorfer Ruderverein, bei dem wir übernachteten, hat auch gerade ein Bauvorhaben in Planung (eine neue Werkstatt für den Bootswart) – und auch dort werden Spenden gebraucht. Dortige Vereinsmitglieder hatten ein Modell dieser Werkstatt gebaut. Das Modell ist in der Vereinsfarbe der Düsseldorfer (Blau) lackiert und für jede eingegangene Spende wird eine weiße Plakette auf das Modell geklebt. Je mehr Spenden eingehen, desto weißer wird dort das Modell.

Die Planungen

Als Vater in Elternzeit hat man ja ab und zu Zeit, so zum Beispiel morgens, wenn die kleine Tochter nach der Krabbelgruppe oder nach dem Kinderturnen 1 ½ Stunden Vormittagsschlaf macht. So reifte dann langsam die Idee, dass auch wir im RKN solch ein Modell brauchen könnten. Einerseits um sich besser vorstellen zu können, wie der Bootshallenanbau aussehen könnte, aber andererseits auch als Anzeiger, wie viele der Spenden, die wir insgesamt brauchen werden, schon eingegangen sind.

Also wurde ich aktiv: Die nächsten Abende waren dann erfüllt von Planungen. Die Grundidee der Düsseldorfer habe ich nicht groß verändert (man muss das Rad ja nicht zweimal erfinden)

Es begann mit dem Vereinfachen der Original-Pläne von Herwig Rott, damit diese im Modell umsetzbar sind. Dann folgten die Überlegungen, wie man die Spenden-summe (50.000 Euro) am besten in Einzelspenden auf-teilen kann (ich wählte 25, 50, 100, 200, 500 und 1.000 Euro). Für jede Spende brauchte ich nun eine entsprechende „Spenden-Kachel“, möglichst maßstäblich (also eine 100 Euro-Kachel soll doppelt so groß sein wie eine 50 Euro-Kachel usw.). Als nächstes ging es dann darum, wie man diese auf dem Modell verteilen kann. Dabei legte ich die in der folgenden Tabelle enthaltenen Annahmen zu Grunde.

Einzelspende	Anzahl	Gesamtwert
25 €	104	2.600 €
50 €	226	11.300 €
100 €	190	19.000 €
200 €	63	12.600 €
500 €	3	1.500 €
1.000 €	3	3.000 €
Gesamtwert in Euro		50.000 €

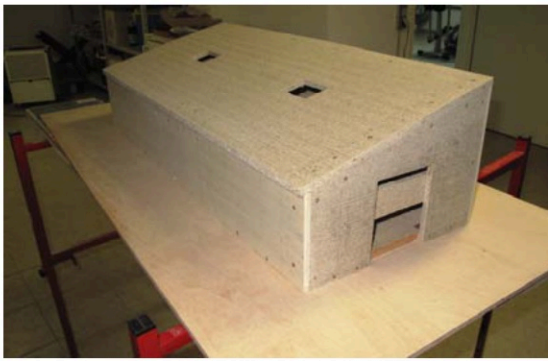
Letztendlich halfen dann Papier, Bleistift, Geodreieck, Radiergummi, Schere und Kleber dabei weiter, wie die Spendenkacheln am Modell platziert werden sollen.

An einem der nächsten Tage fuhr ich zu einem Baumarkt, besorgte Sperrholz, Leim, Farbe und was man sonst noch so beim Modellbau benötigt und nicht in meinem eigenen Fundus vorhanden war. Dann ging es richtig los – Ende Oktober war es ja draußen noch richtig schön, so dass ich auf der Terrasse mit dem Sägen beginnen konnte – inklusive einer kleinen Helferin (?).
Danach schlossen sich diverse Abende sowie ein arbeitsreiches Wochenende an („Wie lange dauert denn das noch“ — meine Frau, „Papa, was baust Du da?“ — meine große Tochter).



Kleine Helferin. Fotos (4): Martin Habeck

Langsam nahm das Gebäude Formen an — die Wände standen, das Dach wurde montiert (alles inklusive der Ausschnitte für Fenster, Dachfenster und Türen).



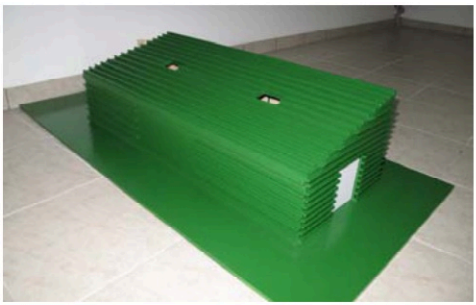
Der R0hbau

Dann mussten die Leisten zum Halten der Spenden-Kacheln hergestellt werden. Kaufen kam da natürlich nicht infrage, sondern gemäß dem Wahlspruch „Dem Ingenieur ist nichts zu schwer…“ baute ich mir eine kleine Vorrichtung, damit ich die Leisten auch schön gleichmäßig über die ganze Länge aus einem großen Brett sägen konnte. Auch für die Spendenkacheln gab es dann noch eine Extra-Vorrichtung (nicht verkehrt bei 589 Kacheln + ein paar Ersatzkacheln).

Nachdem die Leisten montiert waren, ging es auch schon ans Streichen. Dem Tipp des Baumarkt-Mitarbeiters folgend strich ich erst mit Grundierung (Farbton: Weiß) gemischt mit dem Endstreichlack (Farbton: Grün) – das Ergebnis: ein lindgrünes Modell. Das bedeutete natürlich beim Endanstrich einen Anstrich extra, damit das Modell auch im korrekten in Normannia-Grün daherkam.

Im nächsten Arbeitsschritt mussten dann noch die Kacheln rundum geschliffen werden – bei der Menge zeigt sich, dass Fingernägel und Schleifpapier keine gute Paarung sind – Schleifpapier ist definitiv stärker. Auch ein im Schraubstock eingespannter Schwingschleifer (die Werkbank befindet sich im Hobby-Keller) erwies sich selbst noch im Schlafzimmer im Obergeschoss

hörbar – meine Frau erteilte mir dann um 22:00 Uhr Arbeitsverbot.



Der fertige Modell—noch ohne Spendenkacheln

Die letzten Feinheiten

Zu einer Baustelle gehört natürlich auch ein Baustellen-Schild—auch das wurde noch schnell zusammengebaut und montiert—und dann zeigte der Kalender auch schon den 11. November – der Tag der Außerordentlichen Mitglieder-Versammlung und damit auch der Tag der „Enthüllung".
Damit hatte ich ein gut dreiwöchiges Projekt zum Abschluss gebracht, das einerseits eine Abwechslung zum Elternzeit-Alltag bot, andererseits parallel zum normal Arbeitsalltag aber nicht realisierbar gewesen wäre. Hier geht auch noch einmal ein großer Dank an meine drei Frauen, die dies alles mit der erforderlichen Gelassenheit ertragen haben.



Ein Baustellenschild gehört einfach dazu!

Weiteres Vorgehen

Für jede Spende werden also entsprechend die Plättchen am Modell angebracht werden, gerne kann der Name des Spenders auf die entsprechenden Holzplättchen geschrieben werden. Auch für geleistete Arbeitsstunden können entsprechend Holzplättchen montiert werden. Folgende Umrechnung von Arbeitsstunden in Euro-Werte ergibt sich:

Wert	25 €	50 €	100 €	200 €	500 €	1.000 €
Stunden	4	8	15	30	70	140

Ich bin nun mal gespannt, wie schnell einerseits unser Modell seine Farbe von grün nach weiß ändert und wie andererseits der Baufortschritt im Original voran geht.

Martin Habeck

Gespendet werden kann auf folgendem Wege:

Ruderklub „Normannia" Braunschweig e.V.

Kontonummer 6200990001

Volksbank eG Braunschweig-Wolfsburg, Bankleitzahl: 269 910 66

Verwendungszweck „Spende für Kraft- und Fitnessraum"

Braunkohlwanderung

Die diesjährige Braunkohlwanderung führte uns am 22. Januar nicht durch weite Felder und Wälder außerhalb Braunschweigs, sondern begann an unserem Stadtbootshaus, das zugleich auch wieder unser Ziel war.

