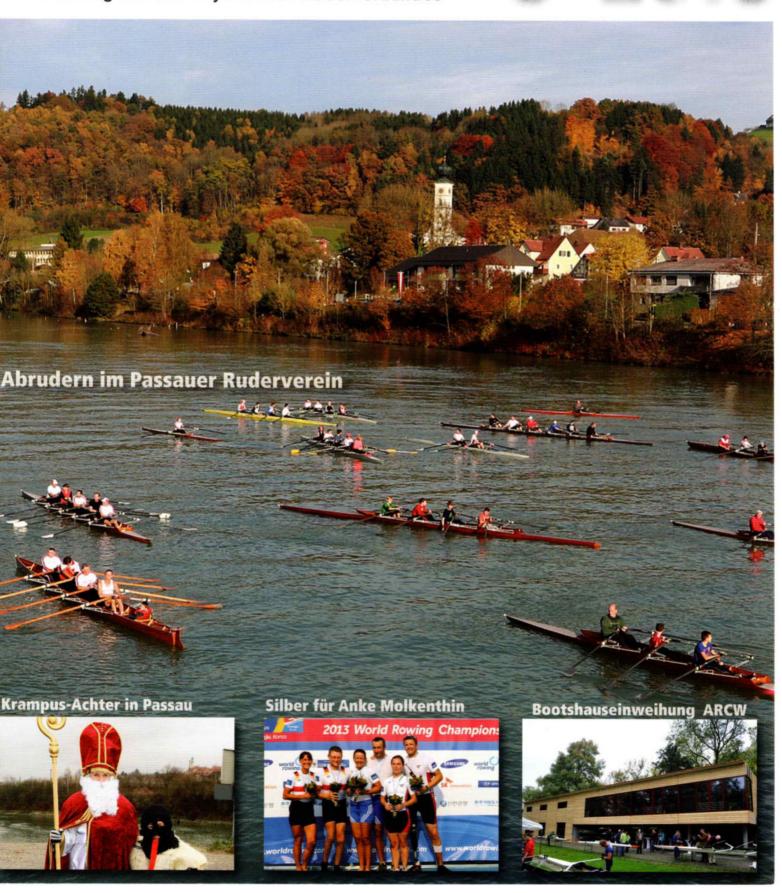
BRV reportation of the particular of the particu





Willkommensrabatt Gutschein-Code: mp-NK-10



Ihr Bild auf Leinwand

- Ihr Bild auf Alu-Dibond
- Ihr Bild hinter Acryl-Glas
- PVC-Banner
- Klebefolie
- KFZ-, Boot-Beschriftung
- ... und vieles mehr

Jörg Marchner m-poster

Semmelweisstr. 8 82152 Planegg

Tel: 089 / 89 82 76 72 www.m-poster.de

Wir wünschen allen ein frohes Weihnachtsfest und einen guten Start ins Neue Jahr 2014

Der Bayerische Ruderverband ist stolz auf die Erfolge seiner Sportler bei der Weltmeisterschaft in Chungju/Korea, den internationalen und nationalen Regatten.

Der Dank gilt allen, die an den Erfolgen mit beteiligt waren, den Sportlern, Trainern, Übungsleitern, den vielen Helfern in den Vereinen, sowie unseren Sponsoren, die uns bei der Förderung der Jugendarbeit unterstützen.

An die Referenten ein herzliches Dankeschön für die geleistete Arbeit. Die Redaktion bedankt sich außerdem ganz herzlich für die eifrige Mitarbeit am BRV report.



Hotel Blauer Karpfen

Am Schloss Oberschleißheim

Nur 2 km zur Olympia Ruderregatta





Genießen Sie Ihren Aufenthalt in unserem familiär geführten Hotel im Herzen der Schlösser-Gemeinde Oberschleißheim vor den Toren Münchens. Sowohl Geschäfts- als auch Urlaubsreisende finden hier gemütliche Hotelzimmer mit viel Komfort.





Einladung zur

Vorsitzendentagung - 15. März 2014 - Ingolstadt

Wir möchten hiermit alle Vereinsvertreter der Bayerischen Rudervereine ganz herzlich zur Vorsitzendentagung am Samstagden 15. März 2014 einladen. Die Tagung wird vom Donau-Ruder-Club Ingolstadt e.V. aus gerichtet.

Die offizielle Einladung mit der Tagesordnung erfolgt Ende Januar 2014 per Post an alle Vereine.

Ort:

Donau-Ruder-Club Ingolstadt e.V. Clubhaus

Westliche Ringstr. 8, 85049 Ingolstadt

Freitag, 14. März 2014

ab 19.00 Uhr

gemütliches Treffen der Vereins- und Verbandsvertreter im

Nebenzimmer des Gasthaus/Hotel zum Anker.

Tränktorstr. 1, 85049 Ingolstadt

Samstag, 15. März 2014

bis 09.45 Uhr

Anreise der Teilnehmer

10.00 Uhr

Beginn der Vorsitzendentagung im

DRCI Clubhaus Westliche Ringstraße 86

12.30 Uhr

Mittagessen in der Vereinsgaststätte "Riva del Fiume"

ca. 16.00 Uhr

Ende der Tagung

ab 10.30 Uhr

"Partnerprogramm" inkl. Stadtführung (auf Wunsch)

Bitte extra anmelden - findet bei mindestens 10 Teilnehmern statt.

Übernachtungsmöglichkeiten

Übernachtungsmöglichkeiten:

Hotel zum Anker, Tränktorstraße 1, 85049 Ingolstadt (Innenstadt)

Telefon: 0841/3005-0; E-Mail: hotel-anker@t-online.de

Übernachtungspreise: EZ 60 Euro / DZ 90 Euro incl. Frühstücksbuffet Buchung bis 28.02.2014 unter dem Stichwort "Donau Ruder Club"

Wir würden uns über eine zahlreiche Teilnahme möglichst vieler Bayerischer Rudervereine sehr freuen.

