Ruder-Klub „Normannia“ e. V. Braunschweig

Klubnachrichten

Jahrbuch 2025



Impressum

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

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

Mitarbeit:
Der Vorstand & Friederike Thöns

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

Design:
Sebastian Schollmeyer

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

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

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

www.rk-normannia.de

Titelfoto:
Hermine und Felix bei den Finals in Dresden mit ihren Medaillen

Anrudern 2026

Einladung zum Saisonauftakt

Liebe Klubmitglieder,

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

Sonntag, 26. April 2026, um 11:00 Uhr

Programm:

- Begrüßung
- Ehrung langjähriger Klubmitglieder
- Ehrung der Kilometermeister
- Vorstellung der Trainingsruderer 2026
- Bootstaufe
- Ablegen der Boote für die Auffahrt

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

Ullrich Blanke, Vorsitzender

Taufe vom neuen Boot „Zephir“ beim Anrudern 2025



Auf ein Wort

Liebe Mitglieder und Freunde des Vereins,

es ist mal wieder so weit, unsere Klubnachrichten sind fertiggestellt. Freut euch auf einen Rückblick auf das Jahr 2025, es warten wieder viele interessante Berichte aus dem Vorjahr auf euch.

Viele von euch haben sich mit großartigen Berichten an diesem Heft beteiligt, die Redaktion hat wieder einen ausgezeichneten Job gemacht. Damit das in den nächsten Jahren weitergeht, bitte bleibt weiter dran! Es gibt immer einige Events im Jahr zu denen uns Berichte fehlen. Jeder von euch, der an einer Wanderfahrt, an Regatten, an den Klubveranstaltungen teilgenommen hat, kann gerne einen Bericht an die Redaktion dazu schicken. Auch die Redaktion würde sich gerne verstärken, wenn ihr Interesse habt, bitte sprecht die Teammitglieder an!



Anders als in den letzten Jahren ist die Rudersaison 2026 dieses Jahr schon gestartet. Ein erfolgreiches Angebot mit Ruderergometern, Feldenkrais, Kraftraum und Rudern am Wochenende hat uns auf diese Saison bestens vorbereitet. Wenn ihr beim Stöbern in den Klubnachrichten interessante Events findet, auch in diesem Jahr ist wieder ein tolles Programm geplant! Kommt einfach dazu oder sprecht die Ansprechpartner an, um mal daran teilzunehmen.

Allen, die sich für das Vereinsleben engagieren, Danke dafür! Ohne euren Einsatz wären die vielfältigen Angebote im Klub nicht möglich. Der Redaktion für diese Klubnachrichten gilt ein besonderer Dank. Mit eurer Arbeit habt ihr euch mal wieder übertroffen!

In diesem Sinne wünschen wir allen Mitgliedern viel Spaß beim Lesen der Klubnachrichten 2025 und freuen uns schon auf die gemeinsame Rudersaison 2026 mit euch!

Mit rudersportlichen Grüßen

Ulrich Blanke

Martin Hallock 1. Vors.

Gruß aus der Redaktion



Draußen ist gerade Schovduvel und ich habe mir vorgenommen, das Vorwort der Redaktion für das diesjährige Heft zu schreiben. Flüssig, locker, ansprechend wie im letzten Jahr nur… es will einfach nicht.

Mir kommen Gedanken wie: „Hat der Ruderverein schonmal beim Schovduvel mitgemacht? Wie würde der Wagen aussehen?“

Da bleibe ich mal kurz hängen: wie würde der Wagen bei uns aussehen? Ein Ruderboot auf Sand, weil die Oker langsam versandet? Oder ein Ruderboot, welches von Teichrosen-Tentakeln festgehalten wird und die Ruderer sich im Boot abmühen, aber nicht vom Fleck kommen? Oder ein Ruderboot, welches auf dem Kanal die Wahl hat sich von einer Riesenwelle oder einem Riesenboot verschlucken zu lassen?

Oder würden wir Werbung in eigener Sache machen: es sitzen sehr sportliche, durchaus ältere Ruderer beider Geschlechter im Boot, die mit Freude und Kraft und Energie das Boot nur so sausen lassen? Dieser Gedanke ist ja eine Tatsache: bei uns gibt es viele aktive Ruderer im höheren Alter (wobei ich das Alter bewusst nicht definiere, es darf jeder entscheiden, ob er sich angesprochen fühlen möchte), die mindestens einmal die Woche ins Boot steigen oder aufs Ergometer gehen. Und jeder Arzt wird das bestätigen: Rudern ist ein sehr gesunder Sport, weil er die Gelenke schont und gleichzeitig den ganzen Körper (inkl. Gehirn – man denke an den komplexen Bewegungsablauf!) beansprucht.

Jeder weiß: jeder Ruderschlag will aufmerksam vom Gehirn bewusst ausgeführt sein, wenn man träumt… zack, war der Schlag schlecht! Man kommt nicht gut aus oder ins Wasser, man rollt zu schnell oder langsam, man hält sich nicht an den Schlagmann oder hat blutige Hände.

Meine Gedanken gehen wieder zum Stichwort „Alter“ und ich frage mich: Wie jung ist das jüngste aktive Mitglied im Verein? Wie „alt“ das älteste Mitglied? Na klar, da ist unser Schatzmeister ein guter Ansprechpartner und was kommt raus? Ich gebe Euch einen Tipp: zwischen den beiden liegen 84 Jahre!

Ja, Ihr habt richtig gelesen (und vielleicht auch richtig geraten), die Antwort auf meine Frage sind 5 und 89! Das bedeutet: aus unserem Verein ist jemand 1951 eingetreten und immer noch dabei. Seit 75 Jahren Mitglied im Verein! Wow, das ist doch bestimmt Vereinsrekord bei uns…

Eine weitere „verrückte“ Frage wurde noch an den Schatzmeister gestellt (ist ja gerade Schovduvel, da darf man das): auf wieviel Jahre Vereinsmitgliedschaft kommen alle Vereinsmitglieder insgesamt? Auf stolze 3796 Jahre! Mehr Jahre als das Christentum alt ist, ist mein erster Gedanke. Und, oh nein, ich muss es anders sagen: 3795 plus 1! Ansonsten landen wir bei einer Zahl, die in Braunschweig gar nicht gerne ausgesprochen wird und das hat auch mit Sport zu tun. Meinen manche Sportfans.

Ich lese mir den Artikel durch und denke: geschafft, die Seite für das Vorwort ist voll! Auf geht´s, liebe Ruderer, jetzt beginnt wieder die Lesereise zu allen wichtigen Ruderschauplätzen und schönen Ruder-Nebenschauplätzen, an denen im Jahr 2025 die Ruderer des Vereins waren.

Euer Redaktionsteam wünscht Euch einen schönen Lesegenuss!

Inhalt

RKN 2025 – Der sportliche Jahresrückblick 6
Glänzender Start in die Rudersaison 2025 9
Otterndorfer Ruder-Regatta 11
Kölner Junioren-Regatta 12
2. Internationale DRV-Junioren-Regatta in Hamburg 13
Deutsche Jahrgangs- und 15
Juniorenmeisterschaft 2025 15
Qualifikation auf dem Landesentscheid in Schwerin 17
Niedersächsische Landesmeisterschaften in Wolfsburg 19
Normannia international 20
Celler Ruderregatta 24
Herbst Regatta in Hannover 26
Ruderfibel: Ruderbefehle – 27
Pfingstwanderfahrt in Lübeck 29
Vogalonga – Venedig per Boot 31
Rudern entlang der Englischen Ostküste 34
Jugendwanderfahrt 38
Was für ein Erlebnis – unsere erste Lehrwanderfahrt 40
Wikinger-Sternfahrt 2025 42
Auf dem S(pr)eeweg durchs Regierungsviertel – 45
Das Jahr 2025 bei den Alten Herren 47
Schön war die Zeit – für Jill und Ingo 49
Skat- und Rommé-Turnier 50
Projekt Kraft- und Jugendraum 51
Spaghetti-Essen 2025 53
Schön, dass ihr dabei seid! 54
Vereinskleidung 55
Sportversicherung 55
Mitgliedsbeiträge 56
Ansprechpartner 57
Termine 2026 58
Stellenanzeige: Redakteur (m/w/d) für Klubnachrichten 59
Sommerprogramm 2026 60

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

RKN 2025 – Der sportliche Jahresrückblick

Das Jahr 2025 war für den Ruderklub Normannia Braunschweig erneut ein besonderes Jahr. Auf nationaler wie internationaler Bühne präsentierten sich unsere Ruderinnen und Ruderer in ausgezeichneter Form und bestätigten eindrucksvoll die kontinuierliche sportliche Entwicklung des Vereins. Nachfolgend ein kurzer Auszug aus den vielen Höhepunkten eines erneut sehr erfolgreichen RKN-Jahres.

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

Bei den Landesmeisterschaften Niedersachsen in Wolfsburg zeigten sich die Ruderinnen und Ruderer des RKN in Bestform. Besonders hervorzuheben sind Greta Erdmann und Anje Mathilde Thöns, die jeweils gleich dreifach den Landesmeistertitel erringen konnten. Ida Brandhorst ergänzte die Erfolgsbilanz mit zwei Landesmeistertiteln und unterstrich damit ihre starke Entwicklung im Juniorinnenbereich.



Greta und Anje nach ihrem Sieg im Doppelzweier

Auch auf Bundesebene wusste der RKN zu überzeugen. Bei den Deutschen Jugendmeisterschaften in Köln erreichten Greta und Anje in Renngemeinschaft einen hervorragenden dritten Platz im Doppelvierer.



Ida nach ihrem gewonnenen Meisterschaftsrennen im Einer.

Bei den Deutschen Kleinbootmeisterschaften in Brandenburg setzte Hermine Krumbein ein sportliches Ausrufezeichen. Gemeinsam mit ihrem Partner gewann sie Gold im PR3 Mix-Doppelzweier. Felix Heinrich zeigte ebenfalls eine starke Leistung und erreichte im Einer einen ausgezeichneten dritten Platz im Finale, siehe auch den separaten Artikel.

Auch bei den Deutschen Masters-Meisterschaften in Krefeld war der RKN wieder erfolgreich vertreten. Carl Stoewahse wurde gleich zweimal Deutscher Master-Meister – im Achter sowie im Vierer ohne Steuermann, jeweils in Renngemeinschaft – und bestätigte damit die anhaltende Leistungsstärke des RKN im Mastersbereich.



Carl mit seine 8er Crew bei der Siegerehrung

Auch bei den Finals in Dresden war der RKN fast wie selbstverständlich vertreten – mit Hermine und Felix. Mit der Goldmedaille für Hermine im Mix-Inklusions-Doppelzweier sowie Silber für Felix im Einer zeigte sich der RKN erneut fast schon erwartungsgemäß in der nationalen Spitze.



Internationale Highlights: Weltcup, EM und WM auf höchstem Niveau

Auf internationaler Bühne ragte auch 2025 erneut Hermine heraus. Bei den Weltcup-Regatten in Varese und Luzern gewann sie jeweils die Goldmedaille im PR3 Mix-Doppelzweier und setzte damit ein weiteres Ausrufezeichen im internationalen Para-Rudersport.

Felix vertrat den RKN ebenfalls auf höchstem internationalem Niveau. Bei den Weltcups in Varese und Luzern erreichte er mehrere vierte Plätze im Doppelvierer und im Einer. Bei den Europameisterschaften in Plovdiv belegte er mit dem deutschen Doppelvierer einen starken fünften Platz im Finale.

Den internationalen Saisonhöhepunkt bildeten die Ruder-Weltmeisterschaften in Shanghai. Hermine gewann dort die Bronzemedaille im PR3 Mix-Vierer mit Steuermann und fügte ihrer beeindruckenden Karriere eine WM-Medaille hinzu. Felix erreichte mit dem Deutschen Doppelvierer erneut einen fünften Platz im WM-Finale und bestätigte damit seine Position im Kreis der internationalen Spitzenruderer.


Bronze bei der WM in Shanghai im PR3 Mix Vierer für Hermine!


Felix und Co bei der Vorbereitung auf die Ruder-WM mit Trainer Francesco Fossi

Jugendarbeit FiBS, Master und Breitensport

Ein zentraler und unverzichtbarer Bestandteil der Vereinsarbeit blieb auch 2025 die Jugendarbeit. Wie in den Vorjahren beteiligte sich die Jugendabteilung des RKN erneut erfolgreich am städtischen Ferienprogramm „Ferien in Braunschweig“ (FiBS)

und leistete damit einen wichtigen Beitrag zur Nachwuchsgewinnung und nachhaltigen Entwicklung des Vereins.



Kids beim Ruder-Klub Normannia im Rahmen der FiBS Aktion

Auch im Breitensport und Mastersbereich zeigte der RKN wiederholt seine Stärke. Beim Head of the River Leine verteidigte der Thuner-Master-Stuhlkreis-Achter erneut erfolgreich seinen Titel. Auch beim Fari-Cup in Hamburg präsentierte sich unser Verein mit einem großen Aufgebot u. a. in unserem frisch getauften, neuen Achter „Joachim Koch“ und mehreren Podestplätzen als geschlossene und leistungsfähige Gemeinschaft.

Ein herzliches Dankeschön und Ausblick

Diese sportlichen Erfolge wären ohne das außergewöhnliche Engagement unserer Trainerinnen und Trainer sowie vieler ehrenamtlicher Aktiver nicht möglich gewesen. Ein besonderer Dank gilt Ulli Kuhls, Henry Gieseler, Oliver Bahrmann, Klaus-Jo Arndt, Ute Zerjadtke, Ulli Blanke, Christoph Zorn sowie allen weiteren Unterstützerinnen und Unterstützern. Ihr unermüdlicher Einsatz, großer Ehrgeiz und die investierte Zeit bilden das Fundament für die sportlichen Erfolge des RKN.

Bei der Sportlerehrung der Stadt Braunschweig für Leistungen in 2025 waren erstmalig 5 Normannia Sportler beteiligt! Ein Rekord. Geehrt wurden Anje, Greta, Carl, Hermine und Felix. Felix und Hermine konnten leider, bedingt durch Trainingslager, nicht dabei sein.





An dieser Stelle ein ganz besonders großes Dankeschön an Henry Gieseler, der die Aufgabe des Kindertrainers leider nicht weiter ausfüllen kann. Mit viel Engagement und Herzblut hat er die Kinder begleitet und geprägt. Sabrina Wehmeyer und ihr Team werden nun in der neuen Saison versuchen, diese Lücke zu schließen.

Danke, Henry!



Henry und seine Crew vor dem Abflug ins Trainingslager nach Edinborough

Mit Blick auf die kommende Saison blickt der Ruderklub Normannia Braunschweig voller Zuversicht nach vorn. Die Leistungen des Jahres 2025 sind Ansporn und Verpflichtung zugleich.

Auf eine erfolgreiche Saison 2026!

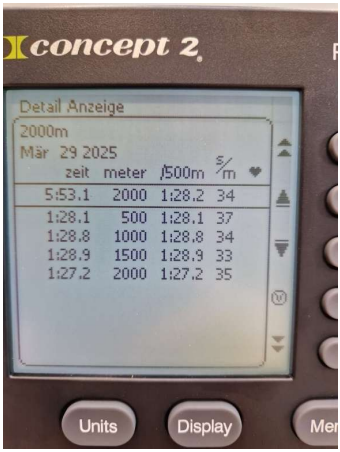
Ingo Pfaff

Glänzender Start in die Ruder-saison 2025

Leipziger Langstrecke

Die Rudersaison 2025 konnte kaum besser für Braunschweigs Ruderer starten! Es ging bereits Ende März los. In Leipzig fand die sogenannte Langstrecke statt, bei der die Athleten 6000 m alleine gegen die Uhr fahren. Dies ist ein für Kaderathleten verpflichtender Termin. Alle diejenigen, die für Deutschland international starten möchten, müssen dort teilnehmen, es sei denn, sie sind krank oder verletzt. Die Langstrecke ist mit einem 2000-m-Ergometer-Test verknüpft, der am Tag zuvor stattfindet. Für den Ruder-Klub „Normannia“ waren Hermine und Felix am Start, die auch schon international auf sich aufmerksam machen konnten. Hermine gewann bereits Bronze bei den Paralympics 2024 im Mixed-Doppelzweier und Felix gewann WM Gold im U23 -Doppelvierer. Felix konnte sich bei den Skullern auf dem Ergometer durchsetzen und belegte Platz eins, und das bei 45 Teilnehmern aus der deutschen Elite!

Er erzielte dabei mit 5:53,1 Minuten eine hervorragende Bestzeit.



Auch auf der Langstrecke konnte er zeigen, dass er in guter Form war. Mit seinem zweiten Platz in einer Zeit von 22:11 Minuten war er sehr zufrieden, zumal er sich gegen 44 andere Ruderer durchsetzen musste. Hermine gewann auf der Langstrecke mit ihrem Zweierpartner Jan Helmich aus Dortmund in einer Zeit von 23:38 Minuten auf der Langstrecke.