Die erste Hälfte unser Wanderweges war das ehemalige „Ringgleis“, das um 1865 als „Gürtelbahn“ geplant wurde, um den in Entstehung befindlichen Industriebetrieben der Stadt zur Verfügung zu stehen. Noch heute sind viele dieser inzwischen aufgegebenen Gleisanschlüsse deutlich erkennbar.



Am Dekadenstein „1838“ beginnt m Westbahnhof die Braunschweiger ZeitSchiene. Fotos (3): Jürgen Reinefeld

Entlang der Ringgleises ging über den ehemaligen Westbahnhof in Richtung Südwesten, Im Westbahnhof selbst beginnt die sogenannte „Braunschweiger ZeitSchiene“, ein Abschnitt, der mit Dekadensteinen gesäumt ist, die wie Kilometersteine entlang der Strecke angeordnet sind. Beginnend mit dem Jahr 1838, dem Jahr der Eröffnung der ersten deutschen Staatseisenbahn von Braunschweig nach Wolfenbüttel, erinnern die Dekadensteine in Zehnjahresabschnitten unter anderem an historische Ereignisse, technische und kulturelle Entwicklungen in Deutschland und Braunschweig.

Auf Höhe der Gartenstadt, dem südlichsten Punkt unserer Wanderung, endet der ausgebaute Teil der Ringgleises. Wir überquerten die Autobahn 391, streiften den Südsee und gelangten unterhalb des „Feldschlößchens“ Richmond entlang der Oker in Bürgerpark. Von dort ging es über die westlichen Wallanlagen wieder zum Stadtbootshaus.



Dort hatte das Kantinenteam Braunkohl von der leckersten Sorte „gezaubert“. Genau das Richtige, um sich nach einer 14 Kilometer langen Wanderung durch eine anfangs trockene, zum Schluss aber auch leicht feuchte und nasskalte Witterung zu stärken.



Nach getaner Arbeit: Unserem Kantinenteam Ingrid, Ute, Eva und Gisela ein ganz herzliches Dankeschön für den leckeren Braunkohl

Gunnar Bosse

Rund um die Okerumflut

Interessantes, Bekanntes und Unbekanntes

Teil 1: Geschichte des Okerumflutgrabens Inselwallgraben bis zur Sidonienbrücke

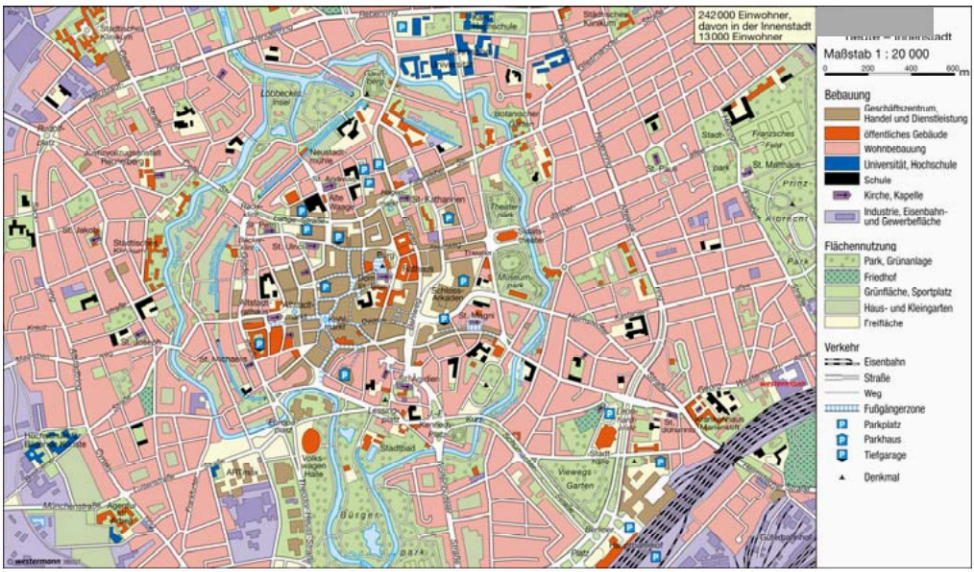
Beim Klubabend am 28.2.12 informierte uns Maria Hauck sehr anschaulich über die Geschichte des Okerumflutgrabens und über interessante Gebäude, die wir bei einer Okerumfahrt sehen. Ihren erhellenden Vortrag drucken wir in dieser und den nächsten Ausgaben der Klubzeitung ab. Denn man sieht nur, was man weiß ...

Die Braunschweiger Innenstadt heute

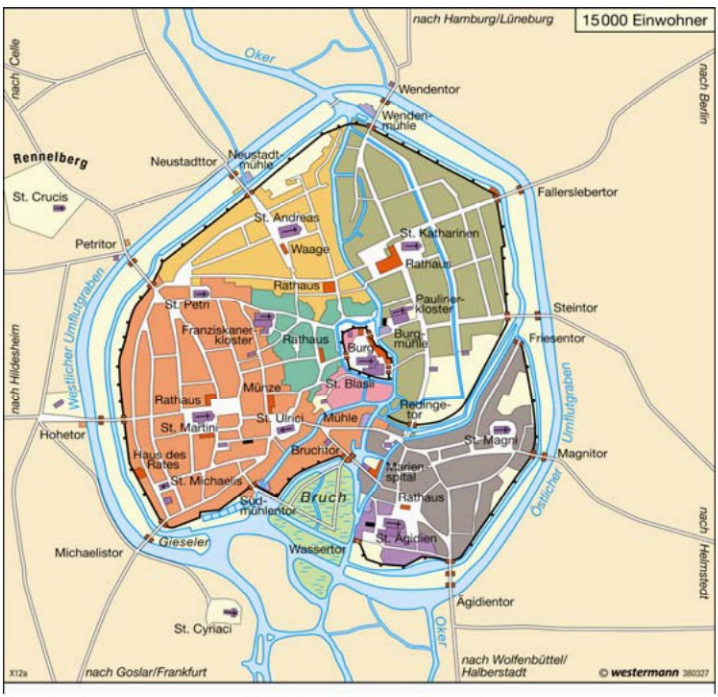
Wir Braunschweiger Ruderer brauchen den Vergleich mit anderen Ruderklubs nicht zu scheuen, die auf den ersten Blick einen günstigeren Standort haben als wir hier an der Oker. Wir haben hier nicht nur ein schönes Bootshaus aufzuweisen, sondern auch etwas ganz Einmaliges: die Okerumflut, die in einem grünen Wallgürtel mit zahlreichen Sehenswürdigkeiten um die gesamte Innenstadt herumführt. Bei unseren, wie ich finde, leider viel zu seltenen Okerumfahrten kommen wir vorbei an innerstädtischen Grünanlagen, an Villen, in denen bedeutende Persönlichkeiten gelebt haben, an verschiedensten Sozialeinrichtungen, wie Bädern und Krankenhäusern, an etlichen Bildungsstätten, wie dem Wilhelmgymnasium und der Technischen Universität, und vor allem an zahlreichen Kultureinrichtungen, darunter zwei große Museen und eine Reihe von Galerien. Ganz zu schweigen von den Bauten der Ingenieurkunst: Brücken und Industrieanlagen. Von der Okerumflut aus erschließt sich uns im Grunde genommen die gesamte Stadtgeschichte, die bauliche und soziale Entwicklung der Stadt im Laufe der Jahrhunderte bis in die Gegenwart. Wir werden auch an die Zerstörungen durch den Zweiten Weltkrieg erinnert, die das Stadtbild tiefgreifend verändert haben. Bei der Umfahrt können wir sehen, dass noch viele historische Bauten vorhanden sind bzw. sorgsam restauriert worden sind. Dabei bewahrheitet sich aber immer wieder die Erkenntnis: „Man sieht nur, was man weiß." In diesem Sinne wollen wir nun eine Auswahl von Sehenswürdigkeiten entlang der Okerumflut betrachten und dabei den Spuren von prominenten und auch von unbekannten Menschen nachgehen, die vor uns durch das Leben gerudert sind.