Bayerischer Ruderverband

Thomas Stamm Präsident Sieglinde Marchner Vizepräsident Verwaltung

S. Mardne

DRV-Veranstalter-Tagung / + WKR in Würzburg 09./10.2013 bei WRVB und ARCW

Text: Volker Sator - Fotos: Paul Zöller

Stichwort-Protokoll zu Vorbereitung, Tagungs-Ablauf nach DRV-Anfrage: Leiter Rolf Warnke

Anfrage über DRV-Gesch.-Stelle, wie Leiter AR Wettkampfwesen Rolf Warnke kurzfristig telefonisch ab Mitte September 2013, bei Volker Sator (früherem WKR =Wettkampfrichter und BRV-Obmann): Besteht für 2013 noch eine Übernahme-Möglichkeit der Tagung in WÜ? Weitere Kontakte anschließend per Mail und Telefon.

Rückfrage über Paul Zöller bei WRVB-Vorstandschaft wegen Tagungs-Durchführung im Saal des Neuen Bootshauses Nord des WRVB, ergibt Zusage. Gestaltung sowie Personalfrage für Küche / Verpflegung muss noch geklärt werden. Paul Zöller erarbeitet (mit WRVB-Kassenwart Vollrath) Einkaufskonzept für benötigtes neues Küchen-Material und Verpflegungsangebot. Er stellt weiter Getränke und Speise-Verkaufsplan auf mit Vorschlag für Preisgestaltung. Diese Angaben, kurzfristig mit DRV-Wünschen abgesprochen, ergibt volles Einverständnis.

Gemäß Vorschlag findet DRV-Vorstandstagung im Post-Hotel in H feld, ab Freitag Anreise, statt. (dort Beginn der DRV-Vorstands-Tagung, Resort Wettkampfwesen.) Vorbereitungstreff der zugesagten WRVB-Mitarbeiter in der Vorwoche und Saalvorbereitung / Ausgestaltung am Freitag / Vorabend.

Volker Sator begrüßt am Samstag früh DRV-Vorstandsmitglieder Wettkampfwesen (9 Pers.) und öffnet für Fortsetzung der Vorstandstagung im WRVB das Trainerzimmer. Erwartet und begleitet im Bootshaus-Saal Eintreffen der auswärtigen Veranstaltungsteilnehmer.

Ab 11 Uhr steht "Küchen-Team" für Verpflegung der Neuankömmlinge bereit.

Paul Zöller begrüßt ab Tagungsbeginn, 13.00 Uhr namens WRVB-Vorstandschaft die Tagungsteilnehmer und heißt sie in WÜ und Main-Franken herzlich willkommen.

DRV-Resort-Leiter Rolf Warnke bedankt sich zunächst beim Hausherrn WRVB für die freundliche Aufnahme in den neuen Bootshaus-Räumen, lobt die umfangreiche Einsatzbereitschaft des Damen-Serviceteams unter Paul Zöller und Organisationshilfe von Volker Sator:

Man fühle sich hier in WÜ ausgesprochen wohl und zeigte sich sehr erfreut über die idealen Tagungsbedingungen.

Dann begrüßt er die auswärtigen Teilnehmer und eröffnet die Tagung.

Tagungsverlauf:

Zur Erinnerung an die Veranstalter von Masters-Regatten 2013 überreichte Rolf Warnke zunächst noch Fotobände an Vertreter aus Köln, Münster und Duisburg.

Der Leiter DRV-Öffentlichkeitsarbeit Steffen Christgau schildert über die Ruder-Bundesliga (RBL) künftige Zielplanungen, Sponsorentätigkeiten und internationale Ansatzmöglichkeiten.

Karin Stephan übernimmt die Ansage bei Erörterung der Regatten-Terminplanung für das Jahr 2014 (Mstr. auch 2015) und sucht Lösungen wie Absprachen bei Überschneidungen.

Mark Bittner steigt in EDV-Fragen ein: erläutert das DRV-Meldeportalsystem. Er verbindet dabei die künftigen Planungen der Stamm-Dateien mit WKR-Einsätzen und Verbindungen zum DRV-Verwaltungsportal.

Stefanie Palfner (FISA-WKR-Komm.) informiert über Erfahrungen bei WM in Korea, Präsidentenwahl und Wechsel Oswald > Rolland und weitere Entwicklung von FISA-Events.

Uwe Gerstenmeier (Leiter der Regelkommission) stellt Eingaben von Regeländerungen / -ergänzungen vor und fordert zu Einschätzungen und Stellungnahmen auf. Er gibt Übersicht über laufende Erprobungsmaßnahmen. Es ergibt sich eine

von links: Volker Sator, Günter Jäckel, Rolf Warnke, Paul Zöller



rege Beteiligung und Meinungsaustausch aus dem bundesweiten WKR- und Veranstalterkreis, - von Leer und Hamburg, Berlin bis Breisach, von Köln bis Dresden. Ebenso kommt Dank und Anerkennung an das Veranstalterteam explizit zum Ausdruck, endend mit dem Wunsch auf gelegentliche örtliche Wiederholung in den nächsten Jahren!

Die DRV-Kommission (AR) Wettkampfwesen setzt anschließend ihre Vorstandsit-

zung bis frühen Abend im Trainerzimmer des WRVB fort.

Am Sonntagmorgen begrüßt Volker Sator die Mitglieder der WKR-Kommission: Willi Rüdel, Manfred Becker, Karin Stephan und Mark Bittner sowie Leiter Rolf Warnke im Clubraum des benachbarten ARCW zur üblichen Durchführung einer WKR-Prüfung (mit 3 Prüflingen aus gesamtem Bundesgebiet).

Auch hier bedankte man sich ausdrück-

lich für die freundliche Aufnahme und idealen Bedingungen bis zum einvernehmlichen Abschieds-Handschlag am frühen Nachmittag mit herzlichen Grüßen und Antritt der teils noch längeren Heim-

Karin Stephan > Terminplanung



K.ST. + Vorstandstisch Rolf Warnke, am Beamer Manfred Becker



rechte Tischreihe mit Stephen Christgau u. a.