Hermine und Jan auf dem Weg zum Sieg auf der Langstrecke

Beides war schon eine sehr solide Grundlage für die Deutschen Kleinbootmeisterschaften, die Mitte April in Brandenburg an der Havel stattfanden. Das größte Teilnehmerfeld war mit 43 Booten das des Herren-Einers. Insgesamt waren vier Rennen zu bestreiten, angefangen vom Vorlauf, dem Viertelfinale, dem Halbfinale und schließlich dem Finale. Und hier war für Felix das erklärte Ziel, in das A-Finale der besten 6 zu kommen. Und das ist ihm souverän gelungen. Gerne hätte er für sich die Meisterschaftskette gesichert, aber Routinier Marc Weber und Oliver Holst waren etwas schneller. Am Ende war es Platz drei, der mit Bronze belohnt wurde. Felix war mit dem Ergebnis sehr zufrieden.

Das Feld der Boote im Para-Mixed-Doppelzweier war weniger groß. Aber es waren vier starke Boote am Start, darunter Hermine mit Zweierpartner Jan

Helmich aus Dortmund. Sie wurden ihrer Favoritenrolle gerecht und gewannen verdient die Goldmedaille.



Oliver Holz, Marc Weber und Felix bei der Siegerehrung

Beide Normannia Athleten haben mit ihren guten Leistungen Ausrufezeichen gesetzt und sie wurden für die anstehenden internationalen Aufgaben vorgesehen, die EM in Plovdiv und die Welt-Cups in Varese und Luzern.



Hermine und Jan Helmich bei der Siegerehrung

Und natürlich träumten sie auch davon, bei der WM in Shanghai starten zu dürfen.

Ralf Heinrich



Hermine, Jan und Felix mit Hermines Mutter und „Opi"

Otterndorfer Ruder-Regatta



Der Sonnenuntergang in Ottendorf am Freitagabend

Nach dem Saisonauftakt in Bremen ging es am 17. und 18. Mai direkt weiter zur Ottendorfer Ruderregatta. Am Freitagnachmittag brachen wir mit einem vollbeladenen Anhänger auf. Mit dabei waren fünf Senioren, vier Junioren, vier Kinder und unsere Trainer Olli und Henry.

Henrik startete stark im Junioren-A-Einer und belegte einen hervorragenden zweiten Platz. Kurz darauf sicherte sich Lucas den ersten Platz im Masters-Einer. Jakob und Henrik setzten diesen Erfolg fort und gewannen ebenfalls im Senioren-Doppelzweier. Auch die Junioren Mats und Bohdan konnten überzeugen und erreichten im Junioren-A-Doppelzweier den zweiten Platz. Weitere Highlights am Samstag waren Siege im offenen Doppelvierer von Jan Hinnerk, Adrian, Lucas und Dominik, ein Sieg im Männer-Doppelzweier und weitere Siege in den Senioren-Einern unter anderem von Jakob. Auch die Kinder konnten überzeugen. Konstantin gewann das Rennen im leichten Jungen-Einer, während Erik den zweiten Platz im Jungen-Einer belegte. Aufgrund des starken Gegenwinds wurde am Samstagnachmittag entschieden, die Langstrecke entgegen der ursprünglichen Fahrtrichtung zu starten. Der Start erfolgte am Steg, und die Kinder sowie die Boote mit Anhängern wurden am Ziel eingesammelt. Immo und Theo siegten im leichten Jungen-Doppelzweier auf der Langstrecke.



Jakob im Endspurt im Senior Einer



Das Alljährliche Chaos am Steg vor den Rennen

Am Sonntag setzten Jakob, Dominik und Lucas ihre Siegesserie im Senioren-Einer fort, während Konstantin im Leichten Kinder-Einer triumphierte. Auch

in den Mannschaftsbooten zeigten wir starke Leistungen. Jakob und Henrik sicherten sich den Sieg im Senioren-Doppelzweier über 1000 m, während Theo und Immo im Kinder-Doppelzweier über 500 m erfolgreich waren. Zum Abschluss einer äußerst erfolgreichen Regatta siegten Lucas und Adrian im Senioren-Doppelzweier über 500 m im Sprint. Nach einem anstrengenden, aber erfolgreichen Wochenende traten wir erschöpft, aber sehr zufrieden die Heimreise an.

Dominik Stern

Kölner Junioren-Regatta



Ida nach ihrem Sieg am Sonntag (Foto: Ulli Kuhls)

Parallel zur Regatta in Otterndorf fand am Wochenende des 17. und 18. Mai die Junioren-Regatta in Köln statt, zu der Ulli alle, die bei der DJM starten wollten, begleitete.

So fuhren wir am Freitag in kleiner Besetzung mit einem Leihwagen los in Richtung Köln, während der Vereinsbus sich voll beladen nach Otterndorf aufmachte.

Vor Ort konnten wir dann zum ersten Mal den Regattaplatz und die Strecke erkunden, wo fünf Wochen später die Deutsche Meisterschaft stattfinden sollte.

Untergekommen sind wir dieses Mal nicht wie sonst üblich in einer Turnhalle oder einem Ruderklub, sondern in einer kleinen Jugendherberge. Überdurchschnittlich erholt konnten wir also am Samstag in den ersten Regattatag starten.

Das erste Rennen bestritten Ida und Nora morgens im leichten B-Doppelzweier. Leider hatten die beiden bei der Setzung die stärkste Abteilung erwischt und kamen so trotz einer guten Zeit als fünfte ins Ziel. Kurz darauf ging es auch für Greta und Anje im A-Doppelzweier an den Start, wobei sie sich einen dritten Platz erruderten.

Nach einer kurzen Pause stand für Ida mittags schon das zweite Rennen im Einer an, wo auch sie einen dritten Platz erreichte.

Auch Greta und Anje gingen am Nachmittag jeweils im leichten Einer an den Start. Für Anje war dies das erste leichte Einerrennen der Saison. Ganz im Sinne des Teamgeistes starteten wir allerdings in unterschiedlichen Abteilungen.

Dabei belegte Greta einen fünften Platz und Anje konnte ihr Rennen klar für sich entscheiden. Da die Rennen für uns schon relativ früh durch waren und Greta am Abend für ein Konzert abreisen musste, entschieden wir uns dafür, die verbleibende Zeit für ein bisschen Sightseeing am Kölner Dom zu nutzen, bevor wir Greta zum Bahnhof brachten.

Die Rennen am Sonntag wurden nach dem Ranglistenprinzip gesetzt, also nach den Ergebnissen des Vortags, so dass alle Boote mit den gleichen Platzierungen aus verschiedenen Abteilungen am Sonntag zusammen in einem Rennen starteten.



Anje nach ihrem Sieg am Sonntag

Als erstes war auch wie am Samstag der leichte Doppelzweier mit Ida und Nora dran, welche in der vierten Abteilung starteten und sich dort einen zweiten Platz sichern konnten.

Kurz danach konnte sich Ida aber im Einer in der zweiten Abteilung einen Sieg errudern! Das letzte Rennen ruderte Anje im Einer in der ersten Abteilung, wo sie insgesamt einen fünften Platz belegte.

Da wir schon am frühen Nachmittag mit allem fertig waren, konnten wir uns ganz entspannt auf den Weg zurück nach Braunschweig machen. So war es nicht nur ein schönes Regattawochenende für uns, sondern auch eine gute Vorbereitung für die kommende Deutsche Meisterschaft in Köln.

Anje Thöns

2. Internationale DRV-Junioren-Regatta in Hamburg

Wie auch in den letzten Jahren sind wir am ersten Maiwochenende nach Hamburg gefahren, um dort an der internationalen DRV-Junioren-Regatta teilzunehmen. Als letzte Regatta vor der Deutschen Meisterschaft ist sie für die Teilnehmerinnen nochmal ein wichtiger Weg um einzuschätzen, wo man im Feld steht.

Freitag nachmittags kamen wir als kleine Runde mit nur vier Sportlern und zwei Trainern an der Regattastrecke an. Nach dem Aufriggern der Boote und einer kurzen Trainingseinheit sind wir zum Biller Ruder-Club gefahren, der uns auch in den letzten Jahren während Regatten freundlicherweise eine Übernachtungsmöglichkeit geboten hat.

Samstagmorgen ging es früh weiter, denn wir waren direkt im zweiten Rennen des Tages vertreten und sollten uns vor dem Regattastart noch einmal wachrudern. Große Erfolge konnten wir am Samstag leider nicht erzielen, mit Platzierungen vom 3. bis zum 7. Platz in unseren Einer- und Doppelzweierrennen, wobei am erfolgreichsten Ida mit ihrem knappen 3. Platz im Einer war. Die Hoffnung auf eine Medaille für den Sonntag war da aber bei weitem noch nicht verloren, da an den beiden Tagen die Rennen unterschiedlich gesetzt werden. Am Samstag wird ausgelost, wer gegen wen fährt, am Sonntag wird sich nach den Ergebnissen des Vortages gerichtet, damit in den unterschiedlichen Läufen die Sportler*innen ungefähr gleich schnell sind. Samstagabend sind noch Anje und Jan Hinnerk zu uns dazugestoßen, um den zweiten Regattatag mit uns gemeinsam zu bestreiten.

Sonntagmorgens ging es also wieder zur Regattastrecke, um fast dieselben Rennen wie am Vortag zu bestreiten, mit dem Unterschied, dass Anje auch im Einer und Doppelzweier antrat und dass Mats uns schon morgens nach seinem Zweierrennen verlassen musste. Trotz des unangenehmen Seitenwindes konnten wir im Laufe des Tages ganze drei Rennen für uns entscheiden, einmal Ida und Anje in ihren Einern und Anje und ich in unserem Doppelzweier. Alle gewonnenen Rennen waren zwar in einem zweiten Lauf gefahren worden, was theoretisch bedeutet, dass am Samstag jeweils sechs Boote noch schneller waren. Die Hoffnung auf das A-Finale bei den Deutschen war allerdings noch nicht verloren. Denn Anje wurde wegen ihres Fehlens am Samstag für beide Rennen automatisch in den zweiten Lauf gelegt und wir waren alle schneller als einige Boote im ersten Lauf unserer Rennen. So konnten wir motiviert ins letzte Training vor den Deutschen gehen.

Greta Erdmann



Anje nach ihrem Sieg im Einer



Ida am Siegersteg



Startanlage in Hamburg

Deutsche Jahrgangs- und Juniorenmeisterschaft 2025

Am Mittwoch, den 18. Juni war es endlich soweit- wir fuhren zur Deutschen Jahrgangs- und Juniorenmeisterschaft nach Köln!

Mit dabei waren Ida im leichten B-Juniorinnen Einer, Greta und Anje im leichten A-Juniorinnen Doppelvierer und das Trainerteam mit Ulli und Henry. So hatten wir mit drei Sportlerinnen und zwei Trainern fast den Luxus einer 1:1-Betreuung.

Der Doppelvierer setzte sich aus einer Renngemeinschaft mit Julika Grünewald vom Marbacher Ruderverein und Barbara Schöckle vom Ruderclub Nürtingen zusammen. Diese Besetzung hatte sich allerdings sehr kurzfristig ergeben, da wir erst Ende Mai nach der Regatta in Hamburg von der Nürtinger Trainerin angefragt wurden. Um diesen Vierer für die Meisterschaft „Probe zu fahren“ und zu trainieren, sind Greta und Anje 2 Wochen vor der DJM für ein gemeinsames Trainingswochenende nach Marbach gefahren. Dort wurde dann trotz der knappen gemeinsamen Vorbereitungszeit entschieden, den Doppelvierer für die Meisterschaft zu melden.

Obwohl Ida in der Saison viel Doppelzweier in Renngemeinschaft mit Nora Brandt aus dem Hannoverschen Ruder-Club gefahren war, wurde entschieden, diese für die Meisterschaft nicht weiter zu führen, und Ida stattdessen im Einer zu melden.

Als wir am Mittwochnachmittag in Köln ankamen, begannen wir direkt mit den ersten Vorbereitungen. Nachdem die Boote aufgeriggert waren, ging es für eine erste Einheit aufs Wasser, um sich im Vierer wieder zusammenzufinden und sich an die Strecke zu gewöhnen. Da bereits am Mittwoch die Temperaturen sehr hoch waren und die ersten Vorläufe schon am Donnerstag stattfanden, fiel diese Einheit eher kurz aus. Leider bahnte sich bei Ida eine Erkältung an, weshalb sie die meiste Zeit nutzte, um sich auszuruhen.

Im Anschluss fuhren wir zu unserer Unterkunft, einer sehr gemütlichen Ferienwohnung unter Palmen und machten uns auf die Suche nach einem Restaurant im Ort.

Obwohl unsere Vorläufe am Donnerstag erst mittags und nachmittags angesetzt waren, ging es für uns schon deutlich früher zurück zur Strecke, um noch einmal vorher zusammen aufs Wasser zu gehen.

Später bestritt dann Ida ihr erstes Meisterschaftsrennen als Juniorin und Greta und Anje gingen das erste Mal in dieser Bootsbesetzung an den Start. Leider reichte es in beiden Rennen nicht für eine direkte Qualifizierung für die nächste Runde, was für uns alle den Start im Hoffnungslauf am Freitag bedeutete. Dennoch waren wir gerade im Doppelvierer sehr zufrieden und motiviert für das nächste Rennen.

Kurz nach unseren Vorläufen kam Jan Hinnerk als „Regatta-Touri“ in Köln an, da er sich dazu bereit erklärt hatte, das Wochenende fotografisch festzuhalten. Im Anschluss sind wir dann mit erweiterter Gruppe essen gegangen.

Der Freitag verlief sehr ähnlich zum Vortag; Die Rennen waren zu ähnlichen Zeiten angesetzt und wir nutzten den Vormittag wieder, um eine kleine Runde rudern zu gehen. Aufgrund der zunehmenden Hitze, wurden die Rennen ab der Mittagszeit um eine Stunde nach hinten verlegt, was das Warten auf den Hoffnungslauf noch weiter erschwerte. Ida ging es zudem leider immer noch nicht wieder besser, trotzdem wollte sie sich im Hoffnungslauf versuchen. Am Ende reichte es bei ihr aber leider nur für einen Vierten Platz, womit sie sich nicht für das Halbfinale qualifizieren konnte. So hatte Ida aber die restlichen Tage ausreichend Zeit, um sich zu erholen, fleißig zu inhalieren und den restlichen Regattabetrieb zu genießen.



Ida in ihrem Vorlauf am Donnerstag (Foto: meinruderbild)

Da im leichten A-Juniorinnen Doppelvierer weniger Boote gemeldet waren, als in den Kleinbootklassen, entschied der Hoffnungslauf bei uns nicht über den Einzug ins Halbfinale, sondern bestimmte bereits die Besetzung des Finales. Dabei gelang es uns, als zweites Boot die Ziellinie zu überqueren, was uns den Platz am Sonntag im Rennen um die Medaillen sicherte.



Der Doppelvierer im Hoffnungslauf am Freitag

So nutzten wir den freien Samstag, um morgens zu trainieren und den restlichen Tag zu regenerieren. Um uns abends von der aufkommenden Aufregung abzulenken, haben wir uns noch einen gemütlichen Spieleabend gemacht.



„Rennvorbereitung“

Am Sonntag war dann der Finaltag gekommen- und mit ihm Temperaturen von bis zu 35 Grad im Schatten. Bereits am Vormittag war es zu unserer letzten Einheit vor dem Finalrennen eine regelrechte Herausforderung, sich auf der Trainingsstrecke zwischen den zahlreichen Schwimmern im Fühlinger See hindurch zu manövrieren.

Mit der zunehmenden Hitze nahm aber auch die Anzahl der Badegäste im und um den See weiter zu; auch über die Absperrungen des Sattelplatztes hinaus. Auf dem Wasser musste man sich nun nicht mehr nur vor Schwimmern und Paddlern in Acht nehmen, sondern auch vor Brückenspringern.

Da unser Rennen im Vierer wieder am späteren Nachmittag angesetzt war und wir schon aus der Ferienwohnung ausgezogen waren, blieb uns nichts anderes übrig, als die bleibende Zeit auf dem sonnigen Sattelplatz zu verbringen. So versuchten wir uns über kalte Duschen, Eis, viel Wasser und nasse Wickel runter zu kühlen.

Gegen viertel nach fünf ging es dann für uns das letzte Mal voller Vorfreude und Aufregung runter zum Steg und in Richtung Start.

Zunächst blieb das Finalrennen noch ziemlich knapp, doch auf der zweiten Streckenhälfte begannen sich die Plätze langsam abzusetzen.

Völlig abgekämpft kamen wir schließlich als drittes Boot über die Ziellinie und sicherten uns damit die Bronzemedaille!



Siegerehrung des Doppelvierers (Foto: Jan Hinnerk Blanke)

So durften wir zusammen mit den ersten beiden Booten am Siegersteg anlegen und dort in einem

kleinen Zelt auf die Siegerehrung warten. Als wir an der Reihe waren durften die Mannschaften nach einander auf „rotem Teppich“ einlaufen und uns wurden die Medaillen, sowie kleine Geschenkbeutel von *sebamed* überreicht.