Der Okerverlauf um 1400

Die Stadt Braunschweig, nach einem mittelalterlichen Plan um 1400: Die Form der Stadt, die sich aus fünf eigenen Stadtteilen,



Die Braunschweiger Innenstadt heute. Aus: „Diercke Heimatteil Niedersachsen“, Bildungshaus Schulbuchverlage Westermann, Braunschweig, 2012



Okerverlauf um 1400. Aus: „Diercke Heimatteil Niedersachsen“, Bildungshaus Schulbuchverlage Westermann, Braunschweig, 2012

den so genannten Weichbilden, zusammensetzt, erinnert fast symbolisch an ein Herz. Es wird von blauen Adern durchflossen und auch umrahmt. Die Oker war ja auch die wichtigste Lebensader der Stadt – als Verkehrsweg für den Handel (die Innenstadt hatte drei Okerhäfen) und als Standort für die sechs innerstädtischen Mühlen. Auf die verschiedenen Okergräben der Innenstadt möchte ich hier aber nicht eingehen – das wäre wieder ein Thema für sich. Schon zur Zeit Heinrichs des Löwen Mitte des 12. Jahrhunderts hatte man zu Verteidigungszwecken die Oker geteilt und um die Stadtbefestigung herumgeleitet. Wie wir auf der Karte sehen, gab es direkt an der Stadtmauer noch eine zweite, schmalere Umflut – auf der westlichen Seite können wir noch ganz gut den Verlauf des jetzigen Neustädter Mühlengrabens ausmachen. Die Stadtmauer (hier schwarz eingezeichnet) war auf einem hohen Wall angelegt, der steil zur Okerumflut abfiel.

Es gab insgesamt neun Stadttore, die außer dem Neustadttor (an der heutigen Neustadtmühle) zumindest dem Namen nach immer noch existieren. Auch an der Lage der Ausfallstraßen mit den dazugehörigen Okerbrücken hat sich nichts Wesentliches verändert. Ich möchte die Torbrücken doch kurz nennen, in der Reihenfolge unserer Fahrtrichtung: Oben im Nordwesten lag das Neue Tor, an der Neustadtmühle (die dazugehörige Straßenbrücke über die Umflut muss im Bereich der heutigen Wehrbrücke bei Löbbeckes Insel gelegen haben). Es folgen das St. Petritor (heute Radeklint, Celler Straße), Hohes Tor und St. Michaelistor (später Wilhelmitor genannt), im Süden das Sankt Ägidientor (das spätere Augusttor an der Wolfenbütteler Straße), in östlicher Richtung geht es weiter zum Sankt Magni- und Steintor, dann zum Fallersleber und Wendentor.



Befestigungsanlagen 1761. Kupferstich von Johann Conrad Hennemann. Stadtarchiv Braunschweig H XX:X

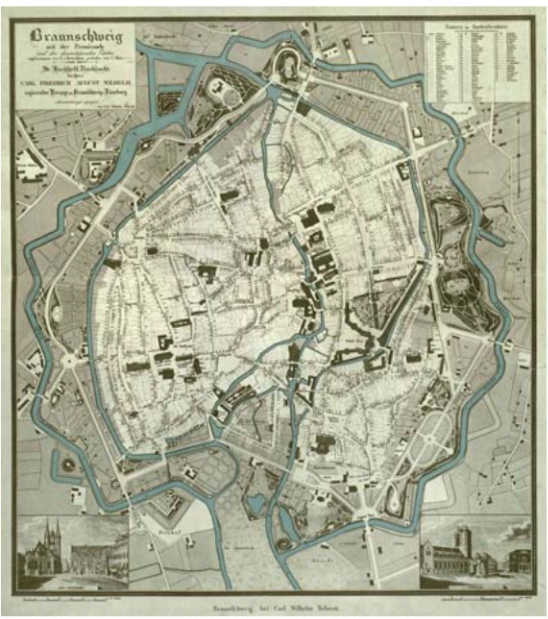
Braunschweig im 18. Jahrhundert

Ein Plan der Stadt Braunschweig, so wie sie etwa bis zum Jahr 1800 ausgesehen hat: Die herzförmige Innenstadt mit den Oker-Adern war von dem Zackenkranz eines umfangreichen Befestigungswerkes umgeben, bestehend aus 16 spitz zulaufenden Bastionen, umflutet von einem Grabensystem der Oker. In diesen Gräben gaben die so genannten Ravelins als vorgelagerte Wallschilde noch eine zusätzliche Sicherung. An den vielen Zickzack-Kurven der heutigen Okerumflut lässt sich die Lage der Bastionen noch gut erkennen und beim Steuern im wahrsten Sinne des Wortes nachvollziehen. Der Festungsbau muss gewaltige Summen verschlungen haben und war im Grunde ein irrsinniges Unternehmen, denn wenige Jahrzehnte nach der Vollendung im 18. Jahrhundert hatten die Bastionen ihre militärische Bedeutung verloren. Sie boten wegen der fortschreitenden Kriegstechnik keinerlei Schutz mehr, zudem wurde durch die umständliche Wegeführung und die engen Toranlagen auch die Ausbreitung der Stadt ins Umland behindert. Daher hatte Herzog Carl

Wilhelm Ferdinand eine Wall-Demolierungs-Kommission einberufen. Die Gesamtplanung für die Schleifung der Festungen und die Neugestaltung der Wallanlagen wurde dem herzoglichen Architekten und Baumeister Peter Joseph Krahe übertragen.

Die Braunschweiger Wallanlagen

Eine Karte aus dem Jahr 1826, als die Arbeiten im Bereich der Wallanlagen im Großen und Ganzen abgeschlossen waren:



Stadtplan mit dem neuangelegten Wallring 1826. Karte: Stadtarchiv Braunschweig H XI6:9

In einer genau konzipierten Abfolge hat Peter Joseph Krahe die Bastionen zu Promenaden, Parks, Gartengrundstücken, Plätzen und Toranlagen umgewandelt und dadurch das Stadtbild bis heute geprägt. Trotz mancherlei Eingriffe im Laufe von 200 Jahren—nicht zu vergessen die Zerstörungen im Zweiten Weltkrieg—kann man sich auf dieser alten Karte aus dem Jahr 1822 heute noch ganz gut orientieren. Nur ein paar Hinweise am Rande: Krahe hat die Tor- und Brückensituationen im Wesentlichen beibehalten. Die durch Planierung der Bastionen entstandenen Grundstücke ließ der Herzog an Braunschweiger Bürger verkaufen, um mit dem Erlös die Baumaßnahmen zu finanzieren.

Auf der Karte ist in der rechten oberen Ecke eine Liste abgedruckt, in der die einzelnen Parzellen mit den Namen der Besitzer vermerkt sind.

Eine der ersten Parkanlagen entstand am Inselwall auf dem Terrain des ehemaligen Ludwigsbollwerks (oben in der Mitte). Hier ließ sich im Jahre 1805 der Kaufmann Bierbaum eine schlossartige Villa erbauen und legte einen englischen Landschaftsgarten mit Grotten, Tempelchen, verschlungenen Wegen und kleinen Teichen an. Die Spitze des ehemaligen Bollwerks ist heute noch vorhanden – es ist die Stelle am Inselwallpark, wo wir an der Abzweigung des Inselwallgrabens beim Rudern unsere obligatorische Wende machen. Die Schriftstellerin Ricarda Huch wurde in der ehemaligen Bierbaumschen Villa geboren. Heute befinden sich an der Stelle ihres im Zweiten Weltkrieg völlig zerstörten Geburtshauses die große Fontäne und an der Rundmauer die Gedenktafeln, die an die Zerstörung Braunschweigs erinnern—mit den Worten der Dichterin: „Wie schön sie war, bald wird es niemand mehr wissen, Braunschweig die Löwenstadt…“ Ich denke, auf unserer Okerrundfahrt werden wir nach dem Motto „Man sieht nur, was man weiß“ die Schönheit des alten und des neuen Braunschweig wiedererkennen. In diesem Sinne wollen wir uns nun auf den Weg machen: Wir beginnen an der richtigen Einfahrt zur Okerumflut—westlich von Löbbeckes Insel.

Löbbeckes Villa am Inselwall



Löbbeckes Villa am Inselwall. Foto: Jutta Brüdern

Die Villa Löbbecke, die erste Sehenswürdigkeit auf unserer Umfahrt: Die Bankiersfamilie Löbbecke hatte von dem Kaufmann Bierbaum das gesamte Anwesen übernommen und auf einem ehemaligen Ravelin, also der vorgelagerten Insel, diese repräsentative, im römisch-italienischen Stil gehaltene Villa bauen lassen – durch Constantin Uhde, Professor der Technischen Hochschule. Uhde war in der Zeit des Historismus in der 2. Hälfte des 19. Jahrhunderts ein im Braunschweiger Raum viel beschäftigter Architekt. Wir werden auf unserer Umfahrt noch weitere Bauten von ihm zu Gesicht bekommen.