Jakob Kaiser neuer Wettkampfrichter des DRV

vorgestellt von Axel Scholler

Liebe Ruderkameradinnen und Ruderkameraden,

im Rahmen der diesjährigen Veranstaltertagung in Würzburg, führte der Deutsche Ruderverband auch wieder Wettkampfrichterprüfungen durch. Aus dem Verbandsgebiet des BRV stellte sich Jakob Kaiser von der Bamberger Rudergesellschaft von 1884 e.V. der Prüfung und bestand souverän alle Prüfungsteile. Der Bayerische Ruderverband gratuliert Jakob Kaiser ganz herzlich zur bestandenen Prüfung und wünscht ihm bei seiner Tätigkeit als Wettkampfrichter viel Spaß und Erfolg und freut sich über seine tatkräftige Unterstützung bei den bayerischen Ruderwettkämpfen.



Durchwachsener Saisonauftakt der bayerischen Ruderer beim Langstreckentest in Mannheim

Text: Markus Wöstemeyer - Landestrainer

Traditionell treten alle Ruderer des deutschen Südens im November zum Langstreckentest in Mannheim an. Dieser stellt den Saisonauftakt für das neue Ruderjahr da und bietet die erste Gelegenheit sich im größeren Rahmen auf dem Wasser zu messen. Die fast 6 km lange Strecke auf dem Neckar bot mit leichter Strömung und ansonsten spiegelglattem Wasser hervorragende Bedingungen - wenn man davon absieht, dass ein Binnenschiff auf den letzten 500m der Strecke "geparkt" hatte und allen Sportlern ihre Steuerkünste voll abverlangte.

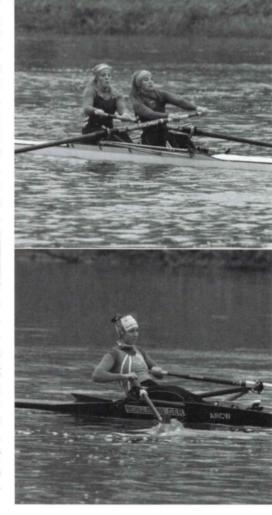
Das Abschneiden der baverischen Sportler ist sehr durchwachsen ausgefallen. So konnten die Jugendmeister aus 2013 im Leichtgewichts-Zweier-ohne Fabian Witteler (ARCW) und Max Olbrich (WRVB) ihrer Favoritenrolle gerecht werden und mit deutlichem Vorsprung diesen ersten Test der neuen Saison für sich entscheiden. Eine gelungene Generalprobe für den DRV-Langstreckentest im Dezember in Dortmund konnte Gundi Woll (ARCW) mit ihrem Sieg im Leichtgewichts-Frauen-Einer feiern. Im gleichen Rennen landet Mariam Rembold (MRC) auf dem dritten Rang. Simon Barr musste sich im Leichtgewichts-Männer-Einer nur dem international erfahrenen und hoch einzuschätzenden Michael Wieler (Wetzlar) geschlagen geben. Simon Barr kann der DRV-Langstrecke mit diesem Ergebnis optimistisch entgegensehen. In der Altersklasse bis 23Jahren belegte Joachim Agne (ARCW) Platz fünf.

Im Nachwuchsbereich machten die beiden Erlangener Sportler Lasse Grimmer mit Platz zwei und Frederik Schütte mit dem sechsten Rang im Leichtgewichts-Einer der B-Junioren auf sich aufmerksam. Lasse Grimmer ist als einziger Sportler des Medaillen-Vierers von der Jugendmeisterschaft in dieser Alters-

klasse noch startberechtigt und konnte Ende Oktober auch den Langstreckentest des BRV in Erlangen schon für sich entscheiden. In der gleichen Altersklasse belegten die beiden Schweinfurterinnen Karrlein und Ort die Plätze drei und vier im Leichtgewichts-Einer. Im schweren Einer der A-Junioren schob sich Björn Roßberg (Schweinfurter RCF) auf einen hervorragenden dritten Platz und Leo Schröpfer von der RG München 72 auf den fünften Platz. Im Leichtgewichts-Einer derselben Altersklasse erruderte Max Gronau (RG München 72) den vierten Platz und Christian Benz vom Kitzinger RV Platz sieben. Der Abstand zu Spitze dürfte den beiden noch zu groß gewesen sein, zumal noch ein stark einzuschätzender Julian Schneider (RV Erlangen) verletzungsbeding abmelden musste. Ebenso dürfte der siebte Platz von Lena Olbrich (RV Erlangen) und der achte Platz von Valentina Jarosch (ARC Würzburg) im Leichtgewichts-Einer der A-Juniorinnen die beiden Sportlerinnen noch nicht ganz zufrieden gestellt haben. Lena Olbrich, die in 2013 zur Meisterschaft mit Gold im Einer glänzte und nur denkbar knapp eine weitere Medaille im BRV-Auswahlvierer verpasste, strebt sicherlich auch für die kommende Saison 2014 wieder Edelmetall an

Das sehr breit aufgestellte Feld der schweren A-Junioren im Riemenbereich brachte noch nicht den gewünschten Erfolg. Mit Platz 7 durch Max Layer und Tobias Richter (beide Münchner RC) als stärkstes bayerisches Boot, dicht gefolgt vom Zweier des Klubs aus Regensburg mit Jonathan Schreiber und Jakob Mühlfelder, die sich überlegen in 2013 den Titel im U17-Leichtgewichts-Doppelzweier sichern konnten, ist bisher nur der Anschluss an die Spitzenpaarungen des Süd-Teams gegeben. Hier wird sich zei-

gen, ob möglicherweise Umbesetzungen mit den weiteren vier bayerischen Booten auf den Plätzen 10 bis 15 ein Heranrükken an die Spitze der besten Süd-Zweier ermöglichen. Dass das Niveau für das nächste Jahr besonders hoch ist, zeigt sich schon daran, dass die Vizeweltmeister im Vierer-mit sich ihren Vereinskameraden aus Nürtingen knapp geschlagen geben mussten und weitere Boote in knappem Abstand folgen. Für den weiblichen Riemenbereich lief es auch nicht viel besser. Mit Platz fünf konnten sich Sonja Schlosser (DRC Deg-



gendorf) und Sophie Mark (Würzburger RVB) zwar nominell einen Platz besser platzieren als ihre männlichen Kollegen, aber auch bei einem deutlich kleinerem Starterfeld. Den beiden muss zugutegehalten werden, dass sie erst drei Wo-

chenenden zusammen im Zweier verbracht hatten, bevor es in Mannheim an den Start ging.