Nach der Siegerehrung fuhren wir vom Siegersteg aus zurück zum Anlegesteg am Sattelplatz, um dort zügig aufzuräumen, abzuriggern und aufzuladen, da natürlich noch die Rückfahrt nach Braunschweig anstand. Pünktlich zur Abreise zog über Köln noch ein Sommergewitter auf, was in gewisser Hinsicht das heiße Wochenende angemessen abschloss. Insgesamt blicken wir also auf eine sehr anstrengende und warme, aber auch erfolgreiche schöne Regatta zurück.

Anje Thöns

Qualifikation auf dem Landesentscheid in Schwerin



Gruppenfoto der Athleten

Als wir mit Henry und Dominik am 6. Juni in Schwerin ankamen, luden wir erstmal unsere Boote und die Boote von Sehnde ab, die mit auf unserem Hänger gefahren wurden. Danach suchten wir zusammen mit den Beiden die Turnhalle, die wir allerdings erst gegen 21:30 Uhr beziehen konnten, da dort noch ortsansässige Vereine trainierten. Also erkundeten wir erstmal gemeinsam die Innenstadt und das in der Abenddämmerung sehr schöne Schweriner Schloss, woraufhin wir zu einem Italiener gingen, um uns für den nächsten wichtigen Tag zu stärken.

Am nächsten Tag fanden die Rennen über 3000 m statt, in denen Konsti Erster aus Niedersachsen wurde. Immo & Theo errichten einen knappen 3. Platz im Zweier.

Damit war der erste Renntag vorüber und wir fuhren sehr müde zur Turnhalle.

Am zweiten Tag war es für unsere beiden startenden Boote noch möglich, sich unter den zwei besten Booten Niedersachsens zu qualifizieren. Konsti, der den Start machte, erreichte wieder einen beachtlichen 1. Platz. Der Zweier mit Immo und Theo allerdings, der sich nur noch durch einen Sieg hätte qualifizieren können, wurde nur Zweiter und schaffte somit nicht die Qualifikation.



Immo und Theo im Doppelzweier in Schwerin



Konstantin nach seinem Sieg in Schwerin

Da nur ein Niedersächsischer Vierer der Altersklasse 13/14 Jahre in Schwerin gemeldet war konnte eine Nachmeldung erfolgen. Das gemeldete Boot sollte aus Immo, Emil, Erik, Theo und Paul als Steuermann bestehen. Somit gab es doch noch eine zweite gute Nachricht aus Schwerin und ein Projekt.

Für die knappen 3 Wochen zwischen Landesentscheid und Bundeswettbewerb erhöhte das Trainerteam um Henry, Jakob und Oli die Trainingsfrequenz deutlich.

Immer wieder wurde der Vierer auf den BW vorbereitet. Schon nach den ersten paar Tagen merkte man einen Unterschied. Das Boot wurde im Ablauf immer flüssiger und es schlichen sich nicht mehr so viele Fehler ein wie am Anfang. Es schien alles so weit zu funktionieren, doch dann kam der erste Rückschlag: Emil bekam Corona, sodass Konsti ihn für ungefähr eine Woche während des Trainings ersetzen musste. Für den Vierer bedeutete das, kein Training in BW-Besetzung und auch für Konsti einen herben Verlust von wichtigen Trainingsmöglichkeiten im Einer … Glücklicherweise kam Emil in alter Stärke zurück und wir konnten nochmal intensiv trainieren. Als wir am 26. Juni in München ankamen, begannen wir damit Turmfalke vom Lüneburger
Hänger zu nehmen. Dabei fiel uns auf, dass die Ausleger fehlten. Sie wurden wohl beim Umladen in Lüneburg vergessen. Also war die erste Aufgabe einen Leih-Vierer zu finden. Zum Glück waren die Oldenburger so nett und liehen uns ihren. Daraufhin halfen wir beim Aufriggern und testeten den Vierer direkt in der Praxis. Als wir anschließend das Versorgungszelt aufbauten, begann es heftig zu stürmen. Es stürmte über den ganzen Abend so stark, dass wir uns auf die Bänke stellten und das Zelt festhielten, damit es nicht wegflog.



Der Doppelvierer vor dem finalen Rennen in München

Nach einem köstlichen Essen (vielen Dank an Dominik und den gesamten Verband), fuhren wir zur Turnhalle und schliefen uns für den nächsten Tag aus. Am Freitag stand die Langstrecke an. Diese beendete Konsti auf Platz 15 und qualifizierte sich somit für das C-Finale. Der Vierer wurde vorletzter. Damit sollte der Vierer am Sonntag im D-Finale antreten. Am Samstag stand der Allgemeine-Zusatz-Wettbewerb an. Dabei mussten die Sportler jedes Bundeslandes in Gruppen sportliche Übungen ausführen und Punkte sammeln. Den AZW beendete Niedersachsen auf Platz 12. Gegen Abend gingen Konsti und der Vierer wieder aufs Wasser, um sich auf die anstehende Kurzstrecke am nächsten Tag vorzubereiten. Am Sonntag wurde es ernst und heiß. Bei Temperaturen von deutlich über 30 Grad fuhren andauernd Krankenwagen über den Sattelplatz, da viele Teilnehmer nach ihren Rennen dehydriert waren. Das hieß für uns, dass wir viel trinken und im Schatten stehen sollten. Dank Olli, Christian

und Jakob gelang uns dies auch gut und wir konnten uns auf die Rennen konzentrieren. Konsti machte den Anfang und erreichte einen guten 4. Platz. Der Vierer wurde im D-Finale Letzter und somit hatten wir eher gemischte Gefühle. Allerdings entspannten sich alle spätestens auf der Rückfahrt wieder und wir hatten eine lustige Fahrt im aufgeheizten Bus.

Immo, Konstantin und Theo

Niedersächsische Landesmeisterschaften in Wolfsburg

Im vergangenen August fand die 42. Allgemeine Wolfsburger Ruderregatta verbunden mit den Niedersächsischen Landesmeisterschaften statt. Am Samstag, den 30. August war zunächst wieder die Langstrecke mit einer Distanz von 1000 m dran, am Sonntag dann die Sprintdistanz mit einer Länge von 400 Metern. Ich selber nahm auch an der Regatta teil, als A–Junior und auch als Senior in einigen Rennen, um mich auf die kommende Saison vorzubereiten. Hier konnte ich gut mit dem Feld mithalten, für einen Sieg reichte es aber leider nicht.



Ida nach ihrem gewonnenen Meisterschaftsrennen im Einer.

Sehr erfolgreich hingegen war Ida in ihrem Einer, sie holte gleich mehrfach den Landesmeistertitel. Auch Anje und Greta konnten überzeugen. Sie wurden ebenfalls mehrfache Landesmeisterinnen im Doppelzweier und auch im Mixed–Doppelvierer.



Anje und Greta werden Landesmeisterinnen im Doppelzweier.

Dominik musste aufgrund einer Operation leider erneut aussetzen. Jakob sicherte sich einen starken 3. Platz im Einer im Meisterschaftsrennen auf 1000 Metern. Auch unsere Mannschaftsboote konnten überzeugen. Auf der 400-Meter-Distanz erreichte der Doppelvierer – bestehend aus Jan Hinnerk, Anje, Greta und Lucas den 3. Platz, ebenso wie der Doppelvierer mit Lucas, Jan Hinnerk, Sebastian

und Lukas. Im Doppelzweier konnten Lucas und Sebastian im Vorlauf mit einem 1. Platz auf 400 Metern überzeugen, Jakob und Hendrik mit einem 2. Platz. Neben Ida waren auch die anderen Kinder erfolgreich.



Anje und Greta werden Landesmeisterinnen im Doppelvierer

Auf der 1000-Meter-Distanz belegte Bennet im Junior-B-Einer den 2. Platz. Auf der 400-Meter-Distanz am Sonntag wurde Immo im Einer zweiter, Konstantin dritter und Theo vierter. Theo und Immo erreichten im Doppelzweier einen starken 2. Platz. Die gesteuerten Doppelvierer der Kinder erreichten ebenfalls beide einen 2. Platz auf der 400-Meter-Distanz. So fand die Regatta bei sonnigem Wetter am Sonntagnachmittag ihr Ende. Die Niedersächsischen Landesmeisterschaften im kommenden Jahr werden auf dem Salzgitter See stattfinden.



Der voll beladene Bootsanhänger für die Regatta

Johan Hertel

Normannia international

. . . und bei den Finals in Dresden



Beginnen wir einmal mit einer nationalen Veranstaltung, bevor wir in internationale Gewässer vorstoßen. Gemeint sind die „Finals“ in Dresden. Die Finals sind ein ähnliches Format wie Olympia. Vertreten sind viele Sportarten, allerdings nur Sportler aus Deutschland. Das Konzept der Finals war vergleichbar mit den Olympischen Spielen in Paris. Es wurde viel Wert auf besondere Austragungsorte gelegt - das „Speed-Climbing“ war beispielsweise direkt vor der Frauenkirche. Coastal Rowing wurde auf der Elbe

durchgeführt. Die Location für die „normalen“ Ruderer im Alberthafen war weniger spektakulär. Aber die Stimmung war trotzdem super, so wie bei allen Veranstaltungen bei den Finals. Die Dresdner haben bei der Organisation wirklich einen super Job gemacht!!

Für Normannia waren Felix und Hermine am Start. Felix fuhr den Männer-Einer und Hermine in einem Inklusions-Mixed-Doppelzweier. Den wären Hermine und Felix gerne gemeinsam gerudert, aber durch den Zeitplan war das leider nicht möglich.

Anders als bei „normalen“ Regatten fuhren immer zwei Boote gegeneinander. In der ersten Runde ging es darum, eine gute Zeit zu rudern, denn in der zweiten Runde fährt der mit der besten Zeit gegen den mit der langsamsten Zeit usw.

Der DRV schickte seine besten acht Einer-Ruderer aus dem A-Kader zu der Veranstaltung. Olli Zeidler war wegen seines Studiums allerdings nicht dabei. Felix fuhr in der ersten Runde die zweitbeste Zeit und fuhr somit in der nächsten Runde gegen den Ruderer mit der siebtbesten Zeit. Das war Yannik Sens aus Berlin, der am Ende 2,5 Sekunden hinter Felix war. Danach folgte Tom Niklas Gränitz, ebenfalls aus Berlin, den er auch schlagen konnte. Und im Finale ging es gegen Timo Strache aus Hannover. Der war einen Hauch schneller, so dass es am Ende die Silbermedaille wurde.

Da Hermine leider nicht mit Felix rudern konnte, wurde ein Zweierpartner gesucht und mit Niklas Mathias aus Mühlheim gefunden. Sie konnten Vorlauf, Halbfinale und A-Finale klar dominieren und es gab zur Belohnung die Goldmedaille.


Medaille bei den Finals


1001 PS stechen in See: Felix beim Start des A-Finals


Die Medaillengewinner bei den Herren. Von links: Felix, Timo Strache (Hannover) und Ole Hohensee (Stralsund)



Hermine und Niklas Mathias (Mühlheim) bei der Siegerehrung



Olli Holtz, Ole Hohendee. Felix und Tom Niklas Gränitz in Aktion bei der EM

International ging es los mit der **EM in Plovdiv** (Bulgarien). Die Regattabahn hat Felix noch in guter Erinnerung – Hier gewann er 2023 den WM-Titel bei der U23 WM im Doppelvierer. Und auch bei der EM startete er wieder im Doppelvierer, aber in einem völlig neu besetzten Boot. Mit einem

Durchschnittsalter von 22 kann man von einem sehr jungen Boot sprechen. Seine Mitstreiter waren während der gesamten Saison Tom Niklas Gränitz (Berlin), Ole Hohensee (Stralsund), und Oliver Holtz (Rostock). Ziel war es, wenn denn irgend möglich, das A-Finale zu erreichen. Im Vorlauf sind sie gute Dritte geworden, genauso im Semi-Finale. Damit war das Ziele A-Finale erreicht. Und in eben dem wurden sie Fünfter. Trainer Francesco Fossi war sehr zufrieden mit seinen Jungs. Er sagte beim DRV im Interview: „Die Jungs haben das richtige Mindset! Sie werden noch viel Spaß miteinander haben!“

Weiter ging es mit dem ersten **Welt-Cup in Varese**, bei dem auch Hermine im PR3 Mixed 2x teilnahm, gemeinsam mit ihrem Doppelzweier Partner Jan Helmich (Dortmund). In einem fünf Boote-Feld konnten sie sich mit einem Vorsprung von knapp sechs Sekunden klar durchsetzen. Nicht ganz so gut lief es diesmal bei Felix und Co. Leider war Schlagmann Olli Holtz ausgefallen, so dass der Ersatzmann Till Schindelhauer (Kappeln) antreten musste. In der Kombi sind sie nicht viel zusammengefahren, so dass es nicht optimal lief. So reichte es „nur“ zum B-Finale.



Fan Wilma mit Freundin Birgit feuern an!



Sieger in Varese: Hermine und Jan Helmich

Den zweiten Welt-Cup in Plovdiv ließ der DRV aus, so dass es erst beim dritten **Welt-Cup im legendären Luzern** weiterging. Diese Regatta steht jedes Jahr auf dem Programm, während die ausrichtenden Orte für die anderen Welt-Cups rotieren. Felix startete wieder im 4x, diesmal wieder mit Schlagmann Olli Holtz. Im A-Finale erreichten sie Platz 4, nur knapp hinter den Top-Mannschaften – knapp an Bronze vorbei.

Im PR3-mixed 2x konnten wieder Hermine und Jan Hellmich im vier Boote Feld triumphieren.



Unser Doppelvierer mit Felix (zweiter von links) in Aktion



Hermine und Jan Helmich siegen beim Welt-Cup in Luzern

Der Saison Höhepunkt kam dann als nächstes: Die WM in Shanghai! Hermine startete diesmal im Mixed Vierer mit Steuerfrau. Hier startete sie gemeinsam mit Kathrin Marchand (Leverkusen), Philipp Dosse (Hamburg), Marc Lembeck (Leverkusen) und Steuerfrau Inga Thoene (Ulm). Insgesamt waren 8 Boote am Start. Um in das A-Finale zu kommen mussten sie im Vorlauf mindestens Dritte werden, was ihnen auch gelang. Im Finale haben sich die Vier gegenüber dem Vorlauf deutlich gesteigert. Lange sah es so aus, als würden sie Vierte werden. Dann lieferten sie einen beherzten Endspurt ab, was mit Bronze belohnt wurde.

Das Starterfeld im Männer Doppelvierer umfasste 14 Boote. Das heißt, Felix & Co. mussten durch Vorlauf, Halbfinale und das Finale. Die Hoffnung war es natürlich, ins A-Finale zu kommen. Mit dem Sieg in ihrem Vorlauf legten sie dafür die Grundlage. Ein dritter Platz im Halbfinale katapultierte sie in das A-Finale. Ihr wesentliches Ziel war also erreicht! Beim A-Finale waren die Bedingungen, bedingt durch Seitenwind, leider nicht ganz fair . . . Es reichte aber dennoch zu Platz 5. Mit dem Ergebnis waren sie und ihr Trainer Francesco Fossi, ebenso wie Chefbundestrainer Marcus Schwarzrock sehr zufrieden.



Die glücklichen Bronze Medaillen Gewinner!



Felix und Co auf dem Weg ins A-Finale

Man kann resümieren: Hermine und Felix haben die Normannen würdig vertreten!

Ralf Heinrich

Celler Ruderregatta

Um den Spätsommer in vollen Zügen zu genießen, trieben sich die Kinder, Junioren und ein paar Senioren traditionellerweise auf der Celler Ruderregatta herum. Die Regatta wurde über eine Strecke mit drei Bahnen à 400 m Länge ausgetragen. Wie bei Ein-Tages-Regatten üblich brachen wir früh in Braunschweig auf, da unser Renntag schon um 10:00 Uhr mit dem Senioren-Doppelzweier startete. Das Wetter in Celle war gut. Ein schöner Spätsommertag, wenig Wind und der Grillgeruch von Bratwurst in der Nase. Die

Vorfreude stieg, als viele bekannte Gesichter aus der Umgebung vor Ort waren.

Den ersten Sieg für den RKN fuhren Dominik Stern und Lucas Heisel im Männer-Doppelzweier ein.



Lucas und Dominik mit dem ersten Sieg des Tages.

Die drei darauffolgenden Rennen wurden ebenso von Normannen gewonnen (Greta Erdmann, Anje Thöns, Bohdan Rybalchenko, Lucas Heisel). Theo Müller konnte sein Jungen-Einer-Rennen ebenfalls gewinnen. Danach ging es für uns erstmal in die Pause. Jetzt konnte man endlich das Grillgut auch mal probieren. Nach der Pause ging es für die Normannen erfolgreich weiter.



Greta gewinnt ihr Einer Rennen

Greta Erdmann konnte ihren Juniorinnen-Einer gewinnen und der Senioren-Doppelvierer, bestehend aus Jan Hinnerk Blanke, Dominik Stern, Lucas Heisel und meiner Wenigkeit wurde ebenfalls gewonnen. Für mich war mit diesem ersten und letzten Rennen der Regattatag auch schon abgeschlossen, ab jetzt war ich nur noch Zuschauer. Beim Zuschauen entging mir jedoch der sich fortsetzende Erfolg der Normannen nicht. Der Jungen-Vierer (Konstantin Schmidt, Theo Müller, Emil Matsyk, Immo Brandhorst und Steuermann Eric Johann Bahrmann) konnte den Regattatag abrunden und einen letzten Sieg einfahren.