Auf diesem Foto zeigt sich die Villa Löbbecke von ihrer besten Seite. Vom Boot aus sehen wir nur einen nicht gerade attraktiven Betonbau der 60er Jahre. Die Villa Löbbecke war im Krieg schwer zerstört, sie sollte genauso wie die Bierbaumsche Villa komplett abgerissen werden, aber man hatte dann doch entschieden, den noch erhaltenen Teil in den Neubau des Gästehauses der TU einzubeziehen. 2009 wurde das Gästehaus verkauft, und die Villa Löbbecke wird nun als Bürohaus genutzt.

Das Petriwehr

Wir kommen jetzt an das Petri- oder auch Schützenwehr, wo wir die Boote umtragen müssen. Es reguliert den Wasserstand im westlichen Umflutgraben und wurde im Jahr 1821 als Pendant zum Wendenwehr erbaut. Auf der Karte von 1826 waren diese beiden Wehre schon eingezeichnet.



Umtragen am Petriwehr. Foto: Stefan Heikebrügge

Die Brücke über das Wehr gab es zu dieser Zeit noch nicht, denn sie ist erst im Jahr 1880 angelegt worden, um die Verbindung zu den neu gebauten Häusern in der Masch herzustellen. Das Brückengeländer ist noch original, und die Wehrbrücke steht unter Denkmalschutz, wie auch die Rosentalbrücke, die ein Jahr früher gebaut wurde.

Die Rosentalbrücke

Die Rosentalbrücke war durch eine Privatinitiative entstanden, als erste Verbindung zwischen Wenden- und Petritor zu den Vorstadtgebieten jenseits der Oker. Sie wurde nach der kleinen Sackgasse Rosental benannt und ist übrigens die einzige Hängebrücke der Stadt. Die gemauerten Pylonen mit einem rundbogigen Durchlass weisen die typischen Stilmerkmale des Historismus auf. Besondere Aufmerksamkeit erfuhr die Rosentalbrücke anlässlich des ersten Braun-



Rosentalbrücke. Foto: Jutta Brüdern

schweiger Lichtparcours im Jahr 2000. Die Lichtinstallation der Hannoveraner Künstlerin Yvonne Goulbier „Rosen ohne Dornen“ war an dieser Stelle nicht nur der Endpunkt der Okerumfahrt vor dem Wehr, sondern auch einer der Höhepunkte des Parcours. Später an der Theaterbrücke werden wir der Künstlerin noch einmal begegnen. Jetzt fahren wir unter der Straßenbrücke Celler Straße hindurch.

Der Radeklint

Die Petritorbrücke, die vor einigen Jahren gerade wieder erneuert worden ist, spielt schon seit dem Mittelalter eine wichtige Rolle für den Verkehr in Richtung Nordwesten.



Brücke Radeklint / Celler Straße . Foto: Jutta Brüdern

Die bauliche Situation am ehemaligen Petritor mit der stadtseitigen Toranlage und den typischen Torhäusern von Krahe lässt sich heute aber kaum noch nachvollziehen. Nach den Zerstörungen im Zweiten Weltkrieg wurden die Straßenführungen am Radeklint zur Celler Straße im Zuge des Wiederaufbaus völlig verändert. Auf dem Foto schimmert hinter den Bäumen ein weißes Gebäude hindurch, die Villa von Bülow.

Die Villa von Bülow

Hier ist seit 1981 das Georg-Eckert-Institut für Internationale Schulbuchforschung ansässig. Das Gelände wurde vor kurzem von dem Buschwerk freigelegt, so dass man das Gebäude jetzt auch vom Wasser aus gut sehen kann.



Villa von Bülow / Georg-Eckert-Institut. Foto: Jutta Brüdern

Die Villa von Bülow wurde von Carl Theodor Ottmer 1839 als Sommer- und Gartenhaus für den Kammerpräsidenten der herzoglich-braunschweigischen Justizverwaltung von Bülow erbaut und zählt zu den schönsten Beispielen des späten Klassizismus in Braunschweig.

Der Name des Architekten – Carl Theodor Ottmer – ist mit dem Braunschweiger Resi-

denzschloss verbunden; er wird auf unserer Tour noch des Öfteren vorkommen. Nach der Villa von Bülow nähern wir uns dem Gelände des Städtischen Klinikums Holwedestraße:

Das Klinikum Holwedestraße

Das Hauptgebäude des Klinikums Holwedestraße war früher das Städtische Kinderheim, mit der von Türmen und Giebeln geschmückten Fassade ein typisches Bauwerk des Historismus, errichtet um 1900 von dem Stadtbaumeister Max Osterloh. Auch dieser Name wird uns bei unserer Tour wieder begegnen.



Hauptgebäude Klinikum Holwedestraße. Foto: Jutta Brüdern

Das Klinikum ist mit dem Namen Holwede verbunden: Nachdem der Sanitätsrat Benno von Holwede die Leitung des Städtischen Armen- und Pflegehauses auf diesem Gelände übernommen hatte, führte er zunächst hygienische Neuerungen ein. Vorgefunden hatte er katastrophale Zustände: Nach einer Typhus-Epidemie, von der besonders die Kinder betroffen waren, setzte er sich bei der Stadtverwaltung energisch für den Neubau des Kinderheimes ein, das zugleich Kinderkrankenhaus war. Holwede starb 1924 – auf Grund seiner Verdienste für das Gesundheits- und Sozialwesen in Braunschweig wurde die ehemalige Pflegehausstraße in Holwedestraße umbenannt.

Das Kinderheim ist erst in den 1950er Jahren geschlossen worden. Es ist jetzt der Eingangsbereich des Klinikums Holwedestraße, auch zu den Neubautrakten, die auf dem Gelände an der Stelle des ehemaligen Pflegehauses errichtet wurden. Wir fahren weiter bis zur Sidonienbrücke:

Die Sidonienbrücke



Sidonienbrücke. Foto: Brunswyk, Quelle: Wikipedia

Die Sidonienbrücke ist zwischen Sidonienstraße (im Hintergrund des Bildes) und dem Hohetorwall als Verbindung zur Innenstadt in der Zeit um 1900 erbaut worden. Erhalten sind noch die alten schmiedeeisernen Brückengeländer, die Anklänge an den Jugendstil aufweisen. Außerhalb des Wallrings westlich der Oker wohnten in der Nähe der neu entstandenen Industriegebiete die Arbeiter – hier waren ja auch das städtische Armen- und Pflegehaus und das Kinderheim angesiedelt. An der seinerzeit von Krahe angelegten Wallpromenade entstanden im Laufe des 19. Jahrhunderts vornehme Villen für die gehobenen Schichten der Bevölkerung.

Maria Hauck

Fortsetzung folgt.



Klubabend Mexiko

Eindrücke von einem Jahr leben und arbeiten in Mexiko

Mexiko ist wieder in den Schlagzeilen: Der Popocatepetl ist ausgebrochen. In der Nähe der Stadt Guadalajara wüten Waldbrände, und Drogenbandenkriege sind immer wieder ein Thema in unseren Medien.



Blick über die Hochebene von Puebla zum Popocatépetl (5.462 m)

Am 20. März berichtete Martin Habeck mit vielen Dias über seine Zeit in Mexiko. Er führte uns vor allem aber auch die schönen Seiten dieses vielseitigen und faszinierenden Landes vor Augen: die beeindruckende Natur, alte Traditionen, faszinierende Kulturstätten und ein entspannter Lebensstil, aber auch einen Schuss Abenteuer, wie beim Rafting. Die Kantine bot dazu passend Chilli con Carne und Tortilla-Wraps mit „Wickel-Workshop“ an.

Nicole Sienkamp



Chichén Itzá, Pyramide des Kukulcán, UNESCO Weltkulturerbe.
Fotos (4): Martin Habeck



Rafting auf dem Rio Filo-Bobos im Bundesstaat Veracruz, auf Platz 2 an Steuerbord der Vortragende

Jugendraumeinweihung

Das etwas andere Spaghettiessen

Da im letztem Jahr der Jugendraum ausgebaut und im Herbst „betriebsfähig“ wurde, hatte sich der Jugendvorstand zur Einweihung etwas Besonderes einfallen lassen.