Insgesamt waren zum diesjährigen Langstreckentest 46 bayerische Sportler aus 11 Vereinen am Start, so dass in fast allen ausgeschriebenen Rennen bayerische Sportlerinnen und Sportler vertreten waren.





BRV Fortbildungslehrgang "Team-Rowing" 2013

Text: Michael Böhme/RV Nürnberg - Fotos: Michael Böhme / Horst Laugwitz

Bedingt durch die kalte Jahreszeit verschwinden in den meisten Rudervereinen die Boote in der Bootshalle und werden erst mit den ersten Frühlingssonnenstrahlen wieder aus dem Winterschlaf geweckt. Da ist es schön wenn man auf Alternativen im Verein zurückgreifen kann. Die meisten Ruderer wechseln oftmals auf das Ruderergometer um möglichst fit durch den Winter zu kommen. Wer Einheit um Einheit allein vor sich hin rudert, kennt das Gefühl wie sich die Kilometer und Trainingseinheiten in die Länge ziehen können.

Die Möglichkeiten wie man das "einfache" Ergometerrudern zu einem gemeinsamen Gruppenerlebnis mit großem Spaßfaktor erweitern kann, wurden im Rahmen des diesjährigen Fortbildungslehrgangs "Team-Rowing" vermittelt. Veranstaltungsort war Ruderverein Nürnberg v. 1880 e.V. Dort wird bereits seit vielen Jahren das Thema Team-Rowing praktiziert und stetig weiter entwickelt. Inzwi-

schen werden für die Vereinsmitglieder sieben Kurse verteilt über die Woche angeboten und haben sich dort als feste Größe im Trainingsalltag etabliert. Die Gründe hierfür wurden während des Lehrgangs schnell deutlich. Team-Rowing macht Spaß, verbindet, lässt sich über alle Altersgruppen hinweg ausüben und bietet eine gute Möglichkeit die Ruderbewegung inkl. dem Mannschaftsgefühl vom Boot in die Halle zu übertragen. Durch den Lehrgang haben Thomas und Ilka Blumenberg geführt, die als langjährige Team-Rowing- Instruktoren dieses Thema über die Jahre mit entwickelt und über die Vereinsgrenzen hinweg bekannt

gemacht haben. Insgesamt 21 Teilnehmer aus 10 bayerischen Rudervereinen hatten sich für den Lehrgang angemeldet und waren nach Nürnberg angereist. Das Spektrum der Teilnehmer war äußerst bunt: Von jung bis alt, von Neuling bis Fortgeschrittener, von Breiten- bis Leistungssportler war alles vertreten. Damit sich alle gleich einen ersten Eindruck von der Thematik machen konnten, ging es nach einer kurzen Vorstellungsrunde zum ersten praktischen Teil des Kurses über. Bei einer kompletten Stunde konnte jeder Kursteilnehmer selber erfahren, was es heißt, gemeinsam im Takt zur Musik eine Einheit zu absolvieren.







Genauso bunt wie das Spektrum der Teilnehmer waren die weitere Programmpunkte des Lehrgangs: Eine Gerätekunde, die Organisation von Team Rowing- Kursen, die zielgruppenspezifische Erstellung von Trainingsplänen, die Rudertechnik mit Blick auf das rudertechnische Leitbild sowie sportmedizinische Aspekte des Ergometerruderns (vorgetragen durch Gastreferent Dr. Gerhard Haßler) wurden anschaulich erläutert. Und damit die Praxis nicht zu kurz kommt. konnte jeder Teilnehmer verschiedene Variationsformen beim Ergometerrudern selber ausprobieren. Auf den auf Slides gekoppelten Ergos kam da schon ein richtiges Mannschaftsgefühl wie im Boot

Am nächsten Tag waren die Teilnehmer dann selber gefordert. Aufgeteilt in mehrere Gruppen hatte jede Gruppe einen Teil einer Team-Rowing- Stunde vorzubereiten und dem Rest der Gruppe vorzustellen und diese anschließend anzuleiten. Zur getroffenen Musikwahl musste jeder seine Taktsicherheit auf dem Ergometer und den gleichzeitigen

Umgang mit einer Gruppe unter Beweis stellen und wurde gleichzeitig für eine Videoanalyse gefilmt. Bei der abschließenden Diskussions- und Feedbackrunde wurde deutlich, dass jeder Teilnehmer, unabhängig von den Vorkenntnissen, viele neue Ansätze und Wissen mit nach Haus nehmen konnte. Die einen konnten ihre eigenen Fähigkeiten als Instruktor weiter verbessern, die anderen haben sich vorgenommen Team-Rowing im eigenen Verein einzuführen.

Alles in allem war der Lehrgang eine sehr gelungene Fortbildung, bei der deutlich wurde, wie lang man auf dem Ergometer trainieren kann ohne die Lust zu verlieren. Das Training lässt sich mit den gezeigten Techniken zu einer kurzweiligen und anspruchsvollen Trainingsalternative ausbauen. Ideal für die bevorstehenden langen dunklen Wintermonate.

Vielen Dank an Ilka und Thomas Blumenberg für das gelungene Zusammenspiel von Wissensvermittlung und lockerer Atmosphäre.