Der „Jungen“ Doppelvierer in Aktion



Der Männer Doppelvierer in Aktion – auf dem Weg zum Sieg

Insgesamt war die Celler Ruderregatta eine, wie jedes Jahr, schöne Erfahrung. Das war sicherlich nicht das letzte Mal, dass wir vor Ort waren.

Jan Kottmann

Herbst Regatta in Hannover

Bei der **Herbst Sprintregatta auf dem Maschsee in Hannover** war unser Verein sehr erfolgreich vertreten. Über die **Sprintdistanzen von 300 m und 500 m** gingen unsere Boote in verschiedenen Bootsklassen an den Start und konnten dabei **insgesamt acht Siege** erringen. Die starken Leistungen spiegelten die gute Vorbereitung und den großen Einsatz aller Beteiligten wider. Den gelungenen Regattatag rundete die **Taufe durch die Riggermänner** ab – ein schöner Abschluss mit viel Freude und Teamgeist.

Mats Fölster



Theo und Immo im Doppelzweie



Jakob und Hendrik nach einem Sieg im Doppelzweier



Letzter Check vor dem Rennen



Ida in ihrem gewonnenen Einer

Ruderfibel: Ruderbefehle – sofort den richtigen Befehl

Die Steuerleute geben in jeder Situation laut und deutlich den richtigen Befehl, ohne lange zu überlegen, wie der Wortlaut für die erforderliche Wirkung ist. Dazu haben sie auch parat, mit welchem Kommando die beste gewünschte Wirkung zu erzielen ist.

Ruderbefehle bestehen aus einem Ankündigungs- und einem Ausführungsteil. Dazwischen steht im Folgenden ein Gedankenstrich. Wer Ruderbefehle erteilt, muss nach dem Ankündigungsteil so viel Pause einlegen, dass die Mannschaft sich auf das vorbereitet, was gleich danach zu tun ist. Bei einigen Ruderbefehlen hat die Mannschaft nach der Ankündigung zunächst die Stellung für die Ausführung einzunehmen.

„Mannschaft ans Boot – hebt auf!“
Der Ausführungsbefehl wird nur gegeben, wenn die am Boot versammelte Mannschaft insgesamt kräftig genug ist, das Boot sicher zu tragen und zu drehen.

„Boot drehen – Wasserseite (Bootshausseite o. ä.) hoch!“
Unbedingt darauf achten, dass die Ausleger und Dollen über den Boden geführt werden.

„Fertig zum Einsteigen – steigt ein!“
Die Ruderer greifen mit der wasserseitigen Hand beide Griffenden der Skulls oder den Riemengriff und treten mit dem wasserseitigen Fuß auf das Einsteigbrett. Bei „steigt ein“ wird mit dem landseitigen Fuß das Boot vom Steg abgestoßen.

Klarmeldung
Am Bug beginnend melden die Ruderer, sobald sie ruderbereit sind „1 fertig!“, „2 fertig!“, usw.

„Alles vorwärts – los!“
Nach der Ankündigung rollt die Mannschaft in die Auslage und legt die Blätter flach aufs Wasser. Ausführung: die Blätter werden senkrecht gedreht und der Durchzug beginnt.

„Backbord (Steuerbord) vorwärts – los!“
Durchzug nur auf einer Seite, das andere Blatt wird abgedreht mitgeführt.

„Ruder – halt!“
Ankündigung beim Blatteinsatz, Ausführungsbefehl am Ende des Durchzugs. Nach dem Schlag werden die abgedrehten Blätter über Wasser soweit bugwärts geführt, bis die Ruder senkrecht zum Boot stehen.

„Blätter – ab!“
Die Blätter werden flach aufs Wasser gelegt

„Stoppen – stoppt!“
Durch dosiertes Gegenkanten der flach liegenden Blätter schneiden diese langsam unter Wasser. Die gegengekanteten Blätter werden mit gestreckten Armen bis zur Senkrechten weitergekantet.

„Backbord (Steuerbord) stoppen – stoppt!“
Einseitiges stoppen. Alle stoppen: größte Wirkung, das Boot zum Stehen und auch den Bug zur Seite zu bringen, wenn genau in Fahrtrichtung ein Hindernis auftaucht. Schlagmann allein einseitig stoppen: wenn nach Vorwärtsrudern und »Ruder – halt!« das Boot keine volle Fahrt mehr macht, die stärkste Wirkung zum Abdrehen, beispielsweise für eine Wende oder in einer scharfen Gewässerkurve.

„Nummer 1 – Backbord (Steuerbord) vorwärts – los!“
Bugmann allein einseitig rudern: Der Bug wird wirkungsvoll in die gewünschte Richtung gebracht.

„Alles rückwärts – los!“
Aus der Rücklage, Blattstellung entgegengesetzt wie beim Vorwärtsrudern. Volle Benutzung der Rollbahn. Ankanten der Blätter während des Freilaufs.

„Wende über Backbord (Steuerbord) – los!“
Ankündigung: wie zum Rückwärtsrudern: Innenhebel am Körper, Blatt flach auf dem Wasser. Ausführung: zunächst auf der in der Ankündigung genannten Seite rückwärtsrudern, das andere Ruder beim Freilauf über Wasser mitführen, mit diesem dann aus der Auslage vorwärtsrudern und dabei das zuerst benutzte Ruder über Wasser mitführen.

„Kurze Wende über Backbord (Steuerbord) – los!“
Die das Boot stark beanspruchende Wende auf der Stelle. Ankündigung: In Grundstellung Blätter senkrecht zum Boot auf dem Wasser. Rollbahn und Beine nicht benutzen. Nur mit den Armen gleichzeitig zunächst an der aufgerufenen Seite rückwärts, auf der anderen Seite vorwärts rudern. Und so wechselnd weiter.

„Fertig zum Aussteigen – steigt aus!“
Steuermann/-frau ist vorher ausgestiegen und hält das Boot in der Mitte fest. Der wasserseitige Fuß steht auf dem Einsteigebrett. Beim Aussteigen wird das wasserseitige Ruder mit herausgenommen.

„Skulls (Riemen) – lang!“ oder „Backbord (Steuerbord) – lang!“
Vorher entweder „Ruder – halt!“ oder Hinweis an die Mannschaft, welche Situation bevorsteht. Wenn das Kommando beim Rudern kommt: Ankündigung während des Einsetzens. Ausführungsbefehl am Ende des Durchzugs. Die Ruder werden beiderseits oder nur auf der angekündigten Seite parallel zum Boot genommen und dabei festgehalten.

„Skulls (Riemen) – vor!“
Ruder aus der Längsrichtung in die Grundstellung senkrecht zum Boot führen.

„Backbord (Steuerbord) – überziehen!“
Ohne Tempowechsel auf der angekündigten Seite sehr kräftig, auf der anderen Seite mit wenig (ggf. ohne) Kraft rudern.

„Hochscheren!“
Im Freilauf werden die Innenhebel tief ins Boot gedrückt (z. B. bei hohen Wellen).

„Halbe Kraft!“
Es wird mit wenig (nahezu ohne) Kraft durchgezogen.

„Frei – weg!“
Dieses Kommando wird gegeben, um „Überziehen“, „Hochscheren“, „Halbe Kraft“ wieder aufzuheben.

Britta Blanke, Quelle: DRV-Seite Ruderbefehle – Sofort den richtigen Befehl | rudern.de

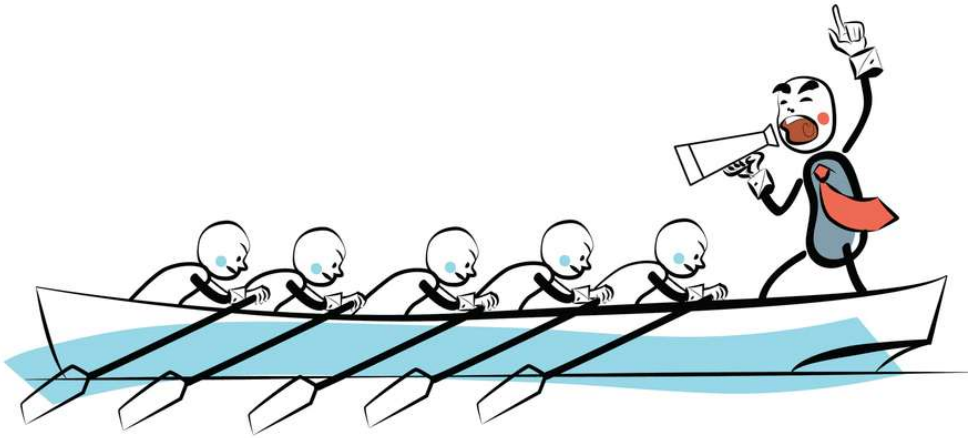


Bild: iStock

Pfingstwanderfahrt in Lübeck

Mein alter Verein, der USV TU Dresden, hatte zu Pfingsten eine Wanderfahrt in Lübeck ausgeschrieben. Man sagt, das sei eines der schönsten Ruderreviere in Deutschland, und das ist es auch tatsächlich. Da dachte ich mir, könnte man mal wieder mitfahren. Und Martin Olech, der nie eine Wanderfahrt verschmäht, war auch schnell und kurzfristig überzeugt.

So waren wir insgesamt 10 Leute, 8 aus Dresden und 2 aus Braunschweig. Die letzten Dresdner kamen übrigens wegen Autobahnsperrungen und Staus erst nachts um 1 Uhr an. Ein Hoch auf die Deutsche Bahn, die uns Braunschweiger dieses eine Mal pünktlich und zuverlässig zum Ziel brachte.



Im Wakenitz-Dschungel

Erster Rudertag: Durch den Wakenitz-Dschungel

Die Fahrt begann an Land, mit dem Schieben der Boote ca. 100 Meter auf dem Bootswagen zum Zuleitungskanal, dort setzten wir sie dann ein. Gleich nach den ersten Metern kam ein Bauchmuskeltraining, indem wir uns an der ersten Brücke flach auf den Rücken legen und dazu die Ruder lang machen mussten. Weiter ging es mit einer Rundfahrt auf der zunächst seeartigen Wakenitz, vorbei an den nicht ganz so ‚armen' Wohnvierteln von Lübeck. Vor eleganten Villen bahnten sich Mähroboter leise surrend ihre Wege zwischen den Scharen grasender Gänse.

Allmählich wurde die Wakenitz schmaler, und ein Großteil der Tagesetappe verlief durch idyllische Natur, der Fluss breit genug, um bequem steuern zu können. Wir lauschten vielen interessanten Erzählungen über die Pflanzen- und Tierwelt entlang der Ufer. Schließlich das Fährhaus Rothenhusen, und plötzlich schaukelten wir auf den endlosen Weiten des Ratzeburger Sees.

Der Wind war recht kräftig, und wir ruderten noch etwa einen Kilometer gegen Wind und Wellen, bis wir einen idyllischen Pausenplatz fanden. Nach Verzehr der selbstgemachten Wraps, Bananen und Studentenfutter ging es dann zurück.

Zweiter Rudertag: Trave aufwärts

Angesichts der regnerischen Wetterprognose setzte ein 30-prozentiger Schwund der Mannschaft ein: Eine Teilnehmerin reiste ab und zwei bevorzugten die Besichtigung des Hansemuseums, die 6 Stunden dauerte und sehr interessant gewesen sein soll. Die übrigen Allwetterruderer machten sich in neu zusammengestellten Bootsbesatzungen auf den Weg die Trave aufwärts.

Nachdem die Trave vom Kanal abzweigte, ging es wieder durch Natur bei schwacher Strömung stromauf, diesmal in offener Landschaft mit Schilfgürteln. Einen starken Regenschauer verbrachten wir unter einer Brücke, die glücklicherweise gerade im richtigen Moment kam. An der Kanustation Hamberge verbrachten wir eine ausgiebige Mittagspause, die überdachte Terrasse tat gute Dienste.



eine Runde um die Altstadt

Zurück hörte dann kurz vor Lübeck der Regen auf, so dass wir uns entschlossen, noch eine Runde um die Altstadt zu fahren, das wohl schönste Stück der Tagesetappe.



durch den Hafen

Dritter Rudertag: Trave abwärts bis Bad Schwartau

Am nächsten Tag war das Wetter wieder schön. Nach dem Frühstück ging es die Trave abwärts, durch Hafenlandschaft vorbei an großen Pötten bis zur Mündung der Schwartau. Die nächsten 2 km waren das für die Steuerleute wohl herausforderndste Stück der Wanderfahrt, immer wieder mussten quer liegende Bäume mit „Ruder lang“ umschifft werden. Innenokerfahrt und Okervango sind ein Kinderspiel dagegen.

Nach der vierten Brücke ging es dann beim besten Willen nicht mehr weiter. Auf der Rückfahrt, weil es am Vortag so schön war, noch einmal eine Runde um die Altstadt. Gegen Mittag waren wir zurück und nun hieß es Abschied nehmen.

Was wir außer Rudern noch erlebten

Das Essen natürlich. Das Abendessen am ersten Tag kochten wir alle mit vereinten Kräften. Die beiden anderen Tage verbrachten wir in zwei schon etwas besseren Restaurants, und haben das geschmackliche Erlebnis und das Ambiente auch sehr genossen. Nicht zu vergessen auch die Idee, zu jeder Tagesetappe selbstgemachte Wraps für die Mittagspause einzupacken. Individuelle Spaziergänge in der schönen Altstadt rundeten den Aufenthalt ab.

Vielen Dank insbesondere an Fahrtenleiter Victor Jachmann für die Organisation der Fahrt und an Küchenchefin Annette Herget (beide aus Dresden) für die Organisation des immer sehr leckeren Essens.

Gregor Theeg



Vogalonga – Venedig per Boot

Ich habe dieses Jahr wieder an einer Wanderfahrt teilgenommen, welche auf rudern.de ausgeschrieben war. Es ging nach Venedig, um an der Vogalonga teilzunehmen . Im Anschluss waren Touren in der Lagune und umliegenden Kanälen geplant.


am Start

Die Vogalonga ist ein jährliches Event, bei dem die Altstadt von Venedig für Motorboote gesperrt wird und muskelbetriebene Boote einen Rundkurs durch die Lagune bestreiten. Dieses Jahr waren ca. 8000 Leute in 2000 Booten unterwegs. Vertreten waren alle möglichen Bootsformen: Ruderboote, Kanus, Kajaks, Drachenboote und natürlich italienische Gondeln.

Untergebracht waren wir auf einem Campingplatz auf Punta Sabbioni und hatten ca. 2 km zu unserem Ablegestrand. Damit sich die weite Anreise lohnt, habe ich Zwischenstopps in Innsbruck und der venezianischen Altstadt gemacht.

Die Rudertouren möchte ich nun etwas näher beschreiben:


am Tag vorher: Ausblick San Giorgio


das größte Ruderboot

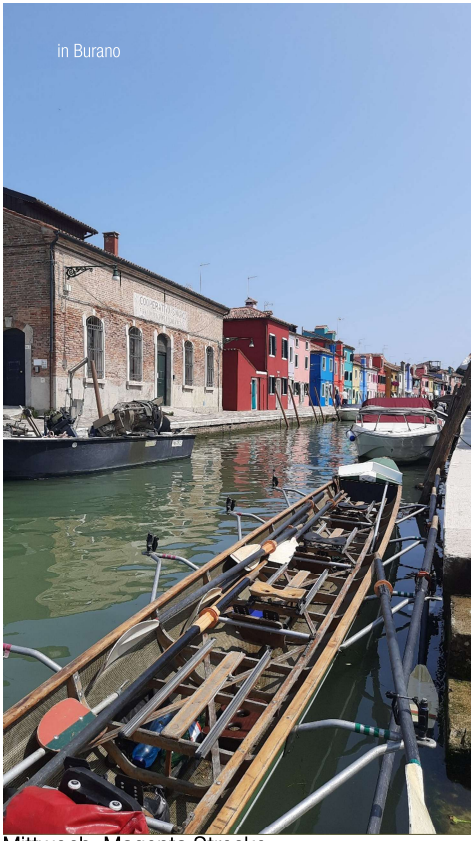
Pfingstsonntag, 8. Juni, Vogalonga, Grüne Strecke:

Von unserer Ablegestelle machten wir uns auf den Weg zum Startpunkt. Typisch für die Lagune überschätzte unser Steuermann die Wassertiefe und wir liefen an einer Sandbank auf. Nach kurzem Anschieben konnten wir dann die restlichen 7 km zum Start weiterfahren. Dieser lag direkt vor dem Dogenpalast.

Als offizielles Startsignal diente ein Kanonenschuss und alle Boote machten sich gleichzeitig auf den Weg. Dies lief zunächst überraschend geordnet ab. Im weiteren Verlauf sahen wir jedoch einige gekenterte Boote und Personen, die geborgen werden mussten.