Eigentlich war wieder die Zeit des alljährlichen Spaghettiessen im Dezember, aber es kam anders als in den letzten Jahren Als wir im Jugendvorstand überlegten, wann wir das Spaghettiessen machen wollen, meinte Ole Kaminski plötzlich: „Wir wollen keine Spaghetti mit Mettsoße, wir wollen ein Spanferkel!“ Dieser Satz brachte uns auf DIE Idee: Unser Jungendraum war ja gerade fertig geworden und er war noch nicht eingeweiht. Also wurden die Jugendabteilung, alle Helfer und Trainer statt zum Spaghettiessen zur Jugendraumeinweihung zum 16.12.2011 eingeladen.



Foto: Gunnar Bosse

Das Spanferkel wurde geliefert, dazu gab es Kartoffeln und Krautsalat. Die Junioren haben das Essen vorbereitet, als die Kinder noch beim Kindertraining in der Halle waren. Aber um 18:30 Uhr ging es dann los. Unser Jugendvorsitzender Ole Kaminski, der Jugendvorstand und die Junioren haben sich bei allen Helfern für die große Unterstützung und die Spenden bedankt. Danach wollte Ole eigentlich noch eine Rede halten, aber der Geruch des Spanferkels hatte ihm die Sprache verschlagen, so waren seine Worte kurz und knapp: „So, Leute, das Spanferkel wird kalt– also dann mal guten Hunger!“



Foto: Jürgen Reinefeld

Als alle satt waren, schenkte uns der Klubvorstand noch eine Dartscheibe, welche gleich ausprobiert werden musste. Im weiteren Verlauf des Abends wurde viel im Jugendraum gespielt, der Kicker war in Dauerbenutzung und wir alle hatten viel Spaß.

Ich finde, dass der Jugendraum sehr schön geworden ist und er eine solche Einweihung auch verdient hat.

Jasper Bosse

Eisige Zeiten in Thune

Eigentlich hatten wir alle die Hoffnung, dass der Winter weiter so milde bleibt und der Steg im Wasser verbleiben kann. Doch alles kam anders.



Mit vereinten Kräften. Fotos (2): Britta Blanke

Zwei Wochen Dauerfrost mit recht knackigen Temperaturen ließen auf dem Kanal den Eispanzer schnell dicker werden. Für das anstehende Wochenende Anfang Februar war der Malereinsatz im Stadtbootshaus (SBH) geplant, der aufgrund der Parkettarbeiten nicht verschoben werden konnte. Also wurden die „Abklebearbeiten“ im SBH auf den Freitagabend vorverlegt, dort Samstagvormittag bis mittags gestrichen und dann gemeinsam nach Thune gefahren. Eine zweite Arbeitsgruppe hatte in Thune schon die Vorarbeiten wie Schneefegen, Stegauflagen entfernen, Kettenzüge und Steg aus dem Eis schlagen durchgeführt.

Mit vereinten Kräften hätten wir in einer neuen Rekordzeit den Steg aus dem Kanal gehabt, wäre da nicht im letzten Moment eine der Zugketten gerissen ....

Durch gute Improvisation und handwerkliches Geschick konnte aber am Ende des Tages die Meldung: „Mission erfüllt!“ herausgegeben werden. Danke an alle Helfer!



Nach getaner Arbeit.

Das ganze Prozedere wurde an einem Freitagnachmittag im Rückwärtsgang wieder ungeschehen gemacht und wir freuen uns auf viele Rudertouren/Trainingskilometer auf dem Kanal.

Britta Blanke

Aber auch in der Stadt ging nichts mehr ...



Foto: Martin Olech



Saalrenovierung

Das Stadtbootshaus in altem / neuen Glanz

Foto: Helge Trenkler

Seit Jahrzehnten ist es unsere Sportstätte, unser Treffpunkt:

Das Stadtbootshaus

1949 nach dem Krieg unweit der alten Stelle von den damaligen Vereinsmitgliedern mit immensem Elan und Fleiß wieder aufgebaut, danach immer weiter ausgestaltet und verschönt: 1978 die Polsterung der Sitzgarnituren im Klubraum, die Wandverkleidungen im Saal 1982, das Parkett 1983 ...

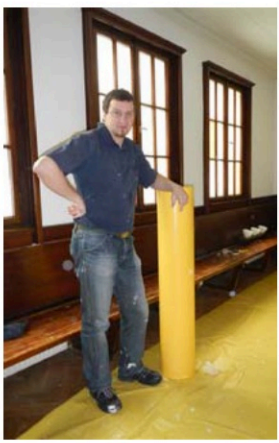
Doch die Zeiten und auch die Geschmäcker ändern sich. An so manchem, was einmal schön und gut war, nagte der Zahn der Zeit: Das Parkett quoll vom vielen Wischen auf und verschmutzte, die Polsterungen wurden fleckig und mürbe usw.

Jetzt sollte modernisiert werden

Der Vorstand berief eine Kommission ein: Christina Krafczyk, Gisela Prade, Helge Trenkler und Jürgen Reinefeld trugen Wünsche und Begehrlichkeiten zusammen, holten Meinungen und Angebote ein. Bald gab es eine Liste, deren Realisierung weit mehr als 40.000 Euro kosten würde. Eine weitere Einschränkung gab es: Als „Knackpunkt“ der Renovierungsmaßnahme erwies sich die Erkenntnis, dass auch die gesamte Elektroinstallation des Gebäudes komplett zu erneuern ist.

Der Vorstand entschied dann, dass vorerst nur das ausgegeben werden kann, was durch den Betrieb der Vereinskantine in 2011 erwirtschaftet worden war.

Eigenleistungen waren also erwünscht!



Es wurde ausgeräumt, sortiert, die Stühle und Bankpolster zum Sattler gebracht. Das Maler-Wochenende gestaltete sich erfolgreich und auch kurzweilig. Am langen Tisch mitten im Saal saßen die „Normannen“ mittags zu Ingrid Ehrlichmanns Erbsensuppenspeisung. Etliche Eimer Farbe kamen an die Wände, Gardinen wurden gewaschen, Fußleisten demontiert, alle Stühle und Tische mit Filzgleitern versehen. Was dann der Parkettleger zutage förderte, überraschte doch allgemein: Eine wunderschöne Eichenholzmaserung kam zum Vorschein!

Umfangreiche Nacharbeiten wie das Aufarbeiten und wieder Anbringen der Leisten





Fotos: Helge Trenkler, Gisela Prade









oder die Bankmontage machte Helge ganz allein und schickte vehement jede sich anbietende Hilfskraft weg. Zum Schluss klebte er noch ausdrucksvolle historische Fotos der allerersten „Normannen“ in die freien Holzfelder der Theke. Die Installation neuer Lampen, die Behandlung der dunklen Holzteile mit Möbelpolitur im Klubraum und das Putzen machte dann schon so richtig Spaß, denn der ganze Aufwand hatte sich wirklich gelohnt! Elisabeth Eghtessad kommentierte es so: „Unser Bootshaus sieht jetzt richtig fürstlich aus.“ Die Jüngeren finden es kurz und bündig einfach nur „geil“.

Gisela Prade

Altherrenschaft

Bericht über die Aktivitäten im zweiten Halbjahr 2011 und zum Beginn des Jahres 2012

Rudern auf der Okertalsperre

Zu einer besonderen Aktion gegen Ende der Rudersaison trafen sich 11 Aktive—drei Seniorinnen und acht Alte Herren—am 27.9. beim RV Nordharz an der Okertalsperre. Bei sehr schönem Wetter und für die dortigen Verhältnisse wenigem Wind wurden in zwei Vierern und einem Zweier, gesteuert und geleitet von 2 Nordharzern, 14 km zurückgelegt.

Überraschend war für uns der gegenüber den normalen Wasserverhältnissen zu dieser Jahreszeit jetzt sehr, sehr niedrige Wasserstand. Die Sperre war bestimmt halbleer.



Wegen des niedrigen Wasserstandes mussten die Boote in die Okertalsperre abgeseilt werden. Foto: Ernst Kahe

Der Bootssteg mit Booten lag sehr weit unten. Um ihn zu erreichen war ein alpiner Abstieg mit Seilsicherung wegen der ca. 75 Grad steilen Böschung unabdingbar. Der für das Einsetzen der Boote bewährte Schrägaufzug war nicht mehr benutzbar, da seine Schienen weit über der Wasseroberfläche endeten.