Sichtungs-Lehrgänge des BRV und Süd-Teams

Herbst 2013 am LZM in Oberschleißheim

Text: Markus Wöstemeyer - Landestrainer

In den Herbstferien fanden auch in 2013 wieder die Sichtungslehrgänge des Süd-Teams und des Bayerischen Ruderverbandes statt. Am ersten Ferienwochenende treffen sich traditionell von Donnerstag bis Sonntag alle Aspiranten für das Süd-Teams des Folgejahres. Im Anschluss findet die erste Bestandsaufnahme aller bayerischen Ruderer für die Saison des Folgejahres statt.

Sichtungs-Lehrgang Süd-Team

Unter Leitung des Süd-Team-Chefs Dietmar Langusch (Limburg) versammelten sich in diesem Jahr 38 Junioren und 14 Juniorinnen, die sich mit ihren Leistungen

für das Süd-Team 2014 empfehlen wollen. Hinzu kamen noch fünf Steuerleute und neben Dietmar Langusch noch weitere zehn Trainer. Im Vorfeld des Lehrgangs wurden bereits Ergometer-Wettkampftests jedes einzelnen Sportlers abgefordert, die eine erste Orientierung über die Leistungsfähigkeit des Jahrgangs geben. Während des Lehrgangs wurden weitere Elemente der DRV-Testbatterie für den U19-Bereich abgeprüft. Dazu zählten ein 3000m-Lauf, Maximalkraft-Tests im Bankziehen, Bankdrücken und in der Kniebeuge, ein Starttest auf dem Ruderergometer und die maximale Wiederholungszahl an Klimmzügen. Die

Tests konnten jeweils zwischen den Wassertrainingseinheiten untergebracht werden, und damit verbunden auch eine hohe Kilometerleistung im Boot realisiert werden. Der Schwerpunkt des Trainings lag im Großboot und in der Bildung neuer Zweierkombinationen. Insgesamt haben wir im Süd-Team der Junioren bedingt durch die hohe Zahl derer, die schon Erfahrung aus dem letzten Jahr einbringen. ein sehr hohes Niveau. Mit mehr als vier Achtermannschaften zum Trainingsauftakt ist neben der hohen Qualität auch die Anzahl der Sportler so hoch, dass dieses Niveau auch bei Ausfällen als gesichert gelten darf. Anders sieht es im weiblichen Bereich aus. Mit 14 Sportlerinnen sind wir nicht in der Lage zwei Achtermannschaften auf die Beine zu stellen. Ebenfalls bietet sich in der Mannschaftsstruktur ein diametral anderes Bild zum männlichen Bereich. Nur einzelne Sportlerinnen bringen bereits Erfahrungen aus der Vorsaison mit, da die meisten Sportlerinnen aus der U17-Altersklasse in die A-Juniorinnen-Klasse aufsteigen.

Die Gesamtstruktur der Teilnehmer spiegelt sich auch in den bayerischen Süd-Team-Aspiranten wieder. Wir hatten einen Anteil von 13 Junioren, 2 Juniorinnen und 2 Steuerleuten aus acht bayerischen Vereinen.

Das nächste Ziel aller Teilnehmer ist der Langstreckentest im November in Mannheim. Dort treten alle Lehrgangsteilnehmer dann gegeneinander in Zweier-ohne und Einer an. Die Langstrecke in Mannheim ist der erste Test für alle im Boot.

Sichtungs-Lehrgang des BRV

Mit einem Tag Verschnaufpause ging es in den Herbstferien in die zweite Runde der Sichtungs-Lehrgänge. Hier konnten sich alle bayerischen Sportler präsentieren. Der Lehrgang hat (erfreulicherweise) immer einen hohen Anteil an U17-Sportlerinnen und -Sportlern, die bereits den Langstreckentest des BRV in Erlangen und einen ersten Ergometertest über 1500m hinter sich haben. Zudem fanden einige Sportler des vorangegangenen Süd-Team-Lehrgangs, aber auch zahlreiche weitere A-JuniorINNen und SeniorIN-Nen den Weg ins LZM. Insgesamt waren 96 Teilnehmer aus 11 bayerischen Rudervereinen am Lehrgang beteiligt, darunter 17 Trainer, 2 Ärzte und natürlich Gerd.

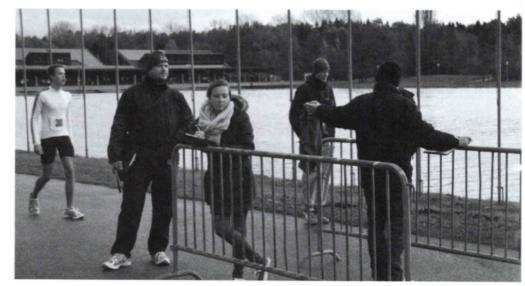
Das Lehrgangsprogramm war für die Sportler und auch die anwesenden Trainer prall gefüllt. Den Auftakt machte am Dienstagnachmittag für die U19- und Senioren-Sportler ein Mehrstufentest auf dem Ruderergometer zur Trainingskontrolle und Leistungssteuerung. Dabei haben wir in diesem Herbst erstmalig den Standardtest des DRV mit Stufenlängen von 4 Minuten genutzt. Die Blutabnahmen wurden von unserer Verbandsärztin Christiane Heinrich und Benedikt Lenzen vor-