Nach einem kurzen Zwischenstopp an einer Salzwiese machten wir uns nach Burano auf, welches wir nördlich umrundeten. An der Engstelle dort konnten wir einige Beinahe-Kollisionen beobachten.


Engstelle bei Burano


in Burano

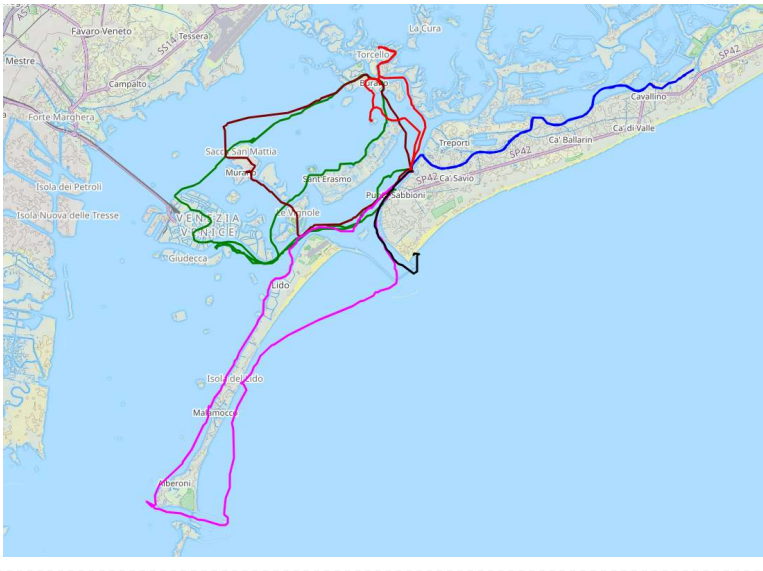
Auf der Weiterfahrt nach Murano trafen wir auf unsere Barke, welche uns mit frisch gegrillten Würstchen versorgte. Durch Murano selbst konnten wir nicht fahren, da der Kanal wegen Bauarbeiten gesperrt ist.

Im Anschluss kamen wir in die Altstadt von Venedig. Hier gab es zu Beginn eine enge Brücke (Ponte dei Tre Archi) und die Boote wurden einzeln von Tauchern hindurch gelotst. Zum Abschluss ging es durch den Canal Grande vorbei an den üblichen Sehenswürdigkeiten zum Ziel und weiter zu unserer Anlegestelle.

Montag, Blaue Strecke:
Da an dem Tag recht starker Wind angesagt war, haben wir eine Fahrt durch den einigermaßen geschützten Kanal durch Punta Sabbioni unternommen. Hier gab es nicht allzu viel Interessantes zu sehen.

Dienstag, Braune Strecke:
Da eine aus unserer Gruppe am Abend ins Flugzeug steigen musste, kam der Plan auf, sie dorthin zu rudern. Nach einem Zwischenstopp in Murano machten wir uns auf den Weg zum Flughafen. Da die Fahrrinne jedoch sehr stark von den Motorbooten befahren wird und diese dort beliebig hohe Wellen werfen dürfen, planten wir auf halbem Wege um und fuhren nach Burano. Dort legten wir in einem malerischen Kanal an und kühlten uns etwas ab.

Mittwoch, Magenta Strecke:
Es war wenig Wind angesagt und wir machten uns auf den Weg, Lido zu umrunden. Bei unserer Abfahrt war das Sperrwerk MOSE probeweiser geschlossen. Im Anschluss mussten wir an dem vielbefahrenen Anleger von Lido vorbei. Am Südende der Insel durchquerten wir den zweiten Teil des Sperrwerks und legten auf halber Länge der Insel für eine Badepause an.



Donnerstag, Rote Strecke:

Um etwas der Hitze zu entgehen, war eine kürzere Tour geplant. Wir fuhren zunächst nach Torcello und besuchten nach abenteuerlichen Anlegemanövern die dortige Kirche. Da sich hier selten Touristen hin verirren, waren wir fast die einzigen Personen auf der Insel.



am Kloster auf der Isola di San Francesco del Deserto

Freitag, Schwarze Strecke:
Am letzten Tag fuhren wir eine kurze Strecke durch das Sperrwerk und an den Strand. Die Wellen an der Ausfahrt zum Meer waren aufgrund von Tide, Wind und Verengung durch die Molen größer als



welliges

Anschließend legten wir an einem Kloster auf der Isola di San Francesco del Deserto an. Hier fahren keine der üblichen Wasserbuslinien hin und wir hatten eine exklusive Führung durch das in Betrieb befindliche Kloster. An beiden Orten gab es kleinere Probleme, weil die Italiener bzw. Katholiken recht empfindlich auf unbedeckte Knie reagieren.
erwartet. Dadurch wurde die Umrundung der Mole und das Anlegen am Strand aufregender als es selbst der Fahrtenleiter erwartet hatte.

Alles in Allem war es eine sehr schöne Wanderfahrt und definitiv ein Erlebnis dort zu rudern.

Da in der gesamten Woche um die 30 Grad waren und auf dem Wasser bekanntlich seltenst Schatten ist, waren die Touren trotz der überschaubaren Strecke recht anstrengend.

Der Wind dort und die vielen Schiffe sorgen für sehr viele und große Wellen, sodass die D- und E-Boote eine gute Wahl waren. Dass einige bei der Vogalonga in Rennbooten angetreten sind, war ... interessant.

Paul Geisler

Rudern entlang der Englischen Ostküste

Anfang Juni 2025 startet das Ruderboot Roxy, ein Ozeanruderboot vom Typ R45 mit 3 Ruderplätzen, nordöstlich von Dover zur Umrundung Grossbritanniens („GB Row 2025“). Auf dem ersten Abschnitt muss das Boot wegen ungünstiger Bedingungen zweimal auf den Trailer genommen werden, um den Übergabehafen Plymouth zu erreichen. Auch auf den folgenden Abschnitten entlang der Westküste nach Wales und Schottland wird das Boot über einige Strecken auf der Straße transportiert und werden Übergabehäfen neu festgelegt. Am 18. Juli reisen weitere Crewmitglieder und ich nach Eyemouth in Schottland, das ist ein kleiner Hafenort östlich von Edinburgh, um von dort mit Roxy entlang der Englischen Ostküste in Richtung Süden zu rudern.



1. & 2. Tag, 19. – 20.07.:
Dunbar – Eyemouth, 33 km

Das Boot liegt nach der Querung des Firth of Forth noch nördlich von Eyemouth im Hafen von Dunbar. Dort treffen wir Neil, einen erfahrenen Ozeanruderer, der bis Scarborough unser verantwortlicher Skipper sein wird, und fahren mit ihm zum Hafen. Die Abfahrt ist für 12 Uhr angesetzt – etwa zwei Stunden vor Beginn des nordsetzenden Tidestroms.

Neil plant mit 2 Stunden Wechselschichten in einem ersten Schlag von 24 Stunden die Holy-Islands zu erreichen. Ich teile mir mit ihm den Schlagplatz und die hintere Kabine, die beiden Mitruderer teilen sich den zweiten (d. h. den mittleren) Ruderplatz und die vordere Kabine. Der Bugplatz bleibt frei, um als „Küche“ oder „Sonnendeck“ genutzt zu werden. Mit Neil an den Steuerseilen rudern wir aus dem Hafen auf offenes Wasser hinaus. Wir haben mäßigen Gegenwind aus Süd-Ost. Aus den anfänglichen 3 kn (SOG = Speed Over Ground) im Hafen werden bald 2 kn und irgendwann sind auch 2 kn nicht mehr zu halten. Als wir nach zwei Stunden kaum noch vorankommen, bin ich froh in die Kabine wechseln zu können.

Es beginnt zu regnen und für meine kommende Ruderschicht ziehe ich Segelhose und Regenjacke an. Wieder können wir das Boot kaum gegen den Tidestrom, den Wind und die Dünung vorwärtsbewegen. Eine Weile rudern wir zu dritt, bis schließlich die Seekrankheit zwei von uns dauerhaft in die Kabine verbannt. In den folgenden Stunden mühen wir uns ohne Wechsel, den nächsten Hafen zu erreichen. Nach zehn Stunden legen wir im Hafen von Eyemouth an, dem ursprünglichen Übergabehafen und dem Ausgangspunkt des heutigen Tages. Wir haben zu zweit gegen Wind und Strömung immerhin eine Geschwindigkeit von durchschnittlich 1,8 kn

gehalten. Völlig erledigt verkrieche ich mich in meinen Schlafsack.

Eine Weiterfahrt am nächsten Morgen ist in unserer desolaten Verfassung ausgeschlossen. Ich erbitte mir Navigationsunterstützung von der Skipperin der Segelyacht Anuk, mit der ich zuvor nach Schottland gesegelt war. Nach kurzer Durchsicht unserer AIS-Daten und der Tidezeiten ist sie über unsere gestrigen Probleme wenig verwundert. In der Hoffnung aus dieser Erfahrung zu lernen, befasse ich mich mit dem Versatz zwischen Tide und Tideströmungen, Gezeitenrauten, Windprognosen und möglichen kommenden Anlandestellen. Wir reduzieren unsere Ambitionen, gönnen uns diesen Sonntag als Ruhetag, trocknen Klamotten, kleben Pflaster hinter Ohren und planen morgen in zwei Tiden – diesmal mit dem Tidestrom – den Hafen Seahouses zu erreichen. Um gut voranzukommen, wollen wir durchgängig voll besetzt zu dritt rudern.

3. Tag, 21.07.: Eyemouth – Seahouses, 46 km

Um 8 Uhr legen wir ab, die Bedingungen sind günstig und die 29 km zu den Holy-Islands legen wir in 6 Stunden zurück. Beobachtet von vielen Seehunden ankern wir in einer der nördlichen Buchten der Insel und warten darauf, die Fahrt mit südsetzendem Tidestrom fortzusetzen. Gegen 18 Uhr verlassen wir die Ankerbucht und drei Stunden später erreichen wir Seahouses Hafen. Am Steg erwartet uns ein neuer Mitruderer, der schon mehrfach mit Neil gerudert ist und der bereits den Atlantik im Ruderboot überquert hat. Mit ihm als Verstärkung können wir wieder auf das 2 Stunden Schichtsystem wechseln und damit lange Strecken (24 h+) in Angriff nehmen.

4. & 5. Tag, 22.-23.07.: Seahouses – Whitby, 149 km

Nach ausgiebigem Frühstück und mit Beginn des südsetzenden Tidestroms um 10 Uhr wird abgelegt. Vorher haben wir eine Diskussion über den Sinn des Ruderns gegen den Tidestrom. Neil plädiert für konsequentes Durchrudern bis Withby, um keine Zeit für das Ein- und Ausfahren in einen Hafen und für Anlegemanöver zu verlieren, ich plädiere für einen Zwischenstopp in Blyth, um den nordsetzenden Tidestrom abzuwarten und um dann mit unterstützender Strömung die lange Strecke (ca. 90 km) bis Whitby in Angriff zu nehmen.

In der neuen Besetzung schaffen wir die knapp 60 km von Seahouses bis Blyth in einer Tide. Bei unserer Abfahrt in Blyth gegen 21 Uhr lässt der Skipper einer Niederländischen Segelyacht das Nebelhorn ertönen. Das Rudern in die Nacht in Richtung Newcastle ist angenehm. Das Wasser ist ruhig, der Himmel ist bedeckt, wir haben gute Sicht und kommen gut voran. Vor Newcastle gibt es regen Schiffsverkehr, der etwas Aufmerksamkeit erfordert. Gut, dass es GPS und AIS gibt! An Backbord haben wir tiefschwarze Nacht, zeitweise ohne erkennbaren Horizont, an Steuerbord sehen wir die Lichter der Küste. Das Ruderdeck wird schwach von dem Positionslicht auf der vorderen Kabine beleuchtet, die Instrumente sind auf rötliche Displaybeleuchtung umgestellt.



Wieder teile ich mir mit Neil den Schlagplatz und die hintere Kabine und damit den Zugang zum Plotter und zum Autopiloten. Während meiner Freiwachen schaue ich gelegentlich auf die elektronische Karte und stehe auf, um einen Blick über das Meer zu werfen. In der Freiwache um 2 – 3 Uhr schlafe ich ein und Neil muss zusätzlich zum Rudern den Kurs überwachen. Gegen 4 Uhr beginnt die

Morgendämmerung, ich freue mich über den beginnenden Tag, wechsele von „lang“ (d. h. lange Ruderhose, langes Shirt & Hoodie) auf „kurz“ und bereite mir ein Instantfrühstück, Oatmeal mit Raspberry, zu.

Am frühen Nachmittag erreichen wir Whitby. Neil meldet uns per Funk beim Hafenmeister an und bittet um Erlaubnis für die Einfahrt. Nach Klärung von Bootslänge und Tiefgang weist uns der Hafenmeister einen Liegeplatz zu. An unserem Steg liegt das



große Rossiter-Ruderboot Nanook von Leven Brown, das ebenfalls auf dem Weg zu einer Umrundung Großbritanniens ist.

6. & 7. Tag, Donnerstag 24.-25.07.: Withby – Scarborough, 33 km

Wegen kräftigen Ostwinds wird die Abfahrt in Richtung Scarborough auf Mitternacht verschoben. Wir verbringen den Tag mit Sightseeing, Shoppen, gemeinsamem Mittagessen, einem Spaziergang zur Whitby-Abbey und einem Besuch der beiden Ruderklubs während des Rudertrainings mit Cornische-Pilot-Gigs. Die Ausfahrt aus dem Hafen von Whitby gegen Wind und Wellen erfordert unsere ganze Anstrengung und als wir schließlich sicheren Abstand zur Küste erreicht haben, fallen wir in den gewohnten Ablauf aus „Eat, Sleep, Row, Repeat". Morgens um 6 Uhr erreichen wir den Hafen Scarborough, wo die Crew für den letzten Abschnitt neu zusammengestellt werden wird.

8. – 10. Tag, 26.-28.07.: Scarborough – Lowestoft, 254 km

Während des Wartens auf die neuen Crewmitglieder sortiert Neil die verbliebenen Instant-Mahlzeiten. Wir bekommen frische Jelly-Babys, Ginger-Kekse und Instant-Mahlzeiten ins Boot und ich besorge mir meine Ration aus TUC-Keksen, Erdnüssen und englischem Lakritzkonfekt.

Kurz nach 14 Uhr sind Skipperin Louise und die neuen Crewmitglieder am Boot und nehmen ihre Plätze ein. Gegen 15 Uhr legen wir ab. Mit einer Crew von jetzt sechs Personen sind alle drei Ruderplätze durchgehend besetzt. Louise und Neil teilen sich den Schlagplatz, die Aufgaben des Skippers und einen Schlafplatz in der hinteren Kabine. Ich teile mir mit einer Ruderfreundin den Bugplatz, die Zuständigkeit für Kocher, Wasser, Eimer und Anker sowie einen Schlafplatz in der vorderen Kabine. Die beiden in Scarborough neu Hinzugekommenen teilen sich den mittleren Ruderplatz und sind in der Bug- bzw. in der Heckkabine mit untergebracht. Auf Schlag- und Bugplatz wird zu den ungeraden Stunden, auf dem mittleren Platz zu den geraden Stunden gewechselt.

Nach Passieren der Landzunge von Flamborough nehmen wir direkten Kurs auf Lowestoft und queren dazu die Humber Bay mit großem Abstand von der Küste. Nach einigen Stunden ist die Küste außer Sichtweite, wir befinden uns in internationalem Gewässer und haben das Gefühl von „echtem“ Ozeanrudern.

Mit einer Bitte um eine kurze gemeinsame Frühstückspause, in der wir den Kocher auf dem Bugplatz anwerfen und Instant-Mahlzeiten zubereiten könnten, dringe ich nicht durch. In der vorderen Kabine ist es uns bisher nicht gelungen, zwischendurch etwas Warmes zuzubereiten. Notwendigerweise stelle ich irgendwann das Rudern im Bug ein, um mich dem Kocher zu widmen. Kaum habe ich heißes Wasser in den Oatmeal-Beutel gegossen, werde ich hektisch zurück zum Rudern gerufen. Leider unerwartet ragt eine Windturbine vor uns auf und der starke Tidestrom droht uns gegen den Pylon zu drücken.

Am späten Nachmittag des zweiten Tages kommt

die Küste von Norfolk in Sicht. Entlang der Küste rudern wir in die Nacht, bis wir aufgrund des beginnenden nordsetzenden Tidenstroms nur noch langsam vorankommen. Gut 20 km vor Lowestoft gibt es die Möglichkeit, bei 10 m Wassertiefe sicher zu ankern. Der Anker wird ausgebracht und hält. Zum Schlafen verteilen wir uns in den Kabinen und auf dem Ruderdeck. Gegen 5 Uhr haben wir wieder südsetzende Tideströmung. Nach kurzem Frühstück lichten wir den Anker, rudern weiter entlang der Küste und erreichen den Hafen Lowestoft am frühen Vormittag. Am Steg treffen wir die Nanook und ihre Crew wieder. Einschließlich der Ankerpause haben wir 42 Stunden für die 254 km lange Strecke benötigt bei einer Durchschnittsgeschwindigkeit von etwas mehr als 3 kn.