Die erreichte relativ geringe km-Zahl erklärt sich daraus, dass wegen des niedrigen Wasserstandes die Seitentäler nur eingeschränkt oder überhaupt nicht zu befahren waren. Trotzdem ein schönes Erlebnis zum Ausklang des Wanderruderns.

Erste-Hilfe-Seminar

Die Alten Herren waren schon länger an der Frage interessiert „Was kann ein Senior im Notfall noch an Erster Hilfe leisten? “ Deshalb wurde der Arbeiter-Samariter-Bund zu einem entsprechenden Kurz-Seminar eingeladen. Dieses erfolgte am 22.11. in unseren Klubräumen vor fast kompletter Mannschaft.

Der Vortragende informierte, unterstützt von sehr aussagekräftigen Lichtbildern, sachlich und überzeugend über die häufigsten Erkrankungen und Unfälle, die eine schnelle Hilfe bis zum Eintreffen der Rettungskräfte erfordern.

Fazit: Auch ein gesundheitlich eingeschränkter Senior kann Ersthelfer sein. Dabei sollten folgende Punkte beachtet werden:

- Auf Sicherheit achten und ggf. absichern.
- „Hilfe“ rufen: Umfeld alarmieren.
- Aus dem Gefahrenbereich retten.
- Überblick verschaffen.
- Den Patienten ansprechen, Atmung u. Puls prüfen.
- Notruf 112 veranlassen.
- Dabei ruhig und sachlich über Ort, Geschehen und Befinden des Patienten Auskunft geben.
- Bei dem Hilfsbedürftigen bleiben, ihn beruhigen und gut zureden.
- Keine Angst haben, nach bestem Wissen und Gewissen handeln! Man kann dann eigentlich nichts falsch machen!
- Aber sich auch nicht selbst gefährden!

Die Zuhörerschaft war sehr zufrieden über die Art des Vortages und der dabei neu gewonnenen Erkenntnisse.

Wintertraining

Dass nun wieder im renovierten Ruderbecken der Tunicahaalle trainiert wurde, ist selbstverständlich. Dabei stellten die Aktiven fest, dass die von unseren Ruderkameraden abgeschliffenen, neu lackierten alten Riemen wieder voll funktionsfähig sind. Natürlich wurde bei entsprechender Witterung – an einigen Tagen herrlich—weiter auf der Oker gerudert.



Aktivposten im Ruderbecken: die Altherrenschaft. Foto: Heribert Schneidereit

Lichtbildervortrag

Zum Jahresabschluss berichtete Ingo Beckmerhagen am 13. Dezember über seine Reisen zu den Inseln Island und Hawaii mit einer sehr schönen Lichtbilder-Show.


Foto: Ingo Beckmerhagen

Blick in die Zukunft

Über das Jahr hinweg hat sich anlässlich des Donnerstags-Rudern am Vormittag eine neue Gruppierung aus aktiven Seniorinnen und Alten Herren zusammengefunden. Diese gilt es zu pflegen und zu festigen, um künftig allen Klubmitgliedern, weiblichen und männlichen Geschlechts, die in den wohlverdienten Ruhestand eingetreten sind, die Möglichkeit bieten zu können, ihren geliebten Rudersport gemeinsam in einem steten Freundeskreis ausüben zu können (Leistungsklasse Ü 63).

Bereits am Neujahrstag eröffnete Ekbert Schollmeyer im Zweier „Luise“ die Rudersaison 2012 auf der Oker. Dem wollte Jörn Zinkernagel nicht nachstehen und legte mit dem Einer „Schunter“ am 3. Januar nach.

Am 10. Januar nahmen die Ahs das Training in der Tunicahalle im renovierten Ruderbecken auf. Im Anschluss daran gab es auch wieder das erste gemeinsame Rudererfrühstück.

Braunkohlwanderung zum Tetzelstein

Da am 14. und 21. Februar die Gesellschaftsräume des Bootshauses wegen der Renovierungsarbeiten nicht nutzbar waren, wurde kurzfristig ein Ersatzprogramm für den ersten Dienstag beschlossen.



An der „Friedrich-Wilhelm-Eiche. Foto: Jürgen Reinefeld

Nach dem Training im Ruderkasten trafen wir uns um 10:30 Uhr vor dem Bootshaus zur Fahrt ins Reitlingstal im Elm. Von hier wanderten wir zum Tetzelstein.

Bei noch herrlichem Winterwetter mit schönem Schnee genossen acht Alte Herren den Aufstieg und freuten sich auf den sie erwartenden braunen Kohl. Zufrieden und mit vollem Magen war der Abstieg zu den Autos noch viel schöner. Weil es den Wanderern so gut gefallen hat, wurde schon beim Abschied vereinbart: am nächsten Dienstag ein ähnliches Programm!

Die Okerumfahrt einmal zu Fuß!

Diesmal trafen sich elf Alte Herren, um einmal die traditionelle Okerumfahrt einmal nicht per Boot, sondern auf Schusters Rappen zu absolvieren. Es ging durch die Parks und über die alten Okerwälle, dem westlichen Umflutgraben so nah wie möglich, ins Magniviertel.

Ein erster erster Halt wurde an der Gedächtnisstätte, der sogenannten Friedrich-Wilhelm -Eiche eingelegt. Der Mittagsimbiss fand im Bistro „OSCAR“ bei Charly Wunsdorfs Tochter statt. Weiter wurde dann entlang des östlichen Umflutgrabens zurück zum Bootshaus marschiert. Super!

AH-Wanderfahrt 2012

Sie ist bereits für die Zeit vom 26. August – 2. September festgelegt und vorbereitet. Unser Standort wird wieder das Hotel Zum Löwen in Strasen bei Neustrelitz sein. Von hier sind Sternfahrten im Müritz-Nationalpark, gelegen in der Mecklenburgischen Seenplatte, geplant.

Stabwechsel

Zur Jahreshauptversammlung übergab der Berichterstatter den Führungsstab des Sprechers der Altherrenschaft im Einvernehmen mit der ganzen Gruppe weiter an Rainer Fischer.

Mein herzlichen Dank an alle, die in den vergangenen Jahren immer fröhlich mitgemacht haben!

Ernst Kahe



Nachrufe

Der Inhalt dieser Seite steht nur in der Druck-
ausgabe zur Verfügung.

November auf dem Mittellandkanal. Foto: Astrid Belllgrau

Bericht über die JHV 2012

Zusammenfassung des Protokolls von Markus Zinkernagel, das im Bootshaus aushing

Beginn: 19:12 Uhr
Ende: 21:56 Uhr
Teilnehmer: 70 Stimmberechtigte
4 nicht Stimmberechtigte

Begrüßung und Eröffnung

Der Vorsitzende Harald Prade begrüßte die anwesenden Versammlungsmitglieder, insbesondere auch die Jugendlichen, zur Jahreshauptversammlung (JHV) mit Neuwahl des Vorstandes und stellte fest, dass die Einladung form- und fristgerecht erfolgt ist.

Einwände gegen die Tagesordnung wurden nicht erhoben, die Verlesung des Protokolls der außerordentlichen Mitgliederversammlung vom November 2011 wurde nicht gewünscht.

Die im November 2011 beschlossene Satzung befindet sich beim Amtsgericht, sodass die JHV auf Basis der alten Satzung durchgeführt wurde.

Bericht des Vorsitzenden

Harald Prade informierte über den aktuellen Stand des Bootshallenanbaus (Kraft- und Fitnessraum) am Maschplatz. Vorarbeiten in Form von Baumrodungen und Erarbeitung von Bodengutachten sowie baulichen Unterlagen sind erledigt. Der Bauantrag ist eingereicht, der Verein wartet auf die Baugenehmigung.

Die Finanzlage hat sich durch eine Zuwendung des Landessportbundes in Höhe von 43.000 € und durch die Spendenfreudigkeit unserer Mitglieder konsolidiert, sodass nach Vorliegen der Genehmigung mit Volldampf gestartet werden kann. Der Vorsitzende dankt allen Spendern, Helfern und Sponsoren für die aktive Mithilfe. Hierbei sind insbesondere unsere Mitglieder, die Stiftung Kleiderversorgung, die Stadt Braunschweig und der Stadtsportbund zu erwähnen.