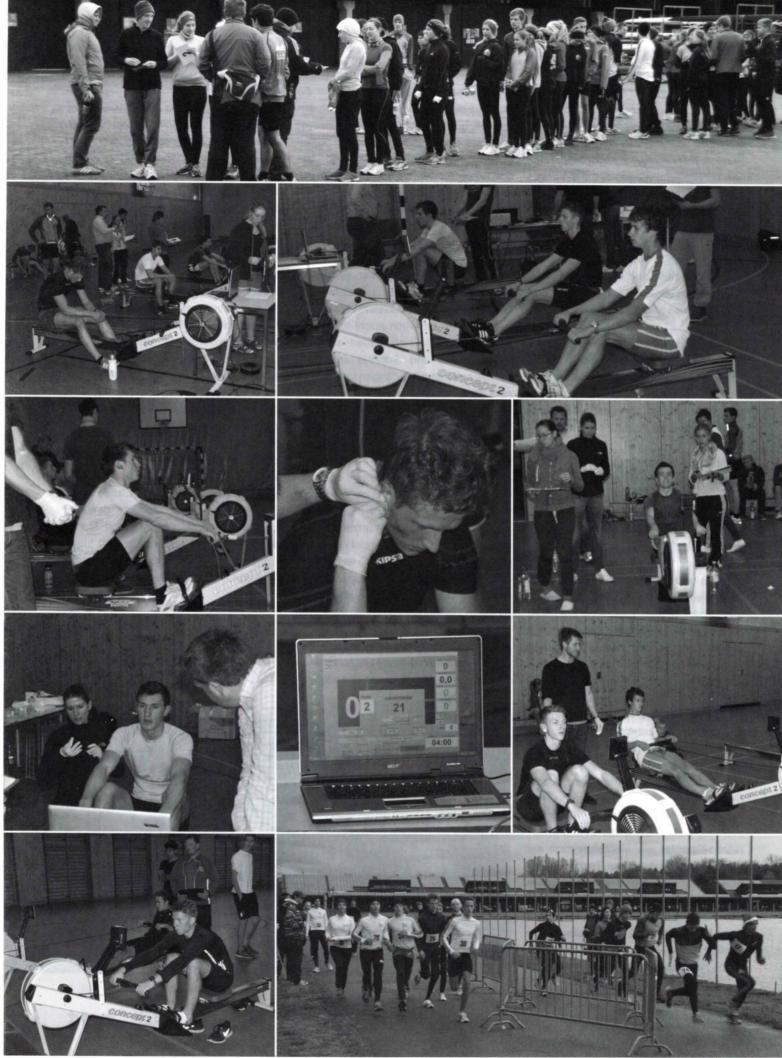
genommen. Mit der Unterstützung des Olympiastützpunktes Bayern konnte die Auswertung der Stufentests optisch anschaulich aufbereitet und den Sportlern konkrete Trainingsempfehlungen mitgegeben werden. Weitere Tests sind über den Winter für die Sportler der älteren Junior-Klasse und die Senioren zur Trainingssteuerung geplant. Obligatorisch ist der Lauftest für alle Teilnehmer des Sichtungslehrgangs über die Strecke von 3000m. In diesem Jahr waren einige Sportler davon ausgenommen, die bereits am Wochenende zuvor mit dem Süd-Team diesen Test absolviert hatten. Gerudert wurde natürlich auch! Insbesondere im U17-Bereich haben sich die Sportlerinnen und Sportler über den Langstreckentest in Erlangen und die bereits absolvierten Ergometertests für die Mannschaftsbildung 2014 empfohlen. So konnten bereits Mannschaftsboote nach den bisher erbrachten Leistungen zusammengesetzt werden. Die sechs Tage im LZM boten darüber hinaus noch diverse Möglichkeiten die Besatzungen zu variieren und für die Sportler die Chance sich in wechselnden Besatzungen auf einander einzustellen. Beendet wurde der ansonsten vom Wettergott mit wenig Wind und viel Sonnenschein versehene Lehrgang mit der Abschlussbelastung bei leichtem Regen und einer ordentlichen Portion Wind.

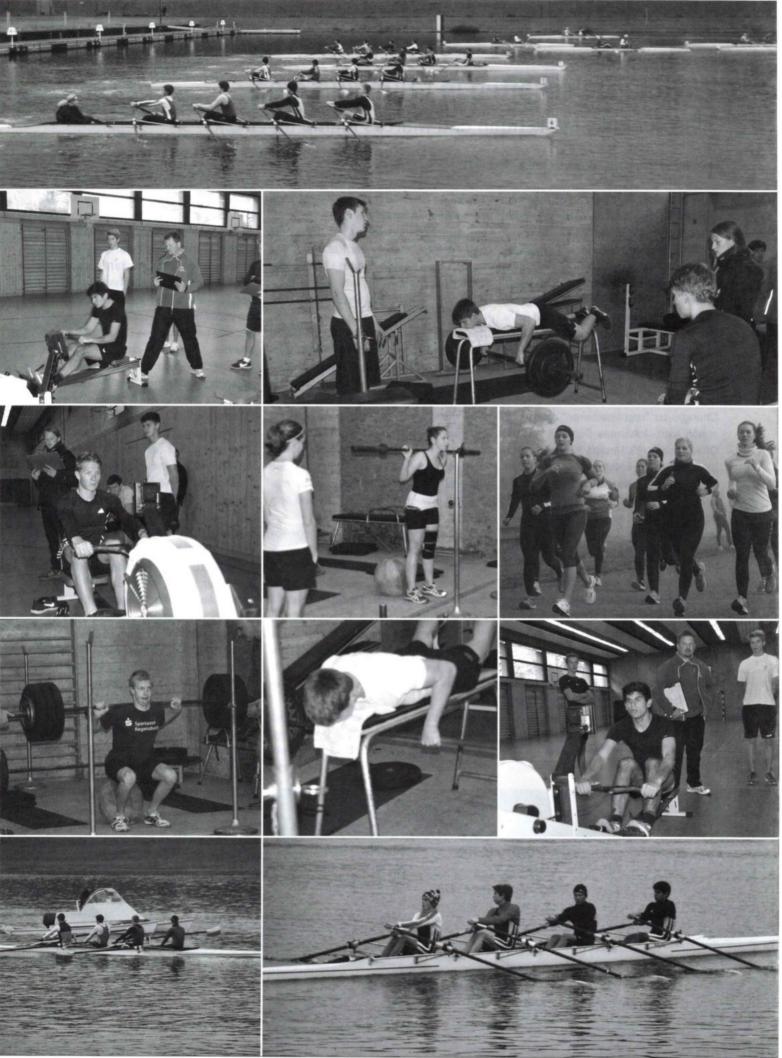
Auch für die anwesenden Trainer stand Sport auf dem Programm! Unter fachkundiger Anleitung durch Gewichtheber-Trai-