11. & 12. Tag, 29.-30.07.: Lowestoft – Burnham-on-Crouch, 125 km

Gegen 9 Uhr verlassen wir den Hafen Lowestoft und haben 8 – 9 Stunden Zeit, um in die Nähe von Harwich zu gelangen und dort die dann gegen uns laufende nordsetzende Strömung abzuwarten. Um 18 Uhr nach etwa 70 km ankern wir vor dem Ort Felixstowe. Nach dem Kippen der Tide unterstützt uns zusätzlich ein leichter Rückenwind beim Rudern der noch verbleibenden gut 50 km.

Wir erreichen Burnham-on-Crouch gegen 4 Uhr morgens und legen bei leichtem Regen am Steg des Royal-Burnham-Yachtclub an. Neil und Louise suchen sich auf dem Clubgelände einen geschützten Platz, wir anderen zwängen uns in die Kabinen und gönnen uns noch 1 – 2 Stunden Schlaf. Zum Frühstück treffen wir uns im „Ye Olde White Harte Hotel“ und warten dort auf die Kollegen von Fa. Rannoch für die Bootsübergabe.

Nach Verabschiedung auf dem Steg fahren wir zum Rannoch Service Centre. Ein Mitarbeiter führt uns dort durch die Hallen und über den Lagerplatz, zeigt uns Negativformen und einzelne besondere Boote – darunter auch die große R80-Roxy, die eine Grundsanierung erhalten wird – und erläutert uns die Struktur der Rannoch Bootsfamilie.

Fazit

Insgesamt sind wir auf den beiden letzten Abschnitten der „GB Row 2025“ 640 km in 12 Tagen gerudert.



Ozeanrudern kann auch jenseits der großen Wettbewerbe, wie den Atlantiküberquerungen im Rahmen der TWC, interessant sein. Das Konzept eines etwas größeren Bootes mit zwei geräumigen Schlafkabinen und drei Ruderplätzen, das mit vier seemännisch und rudertechnisch kompetenten Menschen gefahren wird, hat mich sehr überzeugt. Mit vier Personen kann relativ zuverlässig in einem 2- oder 3-Stunden Schichtsystem gefahren und die Kabinen können während der Fahrt komfortabel genutzt werden. Non-Stop-Fahrten auf offenem Wasser über mehrere Tage mit Strecken von 100 – 300 km sind damit gut und sicher durchzuführen. Es muss nicht immer gleich La Gomera – Antigua sein.

In dieser Konstellation könnte man sehr schöne Ruderfahrten mit Wind und Strömungen in der Ostsee, durch Norwegische Fjorde oder um die Shetland Inseln herum unternehmen, wenn man sich irgendwoher so ein R45-Boot besorgen könnte. Neil hat sich das Boot seiner ersten Atlantikquerung, die Deja Blue vom Typ „WoodVale Pair“, zurückgekauft, um es zu sanieren und zu rudern. Was unternehme ich als nächstes mit meiner Southern Cross vom gleichen Typ? Vorschläge willkommen …

Hans-Martin Lent-Philipp

Jugendwanderfahrt

Unsere diesjährige Wanderfahrt führte uns nach Flecken Zechlin. Dazu starteten wir nach viel Vorbereitung und Ideenfindung am Stadtbootshaus. Dort packten wir am Montag, den 4. August, die letzten Sachen, verluden unseren Vierer und machten uns bereit für unsere Woche voller Spaß.



der vollbeladene Vereinsbus

Nach einer dreistündigen Autofahrt kamen wir endlich in Flecken Zechlin an. Nachdem wir uns die kleinen Straßen mit unserem großen Bus und Anhänger runter geschlängelt hatten, sahen wir unseren Startpunkt der Wanderfahrt: den dort ansässigen Ruderverein. So ging der Tag der Ankunft auch schon voller Vorfreude auf die kommenden Tage zu Ende.

So richtig starteten wir dann am folgenden Tag mit einer Etappe von rund 30 Kilometern, die sich von Flecken Zechlin bis nach Mirow erstreckte. Während der Vierer fröhlich mit lauter Musik bis zum Mittagsziel fuhr, besorgte der Landgang, immer bestehend aus zwei Personen, Brote und Aufstrich zum Beschmieren.



Frauenpower

Nach dieser Stärkung ging es weiter zum Campingplatz in Mirow, wo es einige Schwierigkeiten gab,



Schwieriger Zeltaufbau

das Zelt aufzubauen. Wer hätte gedacht, dass es ohne Anleitung so schwer sein kann?

Schlussendlich schafften wir es doch und verbrachten gemeinsam einen schönen Abend voller Quatschen und Spiele. Der nächste Tag, so wie jeder davor und danach, begann mit einer guten Schale Müsli und der Etappenplanung. Am Mittwoch standen 34 km von Mirow bis nach Fürstenberg an. Interessanterweise entschieden wir uns für den gleichen Mittagsort, der ganz praktisch erschien. Nach einigem Schleusen, Rudern, Singen, Essen und noch viel mehr Rudern gelangten wir dann an unser Ziel, wo wir alle gemeinsam Nudeln kochten und miteinander Zeit verbrachten. Die Etappe am Donnerstag begann in Fürstenberg und endete in Rheinsberg, wo wir netterweise bei einem Ruderverein übernachten durften. Diese Etappe war wahrscheinlich mehr Schwimmen als Rudern, da ein Teil der Mannschaft bei den Temperaturen lieber nebenher schwamm als zu rudern. Zudem erlebten wir an diesem Donnerstagabend einen der schönsten Sonnenuntergänge der Wanderfahrt.



Sonnenuntergang in Rheinsberg



die RKN-Flagge im Fahrtwind

Unsere letzte Etappe am Freitag betrug 16 km und führte uns von Rheinsberg zurück nach Flecken Zechlin, wo wir uns mit schwerem Herzen gedanklich von unserer schönen Wanderfahrt verabschieden mussten, uns aber gleichzeitig auch schon auf die nächste freuten. So packten wir alles zusammen, setzten uns ins Auto und fuhren zurück nach Braunschweig.

Für das kommende Jahr sind wir auch schon fleißig am Planen. Dann schwebt uns eine etwas kürzere Wanderfahrt, wahrscheinlich in der letzten Sommerferienwoche, ebenfalls in die Ecke der Mecklenburgischen Seenplatte vor. Auf diese Weise könnten wir uns dann einen Landdienst sparen und noch mehr Leute zum Wanderrudern begeistern. Wer also Interesse hat, schon mal Ohren spitzen, nähere Informationen folgen ...

Talitha Hesse und Johan Hertel

Was für ein Erlebnis – unsere erste Lehrwanderfahrt

Ein Resümee in zwei Artikeln

Von Michael Oehlmann:

Wanderfahrt auf der Havel – von Brandenburg bis zum Ferchesarer See

Am Wochenende vom 29. bis 31. August 2025 unternahmen 19 Ruderinnen und Ruderer unseres Clubs eine abwechslungsreiche und stimmungsvolle Wanderfahrt auf der Havel. Zwei Etappen führten uns von Brandenburg bis zum Ferchesarer See. Neben sportlicher Herausforderung bot die Tour reichlich Naturerlebnisse und gesellige Stunden an und auf dem Wasser.

Anreise und Vorbereitung

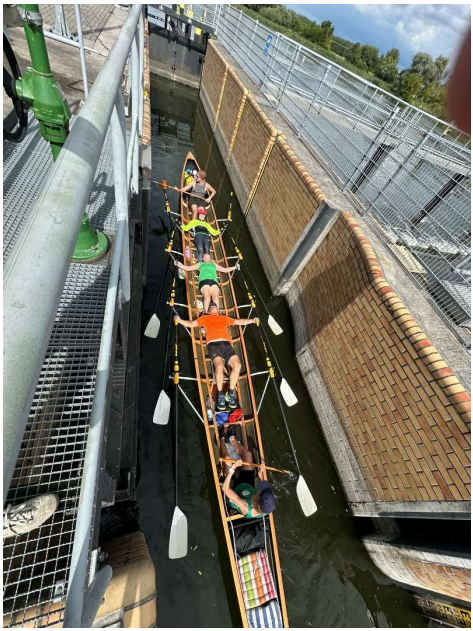
Schon am Donnerstag luden fleißige Helfer die Boote auf die Anhänger, damit am Freitag, 29. August, nur noch die gemeinsame Abfahrt organisiert werden musste. Mit Vorfreude im Gepäck erreichten wir am Nachmittag den Ruder Club-Havel in Brandenburg. Nach dem schnellen Beziehen der Unterkunft wurden die Boote abgeladen.

Das erste gemeinsame Abendessen genossen wir in der Gaststätte „Zum Bootshaus“, die ihrem Namen alle Ehre machte. Bei guter Stimmung blickten wir gespannt auf die bevorstehenden Ruderkilometer.

Erste Etappe – von Brandenburg nach Milow (39 km)

Früh am Samstagmorgen begann der Rudertag mit einem ausgiebigen Frühstück im Ruderclub. Nach der Einweisung durch die Fahrtenleitung und der Bootsaufteilung ging es gegen 8:30 Uhr endlich aufs Wasser. Die erste Etappe über 39 km führte uns zunächst über die Havel hinaus auf den Breitlingsee, bevor wir wieder auf die Havel einschwenkten.

Nach einer kurzen Pause beim Ruder-Club Plaue Havel setzten wir die Fahrt fort. Der Fluss präsentierte sich in bester Ruderlaune: ein Wechsel aus Sonne und Wolken, begleitet von leichtem Wind. Bei Kilometer 27 wartete schließlich die Schleuse Bahnitz, die von allen Booten ohne Probleme gemeistert wurde.



Gegen 17 Uhr liefen die letzten Boote in Milow ein. Während einige direkt die Gelegenheit für ein erfrischendes Bad in der Havel nutzten, bezog der Rest bereits die Jugendherberge „Carl Bolle“. Gemeinsam ließen wir den Abend beim Abendessen im „Gasthof Milow“ ausklingen – ein willkommener Ausklang nach einem langen Rudertag.

Zweite Etappe – von Milow zum Ferchesarer See (32 km)

Am Sonntag wartete die zweite Etappe auf uns. Nach dem Frühstück und dem Räumen der Zimmer starteten wir bei strahlendem Sonnenschein in Richtung Rathenow. Schon nach wenigen Kilometern war der Rathenower Ruderclub erreicht, wo wir einen kurzen Stopp einlegten. Kurz darauf ging es durch die Stadtschleuse – ein Moment voller Geduld, da die Verständigung mit dem Schleusenwärter nicht auf Anhieb klappte. Schließlich öffneten sich die Tore doch, und wir konnten die Fahrt fortsetzen.

Wenig später hieß es, aufmerksam die Steuerbordrechtskurve in Richtung Hohennauener See zu erwischen. Von dort führte die Strecke direkt in den Ferchesarer See, das Ziel unserer Wanderfahrt. Mit den letzten Schlägen legten wir dort an, bevor es ans Verladen der Boote ging.

Wer mochte, gönnte sich noch eine Abkühlung im See, andere zog es gleich ins nahegelegene Café, wo bei Kaffee und Kuchen die zwei Rudertage ausklangen. Nachdem auch die Landdienste mit allen Fahrzeugen eingetroffen waren, traten wir die Rückfahrt nach Braunschweig an – nicht ohne ein letztes gemeinsames Abladen der Boote am heimischen Bootshaus.

Fazit:

Die Havel zeigte sich auf dieser Wanderfahrt von ihrer schönsten Seite: abwechslungsreiche Seenlandschaften, ruhige Flussabschnitte und die ein oder andere Herausforderung an den Schleusen. Vor allem aber blieb die Erinnerung an zwei harmonische Rudertage mit viel Teamgeist, Naturerlebnissen und gemeinsamer Freude am Rudern.

Ein herzlicher Dank gilt der Fahrtenleitung für Organisation und Planung, sowie allen Helfern, die durch ihr Engagement diese Wanderfahrt möglich gemacht haben.

Von Anke Sump und Beatrix Weber:

Hallo, wir sind die „Neuen“. Unsere allererste Lehrwanderfahrt fand vom 29. bis 31. August auf der Havel statt. Drei Tage lang hieß es für uns: Neues lernen, Erfahrungen sammeln und ganz viel Spaß haben.

Das haben wir gelernt:

- Wie man auf „hoher See“ den Platz wechselt, ohne ins Wasser zu fallen.
- Schleusen können klein oder groß sein – manchmal muss man sich sogar hinlegen.
- Die wichtigsten Binnenschifffahrtszeichen.
- Wellen bringen ein Gig-Ruderboot nicht zum Kentern – zumindest nicht, wenn erfahrene Lehrmeister:innen an Bord sind.
- Selbst Obleute vergessen mal etwas 🙄 - und das macht sie noch sympathischer.
- Autofahrten sind die beste Gelegenheit, Mitreisende besser kennenzulernen.
- Trotz akribischer Sorgfalt bleibt schon mal ein Steuerruder zuhause liegen...: Dank der Hilfsbereitschaft des Ruder-Club-Havel Brandenburg e.V. konnten wir dennoch problemlos losfahren. Ruderer halten eben zusammen! Vielen Dank.
- Auch ein Zehn-Bett-Zimmer kann richtig gemütlich sein.
- Eine Dusche im Haus? Braucht man nicht – die Havel tut’s auch.

Wir denken gerne an diese erlebnisreichen Tage zurück: traumhaftes Wetter, wenig Wind, wunderschöne Natur und geduldige, hilfsbereite Menschen. Besonders beeindruckt hat uns die Fahrt über den Breitlingsee und den Plauer See.

Alles war perfekt organisiert – dafür ein herzliches Dankeschön an alle, die das möglich gemacht haben. Wir freuen uns schon jetzt auf die nächste Lehrwanderfahrt!

Wikinger-Sternfahrt 2025

Ein Ruderabenteuer in Berlins Gewässern

Die Abfahrt ins Abenteuer

Der Countdown für unser ganz persönliches Wikinger-Abenteuer begann am 18. Oktober nicht etwa mit einem skandinavischen Angriff, sondern mit der pünktlichen Sammlung aller Mitstreiter durch unseren Sammlungsbeauftragten Joachim. Vielen Dank für deine Fahrdienste.


Pause in Rahnsdorf

Gegen 10 Uhr trafen wir dann beim ESV Schmöckwitz ein. Dort gesellte sich auch unsere letzte Mitstreiterin, Maria, zu uns. Sie wusste offenbar, dass ein Vierer ohne sie im Rudern ganz schön dünn besetzt gewesen wäre.

Nach dem schnellen Ballett aus Kofferschleppen und Zimmerbezug, begann das eigentliche Abenteuer. Ekbert hatte alles im Griff: Ein gesteuerter Vierer, die „Neckar“, wartete schon am Steg.

Pünktlich um 10:45 Uhr legten wir ab. Das Wetter: herbstlich, sonnig, rund 13 Grad und ein Hauch von Gegenwind. Kurz: das perfekte Wetter für Menschen, die auf ihrem Hintern sitzen und trotzdem Sonnenbrandrisiko haben.

Die Strecke – Wasser, Wellen und ein bisschen Wagemut

Unsere Route führte uns vom Seddiner See über den Gosener Kanal und einen Abstecher über den Dämeritzsee nach Erkner. Von dort zurück über die Spree zu unserer Mittagspause beim Ruder-Club Rahnsdorf. Zuerst schien alles verschlossen, doch dann öffnete sich – wie von Zauberhand – die Tür. Sofort wurden wir mit kühlen Getränken und einer frisch gekochten Kanne Kaffee versorgt. Die Pause wurde zur Wellness-Oase – mitten in Berlin, unter blauem Himmel, mit dem schönen Hintergedanken, dass irgendwer ja noch rudern muss.

Nach der Pause ging es weiter. Der Müggelsee wartete mit ordentlich Schwung auf uns: Der Wind blies doch schon so stark, dass die Neckar mehr einem Waschbrett als einem Ruderboot glich. Unsere Steuerfrau lenkte das Boot geschickt näher ans Ufer. So war die Überfahrt dann doch möglich.

Über die Müggelspree glitten wir weiter, vorbei an Köpenick, zur nächsten kurzen Pause beim Ruderclub NARVA. Kaffee und Bier hatten inzwischen ihren Weg gefunden und brauchten ein neues Zuhause. Das funktionierte – dank göttlicher Fügung – sogar direkt in die Sanitäranlagen.

Dann kam der Britzer Verbindungskanal. Hier zeigte sich, wie romantisch das Rudern wirklich ist: Ein Binnenschiff preschte an uns vorbei. Was ist eigentlich das Gegenteil von Romantik? „Rudern im Kanal, wenn der Dampfer kommt.“ Erlebt man auf der Oker so nicht.