Die Sanierung des Ruderbeckens in der Tunicahalle ist abgeschlossen. Die Stadt Braunschweig förderte die Reparaturmaßnahme mit 8.000 € und steuerte nochmals 2.000 € für den Kauf neuer Beckenskulls und -riemen bei, die inzwischen beschafft worden sind Die von den Mitgliedern renovierte Ausrüstung bleibt in Reserve.

Im Februar wurden Klubraum und Saal des Bootshauses renoviert. Die finanziellen Belastungen wurden im Wesentlichen getragen aus den Gewinnen der Vereinskantine. Große Einsatzbereitschaft beim umfangreichen Eigenanteil zeigten Helge Trenkler, Gisela Prade und Jürgen Reinefeld sowie die Familien Blanke und Bahrmann.

Die Veranda wird nach den Umbauarbeiten als Jugendraum genutzt. Viel Arbeit war nötig, um ein ordentliches Ambiente aufzubauen. Neben den Jugendlichen, die eifrig mithalfen, haben sich insbesondere Carl Stoewahse, Helge Trenkler, Gunnar Bosse

und Jürgen Reinefeld engagiert. Die noch vorhandenen Mängel in der Elektrik des Hauses hoffen wir mit einem noch nicht zugewiesenen Förderantrag der Stadt beseitigen zu können.

Es geht auch auf dem Sektor „Neuanschaffung von Booten“ weiter. Mit Hilfe einer Privatspende, einer Förderung durch die Stadt Braunschweig und einer Zuwendung durch die Stiftung Kleiderversorgung konnte ein fast neuer Einer für die jugendlichen Leistungssportler gekauft werden. Unsere Mitglieder Bernd und Christof Heidemeyer spendeten ein Boot. Wir danken allen Spendern und meinen, dass damit auf dem Rennbootsektor die Konkurrenzfähigkeit auf den Regatten gegeben ist.

Im ruderischen Bereich des Vereins gestaltete sich das Jahr 2011 zu einem Rekordjahr. Fast 98.000 Kilometer stehen zu Buche, so viel wie nie zuvor! Wir hoffen, dass die Euphorie anhält und dass in diesem Jahr die 100.000-Kilometer-Marke fällt. An dem Ergebnis beteiligten sich 140 Aktive, die zwischen zwei und 3.100 Kilometer ruderten. Mehr als 3.000 Ausfahrten sind in beiden Fahrtenbüchern vermerkt. 28 Vereinsmitglieder haben die Bedingungen des DRV-Fahrtenwettbewerbes erfüllt, 24 knackten die 1.000-Kilometer-Marke.

Besonders bemerkenswert: 206 mal war Andreas Betzler auf dem Wasser; zieht man eine mehrwöchige Eiszeit ab, bleiben nicht viele Tage, an denen Andreas die Bootshäuser nur von außen gesehen hat. Mehr als 100 Ausfahrten stehen auch bei Astrid Bellgrau, Martin Olech, Nils Ole Richter, Ole Kaminski, Gunnar Bosse, Gisela und Harald Prade zu Buche. Neue Mitglieder wie Helge Trenkler, Sabrina Krohne, Martin Reichinger und Martin Lent-Phillips bewiesen regelmäßig großen Trainingseinsatz.

Bericht des Schatzmeisters

Ullrich Blanke gab einen sehr anschaulichen Bericht über die Finanzsituation des Vereins. Den Einnahmen von 63.500 € stehen Ausgaben in Höhe von 46.250 € gegenüber. Die positive Entwicklung bei den Einnahmen ist im Wesentlichen auf Spenden, Zuschüsse und Mitgliedsbeiträge zurückzuführen. Reduzierungen bei den Ausgaben konnten insbesondere bei Energie- und Versicherungskosten und im Bereich Sonstiges erzielt werden. Für das laufende Kalenderjahr 2012 wird mit Einnahmen von 63.500 € kalkuliert. Dem stehen Ausgaben inklusive Reserven für Reparaturen und den Hallenneubau in gleicher Höhe gegenüber.

Desweiteren stellte Ulli die Finanzierung des Kraft- und Fitnessraums für die nächsten zwei Jahre vor: Die maximalen beim Landessportbund gemeldeten Projektkosten belaufen sich auf 166.000 €. Die Eigenleistungen des Vereins lägen dann bei ca. 50 Prozent (Arbeitsleistungen der Klubmitglieder und Vereinsvermögen). Wir bemühen uns, die Gesamtkosten zu verringern, um den Eigenanteil der Vereins reduzieren zu können.

Berichte der Ressortleiter

Carl Stoewahse zog ein Resümee der vergangenen Wettkampfsaison. Mit einem Deutschen Jugendmeister (Nils-Ole Richter) und mehreren Endlaufplatzierungen sowie diversen Siegen auf anderen Regatten konnten sich unsere Jugendlichen im Vorderfeld des norddeutschen Bereichs etablieren. Die Personaldecke ist dünn, um so erfreulicher können Leistungsbereitschaft und technische Fertigkeiten der wenigen Aktiven bewertet werden. So hoffen wir, dass aus dem Kinderbereich Talente nachwachsen und sich später unter den Fittichen der Trainer weiter entwickeln. Ansätze dazu sind un-

übersehbar. Auch unsere Kinder haben sich bei diversen Regatten wacker geschlagen. Die Ausstattung mit Booten und Skulls ist erheblich verbessert worden.

In gewohnt lockerer Art gab Atti Kahe ein Statement zu den Aktivitäten der Altherrenschaft ab, die nicht nur ruderisch sondern auch im kulturellen Bereich zahlreiche Unternehmungen startete. Bedauerlicherweise war dies sein letzter Bericht; er hat das Amt in jüngere Hände abgegeben. Der Vorstand dankte ihm für seine Einsatzbereitschaft. Wir werden sein integratives Handeln und seine weisen Worte vermissen.

Hans-Jürgen Wissel schilderte den aktuellen Stand bei der Erhaltung und Pflege des Gig-Boot-Bestandes. Dank seiner umsichtigen Handlungsweise sind fast alle Boote für die Saison einsatzbereit. An die Mitglieder wird appelliert, kleinere Schäden sofort zu beseitigen oder eine Schadensmeldung zu schreiben. Größere Instandhaltungsarbeiten stehen 2012 bei der Springsee und beim Okertümmler an.

Gisela Prade informierte zum Kantinengeschehen: Das Kantinenteam hat in der offenen Kantine ausgezeichnete Arbeit geleistet und auch dafür gesorgt, dass Kantine und Küche mit modernen Geräten ausgestattet sind. Ca. 1.500 Stunden sind in 2011 geleistet worden, die neue Bewirtschaftungsform ist allgemein positiv aufgenommen worden. Unser „4-Sterne-Koch-Team“ um Ingrid Ehrlichmann hat uns zu den Klubabenden und anderen zentralen Veranstaltungen mit vielfältigen kulinarischen Genüssen verwöhnt.

Nicole Sienkamp als Chefredakteurin unserer Klubzeitung erinnerte nochmals an den Termin des Redaktionsschlusses für die nächste Ausgabe. Die Zeitung wird mit Begeisterung von den Mitgliedern gelesen und hilft ein bleibendes Bild von der Normannia in anderen Klubs zu hinterlassen; sie lebt von den Beiträgen und Fotos der Mitglieder. Mögen Nicole und Gunnar Bosse nie die Ideen für eine attraktive Gestaltung ausgehen.

Ute Zerjadtke berichtete über die Aktivitäten des Montagssports und stellte mit Befriedigung fest, dass nach einem Krisenjahr mit altersbedingtem Mitgliederschwund ein Aufwärtstrend zu sehen und die Zukunft der Sportgruppe vorerst gesichert ist.

Martin Habeck stellte die aktuelle Mitgliederentwicklung dar: Am 01. Januar 2012 hatte der Ruder-Klub NORMANNIA 228 Mitglieder. Von diesen haben im vergangenen Jahr 139 am aktiven Ruderbetrieb teilgenommen. Die Verteilung auf Altersgruppen wird in Bild 1 dargestellt.