ner Günter Ferg wurden die wichtigen Basisübungen Umsetzen und Kniebeugen-Variationen in Theorie und Praxis erlernt. In einer lockeren Atmosphäre wurden wichtige Korrekturhinweise gegeben und jeder konnte hautnah im Selbstversuch die Übungen ausprobieren. Um das Erlernte auch direkt einzusetzen stand für die Sportler am Folgetag Krafttraining mit einer Einführung in das Umsetzen und Kniebeugen auf dem Programm. Hier konnte konzentrier in Kleingruppen unter zahlreichen Traineraugen mit der Langhantel geübt werden. Zum Auftakt des Wintertrainings hat das Krafttraining eine besonders große Bedeutung und sollte mit den koordinativ anspruchsvollen Langhantel-Übungen bereichert werden. Jetzt steht ein langer Winter vor der Tür. aber die nächste Regattasaison kommt bestimmt. Und deshalb gilt natürlich auch in diesem Jahr wieder: Weltmeister werden im Winter gemacht!

Ich möchte die Gelegenheit nutzen, mich an dieser Stelle bei allen Trainerkollegen ganz herzlich zu bedanken, die dieses Trainingslager erst möglich gemacht haben, die vereinsübergreifend Mannschaften betreut haben, sich mit Ideen eingebracht haben und das alles während des Urlaubs! Vielen Dank!







Weltmeisterschaften in Chungju/Korea Silber für Anke Molkenthin und Marcus Klemp im LTA2x

Text: Anke Molkenthin - Fotos: Oliver Quickert /DRV

Eigentlich war es eine Notlösung. Vom LTAmix 4+, der im letzten Jahr in London paralympisches Silber holte, sind nur noch die beiden Männer und eine Frau weiter aktiv und eine zweite körperbehinderte Frau, die auf internationalem Niveau rudert und in die Team-Kombination passt gibt es in Deutschland derzeit nicht. Nachdem auch der für das Para-Ruder zuständige Cheftrainer gewechselt hatte und die Saison immer weiter fortschritt kam der Auftrag vom DRV mit den verfügbaren Ruderern bei der WM in Chungju zu "repräsentieren" wie es so schön hieß. Johannes Schmidt von der Offenbacher RG Undine konnte ja problemlos weiter seinen ASM 1x fahren, einen Vierer gab es wie erwähnt nicht und somit blieb nur die Option die neue nicht paralympische Bootklasse, den LTAmix 2x, zu besetzten. Diesen 2x dürfen nur Männer und Frauen mit einer hohen Punktzahl im Behinderungsgrad fahren. also nur Ruderer mit 5% Restsicht und weniger, sowie körperbehinderte Ruderer mit einer Mindestpunktzahl doppelt so hoch wie im LTAmix 4+. Aufgrund von Vorkommnissen im Vorjahr und vorhandener Fähigkeiten im Skullen blieb nur die Kombination aus Marcus Klemp von RSV Ribnitz-Damgarten Abt. Rudern und Anke Molkenthin vom Waginger RV. Ein Notlösung deshalb, da Marcus Klemp als TA klassifizierter Ruderer natürlich gewaltige körperliche Nachteile gegenüber

z.B. einem sehbehinderten LTA-Mann hat. Beide hatten bereits bei den Ergo-Weltmeisterschaften in Boston im Februar mit den Titelgewinnen in der Klassen TA M bzw. LTA-pd W belegt, dass sie trotz fehlender Perspektive für die Saison dennoch im Winter konsequent trainiert hatten.

Das gemeinsame Training wurde durch die Umstrukturierungen im DRV erst im Juni aufgenommen, nachdem internationale Vergleichsmöglichkeiten wie die jährliche Para-Ruderregatta in Varese/IT oder der Weltcup in Eton bereits der Vergangenheit angehörten. Anke und Marcus waren sich dennoch einig auch unter den nicht optimalen Bedingungen das Meistmögliche aus der Situation zu machen, was auch immer das am Ende sein

Die ersten gemeinsamen Trainingswochenenden waren eher ernüchternd, gefahrenen Testzeiten in keiner Weise zufriedenstellend und jeder Kilometer ein Kampf mit Körper und Material. Aber die Hoffnung stirbt ja bekanntlich zuletzt und so wurde weiterhin an Wochenenden und auch bei der UWV im August konsequent auf der Regattaanlage in Oberschleißheim an der Weiterentwicklung gearbeitet

Für Marcus war die Aufgabenstellung eine ganz besondere Herausforderung, da er aufgrund seiner Behinderung nicht über die erforderliche Beinkraft und Oberkörperstabilität verfügt, die im LTA-Bereich gefragt ist. Was er in den Sommerwochen und bis zu den WM-Rennen erarbeitet und geleistet hat ist wirklich au-Berordentlich und verdient besondere Hochachtung. Viele Kilometer wurden in den Morgenstunden alleine zurückgelegt um zunächst die notwendige Beweglichkeit und gemeinsames Bootsgefühl zu erarbeiten, um dann in den nachfolgenden Trainingseinheiten im Tagesverlauf unter Anleitung von Jochen "Wolli" Weber oder auch Eva und Markus Wöstemeyer effektiv trainieren zu können. Nach individuellen Anpassungen am Material wie z.B. ein erhöhter Rollsitz und höhere Dollenstifte für Marcus, die ihm das Einnehmen der Auslageposition erleichtern, sehr dünne Skullgriffe für Ankes behinderten Arm und eine besondere Winkelstellung des Schuhes auf der Stemmbrettplatte um die Dystonie im linken Bein besser unter Kontrolle zu haben, fand der Zweier langsam aber sicher immer besser zusam-Auch die Zeiten über Teststrecken wurden schneller und insgesamt stieg die Zuversicht zumindest im Rahmen der Möglichkeiten wirklich zu repräsentieren und nicht zu blamieren. Auch bei Johannes Schmidt lief die Vor-





bereitung sehr gut und zeigte eine starke

Weiterentwicklung gegenüber den Vor-

jahren. Wolli ist zudem sein Heimtrainer

und so konnte er über die Saison durch-

gehend von ihm betreut werden.