Blaulicht, Blaulicht, wir wollen auch mal

Kaum waren wir in den Kanal abgebogen, sahen wir die Wasserschutzpolizei auf dem Jetski. Zuerst dachten wir: „Na toll, wir haben doch gar nichts

getan!“ Doch der Beamte fuhr langsam an uns vorbei. Dann Blaulicht an, Vollgas und weg war er. Kurz darauf beglückte uns eine perfekte Stunde der Physik: Unter einer Brücke tanzten die Wellen, als hätten sie einen eigenen Rhythmus und keinen Dampfer gesehen. Das war garantiert das Werk der Jet-Ski-Polizei, die da vorher schon durchgepeitscht war. Aber auch das konnte uns nicht davon abhalten, unser Tagesziel – die RG Wiking – nach stolzen 31,5 km um 16:50 Uhr zu erreichen. Irgendwie schafften wir es, das Boot an Land zu hieven, was im Übrigen alle Überlebenskünste der Crew verlangte.

Angekommen am Ziel, wurde uns schnell klar: Das Leben als Wikinger ist kompliziert. Man kann nicht einfach so Bier oder Bratwurst bestellen – nein, man muss erst Wikinger Taler tauschen, um damit zu bezahlen.

Der Feierabend – mit vollem Magen

Von der angekündigten Live-Band bekamen wir nichts mit. Aber Ekbert hatte eh schon angekündigt, dass: „die Band in die Jahre gekommen ist“.

Der Heimweg zur Unterkunft wurde dank unserer Spezialistin für Berliner Öffis, Maria, abgesichert. Inklusive Sprints aus der U-Bahn, um die wartende S-Bahn noch zu erwischen. Es heißt ja, Ruderer hätten keine Kondition – bis sie eine S-Bahn sehen.

Abends dann im Italiener: Nach dem Hauptgang bekamen wir fünf eine Nachtischplatte für drei Personen. Und weil das Teilungsschicksal bekanntlich beim Essen am gerechtesten ist, schafften wir es – mit vereinten Kräften – auch diese Herausforderung zu meistern. Zum Abschluss gab’s noch einen kleinen Umtrunk in der Unterkunft.

Tag Zwei – Die 7-8-9-Regel und das Revival der Frühaufsteher

Am zweiten Tag galt die strikte Weisung: 7-8-9. Heißt: Um 7 aufstehen, um 8 frühstücken, um 9 startklar sein, um das Boot pünktlich zurückzugeben. Dank Ekberts und Joachims Verdiensten beim Brötchenergattern waren wir sogar vor acht Uhr schon beim Frühstück. Das Taxi, das uns zum Boot brachte, flog dann durch Berlin, mit Tempo 80, wo 50 erlaubt waren. Wer bremst, verliert, war hier das Sonntagmorgen Motto.

Das Boot ins Wasser zu bringen, war wieder eine besondere Kür. Aber auch das schafften wir – mit vereinten Kräften und dem berühmten deutschen Improvisationsgen. Die Fahrt startete kurz vor 10 Uhr, bei frostigen Temperaturen, die sich im Laufe des Tages (zum Glück) dem zweistelligen Bereich näherten.

Auch heute: Herrliches Herbstwetter, Sonne, Wind und – natürlich – wieder Gegenwind. Der Wind mochte uns wohl sehr – denn er blieb uns den ganzen Tag über treu.

Die Rückfahrt – Laub, Kanal und die Frage nach dem Mut

Die Fahrt führte uns über den Teltowkanal, der anfangs etwas eintönig wirkt, bis einem die Farbenpracht des Herbstes am Ufer ins Auge springt. Am Ende des Kanals fuhren wir zurück auf die Dahme, machten beim Spree-Ruder-Club eine kurze Pause und glitten an der berühmten Regattastrecke Grünau vorbei.

Auf Höhe Richtershorn begegneten uns dann noch ein paar recht Abgehärtete, die gerade ihr Bad in der Dahme beendet hatten und sich am Strand umzogen. Ein wahrer Blickfang.

Um kurz nach 13 Uhr, nach weiteren 19 km, waren wir schließlich wieder zurück in Schmöckwitz. Wer jetzt dachte, dass uns beim an Land bringen des Bootes jemand helfen würde, irrte. Also improvisierten wir. Mittels Bootswagen und aller noch vorhandenen Kräfte landete das Boot schließlich doch wieder im Trockenen. Nach einer gründlichen Reinigung wollten wir das Boot gerade wieder ins Bootshaus bringen – und prompt bat ein Damenvierer um Hilfe. Natürlich wurden die Bitten erhört, zumal das Boot der Damen nach dem Anblick unserer Neckar ein echtes Fliegengewicht war. Wo waren diese Damen nur, als wir unser Boot aus dem Wasser wuchteten?

Zurück im Bootshaus bekamen wir schließlich doch noch Unterstützung beim Verstauen. Jetzt galt es nur noch, die Zimmer zu räumen und den Heimweg anzutreten – während Ekbert die Abrechnung vornahm.

Was bleibt als Erinnerung?

Zwei Tage, viele Kilometer, sonnige Stunden und Wind, der uns treu blieb. Wir haben gelacht, gewitzelt und festgestellt (Gegenwind ist kein Mythos, sondern ein fester Ruderpartner).

Die Wikinger-Sternfahrt ist nicht nur ein Rudersport-Ereignis, sondern auch ein Fest der Gemeinschaft, der Improvisation und der kleinen, alltäglichen Abenteuer. Und wenn man am Ende mit müden Armen und Beinen, vollem Magen vom Nachtisch und einem breiten Grinsen nach Hause fährt, weiß man: Nächstes Jahr möchte man wieder dabei sein.

Ekbert, danke für die tolle Orga und die vielen Infos zur Strecke und drumherum.

Michael Oelmann

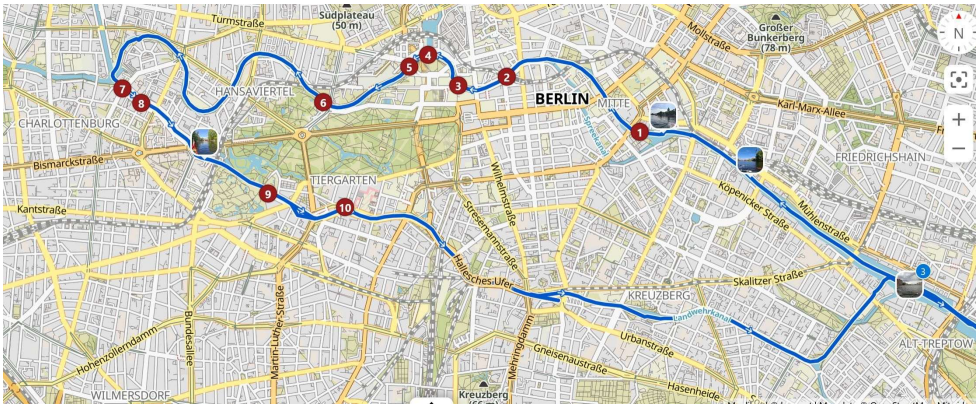
P.S.: Wer rechtzeitig viele Fotos macht, stellt nicht erst am Ende der Fahrt fest, dass man was zum Vorzeigen hat und nicht nur ein Paar Fotos.



am Wasser in Rahnsdorf

Auf dem S(pr)eeweg durchs Regierungsviertel –

oder maximale Erfahrungsdichte auf 53 km



Die bisherigen Selbstruderkilometer der ersten 8 Monate an einem Tag auf stehendem Gewässer verdoppeln? Doch etwas zu heftig, war meine Reaktion auf die erste Anfrage. Zum Glück bin ich bei der zweiten Anfrage doch weich geworden, nicht zuletzt durch die Aussicht, eine nur einmal jährlich freigegebene Strecke befahren zu können. Und so starteten am Vorabend des Events Hajo Meiners, Frank von Lacroix, Christoph Zorn, Martin Habeck und Klaus Joachim Arndt Richtung Bundeshauptstadt.


Regierungsviertel – wir kommen

„Bus Christoph“ (gestartet ohne berufliches Handicap) entschied die Anreiseetappe für sich, förderte nach Ankunft zunächst die regionale Wirtschaft, bewunderte beim „1. Italiener am Platz“ eine Art „italienische Kasspatzenkultur“ mit Feuer und geschmolzenem Käse, und bewachte anschließend Bruno (den Hund von Hajos Schwester) auf dem Randstreifen vor ihrem idyllischen Anwesen bis zum Eintreffen von Frauchen und „Bus Frank“.

Morgens drauf ermöglichte uns die Entscheidung für Schrippen to Go (oder so ähnlich) beim Bäcker einen Start um 8:30 Uhr mit nur 2 akademischen Vierteln Verspätung, nicht schlecht für einen Vierer (mit Stm.)…

An dieser Stelle schon einmal ganz herzlichen Dank an Hajos Schwester, ohne die die Tour so nicht möglich gewesen wäre. Ihr verdanken wir nicht nur unseren tollen Schlafplatz sondern auch, dass wir ohne eigenes Boot anreisen konnten, und mit der

„Wilhelm Bölsche“ ein gut laufendes BBG-Boot durch Berlin bewegen durften.

Konkret heißt das, vom Friedrichshagener Ruderverein westwärts über die Müggelspree, Treptower Spree und (normale) Spree mit Rückweg über den Landwehrkanal, und über den Britzer Verbindungskanal wieder zurück auf die Spree erreichten wir dann wieder den Richtershagener RV.



Und auch sonst erlebten wir die Veranstaltung als super organisiert, das Gewühl vor der ersten Schleuse von bestimmten, aber freundlichen Helfern professionell gemanaged, fast an „betreutes Rudern“ grenzend… sind wir wirklich in Berlin gelandet?

Doch es zeigte sich eindeutig das auf Berliner Gewässern übliche Spektakel: eine bunte Mischung aus ehrgeizigen Wassersportlern, Partyvolk auf unterschiedlichsten schwimmfähigen Gefährten, manche vielleicht ursprünglich als Kunstprojekt gedacht. Dazu natürlich eine Vielzahl von Ruder- und Paddelbooten, die offenbar auch Wind von dem Ereignis bekommen hatten. Auch einige Barken und Kirchboote hatten den Weg gefunden.

Als klare Höhepunkte der Geselligkeit lassen sich die Schleusen identifizieren, und hier wiederum das legendäre „Dixieland“ an der Mühlendammschleuse, dem letzten Hindernis vor dem Regierungsviertel. Und ja, es gab auch Schleusenmusik (aber nein, „Dixieland“ hat hier nichts mit Musik zu tun…). Dank Schleusung in Dreier-Päckchen blieben die Wartezeit überschaubar und die Gespräche entspannt. Bei bestem Wetter ging es bald weiter, vorbei an den Sehenswürdigkeiten, die die Hauptstadt auf diesem Stück Spree zu bieten hat. Nur den Bundespräsidenten mussten wir denn aus zeitlichen Gründen (dieses Mal) leider enttäuschen, auch wenn die vom Sommerfest des Schlosses Bellevue herüberschwappende Musik ganz passabel klang.

Da sich naturgemäß auch im weiteren Verlauf die Pausen an gewissen Orten konzentrierten, trafen wohl alle Besatzungsmitglieder Personen aus dem früheren Ruderleben, auch Exil-Normannen (z. B. Axel Eghtessad) waren dabei.

In Sachen Witterung hätten wir auf die Vielseitigkeit auch verzichten können. So aber lag nicht viel Zeit zwischen dem Blick auf die App, dem Kommando „Weg hier!“ und dem einsetzenden Regen. Der sorgte auch dafür, dass die Kleidungswahl keine echte Rolle spielte. Da man(n) sich aber nur auf eine Sache konzentrieren kann, traten Rückmeldungen unzufriedener Körperteile dadurch eher in den Hintergrund.

Fazit: Einmal Berlin, aber mit allem! Die Passage durch das Regierungsviertel war dabei was Besonderes, aber nur ein Highlight unter vielen.

Klaus Joachim Arndt



Das Jahr 2025 bei den Alten Herren

In der kalten Jahreszeit gingen wir zum Trainieren in die Tunica Halle. Die olympische Ruderanlage dort hat uns sehr gute Dienste geleistet. Da sie einem Schul-Neubau weichen musste, haben wir sie leider verloren.



Am 4. Februar unternahmen wir eine Braunkohlwanderung durch das Stadtgebiet. Über den Gaußberg wanderten wir zum Botanischen Garten und sahen uns dort die kuriosen Braunkohlstauden an. Zum Theaterwall gingen wir über das Hiroshima-Ufer und hatten bei klarem Wetter eine gute Rundumsicht.



Leckerer Braunkohl in Schadt's Brauhaus



Danach führte unser Weg zu Schadt's Brauhaus zum Braunkohlessen. Der Rückweg ging über die Alte Waage zum Inselwall und an Löbbeckes Insel vorbei zu unseren PKW am Ruderklub.

Am 11. März war die Pflege der Außenanlage vom Stadtbootshaus anberaumt. Nach 10 Schubkarren Laub und Reinigungsarbeiten freuten wir uns auf die heißen Würstchen.





Am 27. April war Anrudern. Unter anderem wurde unser Ruderkamerad Wolfgang Zschachlitz für 50 Jahre Klubmitgliedschaft im RKN geehrt.



Am 12. August unternahmen wir auf Einladung von Ingo Beckmerhagen eine Fahrt an den Salzgitter See, den wir mit den Booten vom Ruderklub Salzgitter umrundeten. Anschließend waren wir bei Ingo und Jill Beckmerhagen zum Ruderfrühstück in ihrem Partykeller herzlich eingeladen. Leider voraussichtlich zum letzten Mal.



Am 9. Dezember fand unser traditionelles Nicorellenessen im Stadtbootshaus bei reger Beteiligung der alten Herren statt.

Rainer Fischer

Schön war die Zeit – für Jill und Ingo

September 2025

Die Jahre, die so wunderschön,
sie mussten viel zu schnell vergehen.
Mit uns waren sehr viele liebe Kameraden,
in den vergangenen Jahren hier bei Euch zu Gast geladen.
Der Heribert, der Jochen, der Günther, der Dieter, der Rolf,
der Charly, der Jörn, der Joachim, der Paul und der Klaus,
die fielen einer um den anderen mit der Zeit leider aus.
Nun sind wir noch ein paar Figuren hier auf Deck
und eh wir's uns versehen sind auch wir bald von hier weg!
Drum lasst uns heute des Lebens freuen,
noch einmal bei Euch zu Gast zu sein!
Von „alten Zeiten" wollen wir schwärmen,
uns an der leckeren Suppe wärmen;
habt Dank, für Eure Gastfreundschaft all die Jahre und heute.
Es stimmt doch, Ruderer sind nette Leute!

Wir wünschen Euch aus
vollem Munde:

A L L E S G U T E
U N D
G E S U N D E !!



Mit einem dreifachen P I E P K R A C H .....

Rainer Fischer

Skat- und Rommé-Turnier

Neue Besen kehren gut – oder müssen sich erst bewähren …

So traf sich zum Kartenspielerturnier im November eine sehr beschauliche Truppe aus 6 Skatteilnehmer/-innen und 4 Rommé-Damen.

Vielleicht der zu geringen Werbung geschuldet, konnte der 2. Skattisch auch erst durch einen Nachwuchs-Gastspieler, Markus Schrader, aus dem Hause Prade eröffnet werden, der uns gezeigt hat, wie Skat gespielt wird und das Skatturnier auch gewonnen hat. Aus dem Rommé -Quartett stellte sich Cornelia Heinbokel als Siegerin heraus.



Ein Dank an Gisela und Harald für die Organisation der wieder leckeren Preisauswahl. Nicht zu vergessen, die Unterstützung des Kantinenbetriebs durch Martin Olech und Bettina Will (meiner besseren Hälfte).

Für alle, die sich jetzt ärgern, dass sie dieses herbstliche Event verpasst haben, bitte, bitte markiert Euch den 13.11. 26 im Kalender! Das Turnier findet traditionsgemäß immer am Freitag nach Sankt Martin statt. Es wäre schön, wenn wir in diesem Herbst wieder eine größere Truppe zusammen bekommen.

Anmeldung, wann immer ihr wollt, an oder Ein herbstlicher Aufruf folgt zu entsprechendem Datum.

Harald Schott



Projekt Kraft- und Jugendraum

Im Herbst haben wir uns entschieden, den Kraftraum und den Jugendraum aufzufrischen. Im Kraftraum haben wir aufgeräumt, geputzt, die Geräte gepflegt und einen neuen Seilzug eingebaut. Der Jugendraum benötigte eine umfassendere Renovierung aufgrund von Schimmelbefall und unserem Wunsch, den Jugendraum wieder attraktiver zu gestallten.

Anje, Greta, Bashir, Johan, Lucas und Dominik haben beim Kraftraum tatkräftig mit angepackt. Wir haben viele Geräte neu gepolstert, Griffe ersetzt und den Raum gründlich gereinigt. Der alte Seilzug wurde abgebaut, um Platz für einen neuen, höhenverstellbaren Seilzug mit höherem Gewicht zu schaffen. Am selben Wochenende haben wir auch den Jugendraum ausgeräumt, um den Startschuss für das Renovierungsprojekt zu geben.

Nachdem wir den Jugendraum ausgeräumt hatten, war der erste Schritt die Behandlung der verschimmelten Wand. Die Tapete musste entfernt und der Schimmel behandelt werden. Dabei stellten wir fest, dass auch die Bausubstanz der Wand für den Schimmel verantwortlich war.