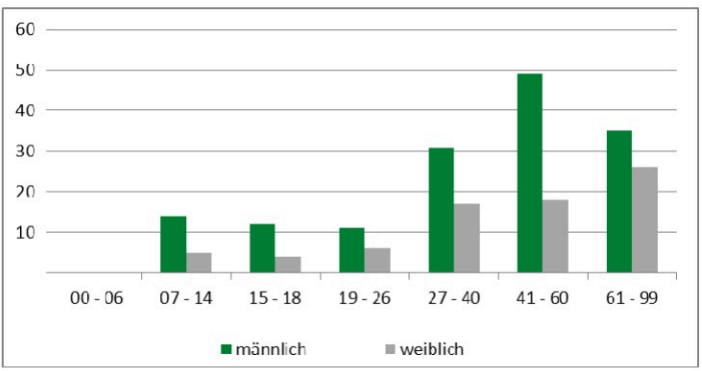


Bild 1: Altersstruktur der Mitgliedschaft zum Jahreswechsel 2011/12

Im Laufe des Jahres 2011 traten 40 Mitglieder (davon 35 Nichtruderer) aus und 26 Neumitglieder konnten gewonnen werden (hiervon sind 20 aktive Ruderer).
Bis 31. März 2012 traten schon 2 weitere Mitglieder ein, so dass der RKN aktuell 230 Mitglieder zählt.

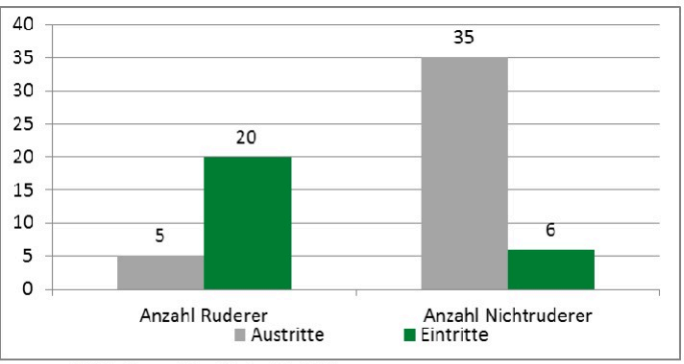


Bild 2: Ein– und Asutritte im Jahr 2011

Unsere Kindertrainer Oliver Bahrmann und Christopher Albrecht, Jugendtrainer Ulrich Kuhls und Jugendvertreter Ole Kaminski gaben nur kurze Erklärungen ab, deren Quintessenz mit „alles in Ordnung“ charakterisiert werden kann.

Das Trainingslager in Hildesheim und die Ferienaktion FIBS in Braunschweig sind vorbereitet und durch ausreichend Betreuer abgesichert.

Bericht der Rechnungsprüfer und Entlastung des Vorstands

Rita von Daggenhausen und Wolfgang Reichhold haben als Kassenprüfer die Unterlagen des Vereins geprüft und keine Anlässe für Beanstandungen festgestellt. Die Empfehlung zur Entlastung des amtierenden Vorstands wird ausgesprochen. Die Mitgliederversammlung entlastet den Vorstand ohne Gegenstimmen.

Neuwahl des Vorstandes

In geheimer Wahl wurde der Erste Vorsitzende Harald Prade mit folgendem Ergebnis wieder gewählt: 64 Ja-Stimmen, 3 Nein-Stimmen, 1 ungültige Stimme.

Die Wahl des 2. Vorsitzenden Carl Stoewahse erfolgte einstimmig per Handzeichen, die Wahl des Schatzmeisters erfolgte einstimmig per Handzeichen mit 2 Enthaltungen. Die Vorstandsmitglieder haben ihre Wahl angenommen.

Die Kassenprüfer und der erweiterte Vorstand wurden einstimmig in ihrem Amt bestätigt.

In folgenden Ressorts kommt es zu personellen Änderungen: Bei der Altherrenschaft übergibt Atti Kahe seinen Vorsitz an Rainer Fischer. Der Hauswart Reiner Kaminski übergibt sein Amt an Helge Trenkler.

Das Amt des zurückgetretenen Mohammad Eghtessad als Fahrzeugwart wird von Michael Rahf übernommen.

Die Jahreshauptversammlung wird gegen 22 Uhr mit den besten Wünschen des Vorstandes an die Mitglieder für eine weitere gemeinsame und erfolgreiche Zusammenarbeit in der Wahlperiode abgeschlossen.

Harald Prade

Neue Mitgliedsbeiträge

Die Außerordentliche Mitgliederversammlung am 11. November 2011 beschloss eine Beitragsanpassung, die am 1. Januar 2012 in Kraft trat.

Zusätzlich wurden auf der Jahreshauptversammlung am 23. März 2012 zwei weitere Änderungen beschlossen, die mit sofortiger Wirkung in Kraft traten:

- Die Beitragsstufe „Unterstützendes Mitglied“ wird in „Passives Mitglied“ umbenannt.
- Die Aufnahmegebühr wird auf den zweifachen Monatsbeitrag festgelegt. Diese ist von Neumitgliedern zu entrichten, die bisher noch keinem anderen Ruderverein / keiner anderen Ruderriege (Schule, Universität o.ä.) angehörten.

Bitte beachtet ferner folgende Hinweis:

- Die Zahlung der Beiträge sollte prinzipiell im Lastschrifteinzugsverfahren erfolgen. Die jährlichen oder halbjährlichen Zahlungen werden zum 01. Februar und 01. September fällig.
- Bitte meldet Eure Adressenänderungen, Änderungen der E-Mail-Adresse oder der Kontoverbindung kurzfristig dem Beitragskassierer. Entweder per Post an:
  - Ruder-Klub NORMANNIA, Beitragskassierer, Maschplatz 15, 38114 Braunschweig

  oder
  - per E-Mail an: normannia.de

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

Martin Habeck
Beitragskassierer

	Beitrag im ...	
Beitragsgruppe	Monat	Jahr
Kinder, Schüler, Jugendliche, Studenten, Auszubildende	10,00 €	120,00 €
2. Kind einer Familie	7,50 €	90,00 €
aktives Einzelmitglied	25,00 €	300,00 €
Ehepaar	32,00 €	384,00 €
Familie	35,00 €	420,00 €
Unterstützendes Mitglied	17,00 €	204,00 €
Auswärtiges Mitglied	10,00 €	120,00 €



Ansprech-partner

Funktion	Name	Telefon
Ehrenvorsitzender	Joachim Koch	
1. Vorsitzender und Wanderruderwart	Harald Prade	
2. Vorsitzender und Sportlicher Leiter Rudern	Dr. Carl Stoewahse	
Schatzmeister	Ullrich Blanke	
Vorsitzender der Jugendabteilung	Ole Kaminski	
Stellv. Vorsitzender der Jugendabteilung	Jasper Bosse	
Schatzmeister Jugendabteilung	Nils-Ole Richter	
Trainer	Ulrich Kuhls	
Kinderrudern	Oliver Bahrmann	
	Christopher Albrecht	
Breitensport	Frank Ehrenberg	
	Harald Prade	
Montagssport	Ute Zerjadtke	
Bootswart	Hans-Jürgen Wissel	
Fahrzeugwart	Michael Rahf	
Beitragskassierer	Martin Habeck	
Hauswart	Helge Trenkler	
Kantine	Gisela Prade	
Presse- u. Öffentlichkeitsarbeit	Dr. Carl Stoewahse	
Klubnachrichten	Nicole Sienkamp	
Altherrenschaft	Rainer Fischer	
Archiv	Ekbert Schollmeyer	
Ehrenrat	Joachim Koch	
	Herbert Markgraf	
	Erika Leitz	
	Dr. Frank von Lacroix	
	Friedrich-Wilhelm Wunsdorf	
	Ingrid Ehrlichmann	

Rudernd Akzente setzen!



So wie die Beiden hier farbliche Akzente setzen, setzt Rudern Akzente auch in Ihrem Alltag. Es verbessert körperliche Fähigkeiten wie Kraft und Ausdauer und fördert geistige Eigenschaften wie Selbstdisziplin und Willenskraft. Die Konzentrationsfähigkeit, die Körperkontrolle und das Rhythmusgefühl werden gestärkt, nervliche Anspannungen abgebaut. Egal, ob jung oder alt: Leben Sie ihren Leistungs- und Bewegungsdrang aus – unter netten Leuten und in freier Natur. Willkommen im Ruder-Klub „Normannia“!

www.rk-normannia.de