Daher mussten die Risse zugemörtelt und verputzt werden, bevor die Wand tapeziert werden konnte. Nach der Reparatur der Wand mussten wir nur noch streichen. Wir entschieden uns, nicht nur den Gesamten Raum zu streichen, sondern auch ein Logo an eine Wand zu malen.



Der aufgestemmte Riss in der Wand, bevor dieser verputzt wurde



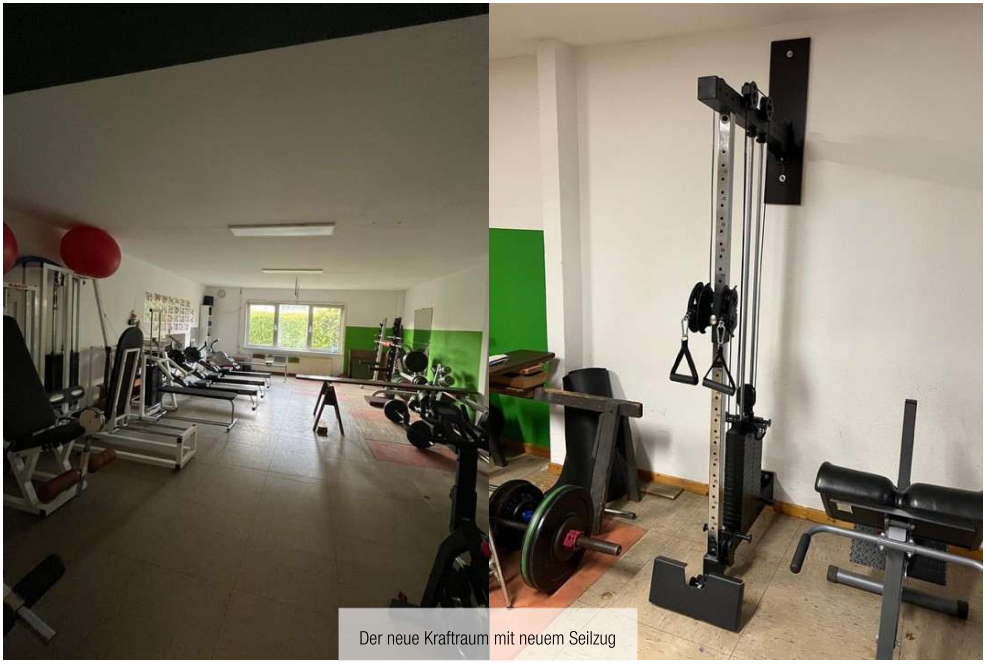
Der fertig renovierte Jugendraum – mit selbstgemaltem RKN-Logo


… und mit gemütlichem Sofa

Abschließend richteten wir den Jugendraum mit einem neuen großen Sofa und einem neuen Kicker ein.

Nachdem wir neue Regale an der Wand angebracht und die Lampen im Ruderboot ausgetauscht hatten, wurde der Jugendraum feierlich zum Spaghetti-Essen eröffnet. Ein riesiges Dankeschön an alle, die sich bei der Renovierung des Jugendraums und dem Aufräumen des Kraftraums so tatkräftig eingesetzt haben! Euer Einsatz hat einen Unterschied gemacht und wir als Jugendvorstand sind super dankbar für eure Unterstützung.

Dominik Stern


Der neue Kraftraum mit neuem Seilzug

Spaghetti-Essen 2025

Am Freitag, dem 5. Dezember war es wieder so weit, das alljährliche Nikolaus Spaghetti-Essen der Jugendabteilung fand statt. Dank zahlreicher Anmeldungen von neuen und alten Bekannten, war das Stadtbootshaus mit über 20 Leuten gemütlich gefüllt. Wie jedes Jahr wurden wieder frische Spaghetti mit Bolognesesauce gekocht. Anschließend haben wir uns noch einen Jahresrückblick – mit warmen Kinderpunsch und Weihnachtsgebäck – in Form einer kleinen Diashow angeschaut.



Natürlich durften dabei auch nicht die Schokoladen-Nikoläuse fehlen, die nach einer kleinen Quizrunde an alle Teilnehmenden verteilt wurden.



Den Höhepunkt des Abends bildete dann die Wiedereröffnung des Jugendraumes, welcher von den Junioren in den letzten Monaten umfangreich modernisiert wurde. Im Verlauf des Abends spielten wir dann noch Gesellschaftsspiele und Tischkicker. Wir bedanken uns noch mal für das Engagement aller und freuen uns schon auf das nächste Jahr!

Johan Hertel



Schön, dass ihr dabei seid!



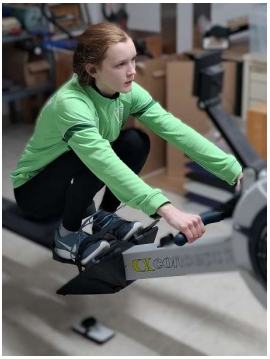
Marianne Eckel: Ich bin 2021 zum Studium nach Braunschweig gezogen und probiere seitdem verschiedene Sportarten im Rahmen des Unisports aus. So habe ich 2024 auch mit Rudern angefangen und da es mir viel Spaß macht, freue ich mich, jetzt auch im Verein dabei zu sein.



Erik Henniges: Hi, ich bin Erik, 34 Jahre alt, Maschinenbauingenieur und waschechter Braunschweiger. Aufgewachsen bin ich in Thune auf dem familieneigenen Landwirtschaftlichen Betrieb, wo ich auch aushelfe, wann immer es erforderlich ist. Sport ist, seit ich klein war, ein großer Bestandteil meines Lebens. Lange Zeit war es der Fußball als Spieler und Jugendtrainer, später Tennis. Zudem ist das Fahrrad für mich mehr als ein Transportmittel. Zum Rudern bin ich gekommen, da ich es für perfektes Ganzkörpertraining halte. Nicht nur physisch, sondern auch koordinativ. Das macht es für mich so interessant.



Beatrix Weber: Ich bin gerne draußen an der frischen Luft in Bewegung und wollte als Ausgleich zum Reiten etwas Neues ausprobieren – so bin ich zum Rudern gekommen! In der Wintersaison habe ich bei Klaus-Jo im Ruderbecken die ersten technischen Grundlagen gelernt und schnell viel Freude an diesem neuen Sport gefunden. Ab dem Frühjahr war ich regelmäßig auf dem Wasser unterwegs und konnte sogar an einer Ruderwanderfahrt teilnehmen – eine tolle Erfahrung! Inzwischen ist das Rudern ein fester Bestandteil meiner Freizeit geworden.



Swantje Habeck: Mit dem Rudern habe ich gestartet, weil ich mal etwas Neues ausprobieren wollte, ich es interessant finde und es mir schon bekannt war.

Nicht abgebildet sind:
Ingmar Axt, Constanze Grothey, Talitha Hesse, Jonas Müller, David Pitsoulis, Bohdan Rybalchenko, Sabine Stelter, Dorian Marko Studt, Alena Jasmin Wilz

Allen ein herzliches Willkommen!

Vereinskleidung



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

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

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

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

Frank von Lacroix

Sportversicherung

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

Den Hauptumfang dieser Versicherung stellt die Unfallversicherung für Mitglieder dar. Darüber hinaus besteht noch eine Haftpflicht-, Umwelt-Haftpflicht-, Vermögensschaden-Haftpflicht-, Vertrauensschaden- und Rechtsschutzversicherung. Die Versicherungen betreffen in ihrer Gänze Schadensereignisse, die im Zusammenhang mit der Ausübung des Sports vorkommen können.

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

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

Versicherungsbüro Sporthilfe Niedersachsen
Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 10
30169 Hannover
Telefon:
E-Mail:
Internet: https://www.arag.de/vereinsversicherung/sportversicherung/niedersachsen/
Unsere Mitgliedsnummer beim Landessportbund Niedersachsen lautet **053500**.

Das Ausfüllen erfolgt durch das entsprechende Mitglied.

Das entsprechende Formular sowie weitere Informationen (Merkblätter sowie Versicherungsumfang

und -bedingungen) sind zum Herunterladen auf der Internetseite des Landessportbundes hinterlegt:

https://www.arag.de/vereinsversicherung/sport-versicherung/niedersachsen/

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

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

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

Hierfür findet ihr das Formular derzeit unter der folgenden Adresse:

https://www.braunschweig.de/vv/produkte/II/10/10_0/10_03/schuelerschaeden_schuelerunfaelle.php

Bei etwaigen Fragen wendet Euch bitte an den Vorstand.

Martin Habeck

Mitgliedsbeiträge

Seit 2023 gelten die folgenden Beiträge:

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

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

Bankverbindungen des RKN:

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

Konto für **Spenden**
IBAN: DE62 2699 1066 6200 9900 01

Konto für **sonstige Zahlungen**
IBAN: DE08 2699 1066 6200 9900 03

(Bank und BIC sind in allen Fälle identisch)

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

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

oder per E-Mail an:

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

Martin Habeck / Schatzmeister

Ansprechpartner

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

Termine 2026

13.03.2026	Jahreshauptversammlung RKN	Alle Mitglieder	Ullrich Blanke
28.-29.03.2026	Langstrecke Leipzig	Senioren	DRV
28.03.-03.04.26	Trainingslager in Hildesheim	Kinder, Junioren	Ulrich Kuhls, Sabrina Wehmeyer
11.04.2026	Frühjahrsputz Maschplatz – ran und raus	Alle Mitglieder	Paul Geisler
17.-19.04.20026	Deutsche Meisterschaften (Kleinboot)	Senioren	DRV
25.04.2026	Dove-Elbe-Rallye	Masters	Hajo Meiners
26.04.2026	Anrudern	Alle Mitglieder	Ullrich Blanke
03.05.2026	Wesermarathon (55/80/135 km)	Alle Aktiven	Hajo Meiners
09.-10.05.2026	Große Bremer Ruderregatta	Kinder, Junioren	Ulrich Kuhls, Sabrina Wehmeyer
23.-24.05.2026	59. Otterndorfer Regatta	Kinder, Junioren	Sabrina Wehmeyer
23.-24.05.2026	Köln Junioren-Regatta	Junioren	Ulrich Kuhls
29.-31.05.2026	Worldcup I, Sevilla	Senioren	DRV
05.-07.06.2026	2. Int. DRV-Junioren-Regatta Hamburg	Junioren	Ulrich Kuhls
13.-14.06.2026	Landesentscheid NDS	Kinder	Sabrina Wehmeyer
12-14.06.2026	Worldcup II, Plovdiv	Senioren	RDV
20.06.2026	Hamburger Staffelrudern	Alle Aktiven	Gunnar Bosse
25.-28.06.2026	Deutsche Junioren- & U23 Meisterschaften, Essen	Junioren, U23	Ulrich Kuhls
26.-28.06.2026	Worldcup III, Luzern	Senioren	DRV
02.-05.07.2026	Bundeswettbewerb Münster	Kinder	Sabrina Wehmeyer
19. -21.06.2026	Lehrwanderfahrt Aller	Alle Aktiven	David Keseberg und Burkhardt Erdmann
22.-26.07.2026	World Rowing U23 Championships, Duisburg	Senioren	DRV
08.-10.08.2026	Jugendwanderfahrt	Kinder, Junioren	Jugendvorstand
31.07.-02.08.2026	Europa-Meisterschaften, Varese	Senioren	DRV
12.-13.09.2026	Regatta in Werder	Kinder, Junioren	Ulrich Kuhls, Sabrina Wehmeyer
14. -16.08.2026	Ostfriesland-Wanderfahrt Emden	Alle Aktiven	Hans-Martin Lent-Philipps und Charlie Schulte-Werning
24.-30.08.2026	World Rowing Championships Amsterdam	Senioren	DRV
29.-30.08.2026	Niedersächsische Meisterschaften, Salzgitter	Kinder, Junioren, Senioren	Ulrich Kuhls, Sabrina Wehmeyer
19.09.2026	Head Of The River Leine 2026, Hannover	Masters	Frank von Lacroix
19.-20.9.2026	Sternfahrt Wiking, Berlin	Alle Aktiven	Ekbert Schollmeyer

26.-27.09.2026	Hamburger Ruder-Regatta	Junioren, U23	Ulrich Kuhls
27.09.2026	Kanalrudern RKN (Abrudern)	Alle Aktiven	Ullrich Blanke
03.10.2026	66. Celler Regatta	Alle Aktiven	Ulrich Kuhls, Sabrina Wehmeyer
9.-11.10.2026	Deutsche Sprintmeisterschaften, Essen	Senioren	Ulrich Kuhls
10.10.2026	Herbstputz Maschplatz – raus und ran	Alle Mitglieder	Paul Geisler
07.11.2025	Fari-Cup, Hamburg	Alle Aktiven	Frank von Lacroix
13.11. 2025	Preis-Skat und -Rommé	Alle Mitglieder	Harald Schott
20.+21.11.2026	Herren + Damen Braunkohlessen	Alle Mitglieder	Ullrich Blanke
09.01.2027	Redaktionsschluss Jahrbuch	Alle Mitglieder	Redaktion

Stand: April 2026, Angaben unter Vorbehalt. Aktualisierungen siehe Vereins- und Verbandswebsites www.rk-normannia.de und www.rudern.de

Stellenanzeige: Redakteur (m/w/d) für Klubnachrichten

Du hast Lust, Leute unter Zeitdruck zu setzen?

Du wolltest schon immer das Sagen haben?

Du machst dich gern durch ständiges Nachfragen unbeliebt?

Du bist ein/e Erbsenzähler/in bei Kommata und Abkürzungen?

Du hast im Winter zu viel Tagesfreizeit?

Du willst über das Klubleben exklusiv Bescheid wissen und misstraust den „Mainstream-Medien“?

Du liebst Teamsitzungen, egal ob onlíne oder in Präsenz?

Du willst nicht immer nur im Ruderboot sitzen?

Dann … und nur dann …
bist du bei uns goldrichtig!

Wir bieten dir einen Arbeitsplatz ohne erforderliche Rudererfahrung, aber im **Zentrum** des Geschehens mit einem **exklusiven** Einblick in das **Normannen-leben**!

Nur Word- und Excel-Kenntnisse nötig – das kriegst du hin!

Rechtschreibkenntnisse egal – macht die Rechtschreibkorrektur für dich, Kommata setzt der Schatzmeister …!

Wenn wir dich durch diesen Unsinn noch nicht abgeschreckt haben, bieten wir folgendes:

- Flexible Arbeitszeiten
- Kein Entlohnungsstress
- Aufgeschlossene sympathische Mitstreiter*innen

Bewerbungen für das „Klubnachrichten-Assessmentcenter“ 😉 bitte an:

Wir freuen uns auf dich

Macht uns den Postkorb voll!!

Sommerprogramm 2026

Termin		Zielgruppe		Ort	Ansprechpartner
Mo	16:30	Kinder	Training und Ausbildung	Stadt	Sabrina Wehmeyer Oliver Bahrmann
	17:00	Junioren	Training	Thune	Ulrich Kuhls
Di	09:00	Senioren	Rudern	Stadt	Rainer Fischer
	14:45	Erwachsene	Rudern (auch) für fortgeschrittene Anfänger	Stadt	Ute Zerjadtke
	17:00	Junioren	Training	Thune	Ulrich Kuhls
	17:45	Erwachsene	Rudern für Anfänger und Fortgeschrittene	Stadt	Ute Zerjadtke Klaus-Jo Arndt
	18:00	Masters Frauen	Training	Thune	*
Mi	17:00	Kinder	Training und Ausbildung	Stadt	Sabrina Wehmeyer Oliver Bahrmann
	17:00	Junioren	Training	Thune	Ulrich Kuhls
	18:00	Masters Männer	Training	Thune	*
Do	10:00	alle	Senioren-Rudern	Stadt	Rita v. Daggenhausen
	17:00	Junioren	Training	Thune	Ulrich Kuhls
	17:45	Erwachsene	Rudern für Anfänger und Fortgeschrittene	Stadt	Ute Zerjadtke
	18:00	Masters	Training	Thune	*
Fr		Kinder	Training und Ausbildung	Stadt	Sabrina Wehmeyer Oliver Bahrmann
	17:00	Junioren	Training	Thune	Ulrich Kuhls
	n. A.	Masters	Training	Thune	*
Sa	n. A.	Erwachsene	Samstagsrudern	Stadt	*
	n. A.	Junioren	Training	Thune	Ulrich Kuhls
So	n. A.	Masters	Training	Thune	*
	n. A.	Erwachsene	Sonntagsrudern	Stadt	*
	n. A.	Junioren	Training	Thune	Ulrich Kuhls

* Trainingsmannschaften nach Vereinbarung und allg. Ruderbetrieb ohne Übungsleiter

n. A. = nach Absprache

Sportstätten Stadt: Maschplatz 15, 38114 Braunschweig

Thune: Am Kanal, 38110 Braunschweig (Stadtteil Thune)

Stand April 2026, Angaben unter Vorbehalt

Aktualisierungen siehe: www.rk-normannia.de