Einmal in Korea angekommen gab es die erste positive Überraschung. Der von der Fa. Empacher zur Verfügung gestellte Doppelzweier war in jeder Hinsicht optimal für Anke und Marcus.

Die täglichen zwei Trainingseinheiten auf dem Tangeum-See bei schwülwarmem Wetter verliehen den letzten Schliff und während sich Johannes Schmidt mit einer guten Leistung für das B-Finale im ASM 1x qualifizierte konnten Anke und Marcus beim Bahnverteilungsrennen hinter der Ukraine und vor den USA und Korea eine mittlere Startbahn für den Endlauf zwei Tage später sichern.

Allerdings musste dann kurzfristig Flexibilität bewiesen werden. Heftige Unwetter waren für den Finaltag der Para-Rennen angekündigt und so beschloss die Organisation die Rennen um einen Tag, also gleich auf den Tag nach den ersten Rennen vorzuverlegen.

Johannes gewann das B-Finale gewinnen und erreichte mit einem 7. Gesamtrang die bisher beste Platzierung eines deutschen ASM Einers bei einer WM.

Anke und Marcus wussten, dass der ukrainische Doppelzweier ihnen überlegen war, aber bekanntlich ist ein Rennen ja erst im Ziel beendet. Die Taktik war somit einen schnellen Start hinzulegen. es der Ukraine so schwer wie möglich zu machen, das hohe Anfangstempo bis 250 m durchzuziehen und dann im Mittelteil der 1000m- Strecke mit vorher festgelegten Druckspurts zu schauen was machbar war. Es lief gut - so gut wie nie zuvor! Der Start lief hervorragend und die Ukraine brauchte einige Meter um dann endgültig Schlag für Schlag ihre Führung auszubauen. Aber der deutsche Doppelzweier fuhr sein Rennen und wusste. dass Silber realistisch war. Schnell hatten sich die beiden führenden Boote von

den USA und Korea abgesetzt und auch bis zum Ziel gab es keine Änderungen mehr an der Reihenfolge. Allerdings lieferten sich die beiden letztgenannten Nationen einen harten Kampf um Bronze, der erst auf den letzten Metern und im Fotofinish entschieden wurde.

Für Anke und Marcus, die in einer Zeit von 3:34 die Ziellinie überquerten war dies ein Erfolg, mit dem sie noch im Juni nie gerechnet hatten. Silber bei den Weltmeisterschaften – ein wahrlich erstaunliches Ergebnis! Hart erarbeitet, wohl verdient und dennoch irgendwie unverhofft....



Bamberger Rudergesellschaft - 100-jähriges Bestehen 2014 Vorankündigung

Die Bamberger Rudergesellschaft von 1884 e.V. feiert 2014 das 100-jährige Bestehen seines Bootshauses. Bereits zum 125-jährigen Vereinsjubiläum 2009 wurde das Bootshaus komplett herausgeputzt, aber für die Festlichkeiten im kommenden Jahr fehlt noch ein Detail: an den vielen Vereinsflaggen am Fahnenmast hat der Zahn der Zeit genagt.

Wir würden uns daher freuen, wenn andere Rudervereine uns ein Exemplar ihrer Fahne schicken würden.

Zur Geschichte des Bamberger Bootshauses:

In den ersten Jahren der Bamberger RG wurden die Boote gegen eine Mietentschädigung von 50 Mark im Keller der barocken Villa "Concordia" gelagert. In der Villa befindet sich heute ein internationales Künstlerhaus (http://www.villaconcordia.de).

1890 beginnen erste Bemühungen, ein eigenes Bootshaus zu schaffen, die Erhöhung des Mietschillings von 50 Mark auf 300 Mark forcierten die Pläne, allerdings wurden alle Eingaben vom Kanalamt in Nürnberg abgelehnt. In den Folgejahren scheiterten alle Versuche, mit neuen Eingaben eine Genehmigung zum Bau eines eigenen Bootshauses zu erhalten. 1902 wurde vom Kanalamt in Nürnberg sogar ein Befahren der "kanalisierten Regnitz" von Bamberg bis Bug verboten, erst ein massiver Einspruch und das Bezahlen einer jährlichen Ge-

bühr von 60 Mark führten zur Rücknahme des Verbotes.

1909 wurde in Frankfurt am Main der "Regattaverein Regnitz" gegründet. Der Regattaverein hatte es sich zur Aufgabe gemacht, die Bamberger Ruderstrecke als "Deutsches Henley" auszubauen: nicht ohne Schwierigkeiten. Der Durchbruch gelingt erst, als König Ludwig III. sich einschaltet. Er verfügt, dass Badehaus "Salubritati" abzureißen und an der gleichen Stelle das heutige Bootshaus der Bamberger Rudergesellschaft zu errichten.

1914 wird das Bootshaus fertiggestellt und in Anwesenheit von König Ludwig feierlich eingeweiht.

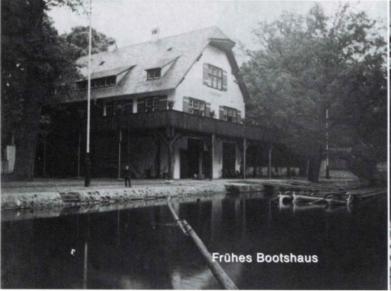
Als 1945 die amerikanischen Truppen in Bamberg einzogen, wurde das Bootshaus im Hain für die Ruderei gesperrt, Ende Dezember 1952 wurde es wieder freigegeben.

Seitdem wurde das Haus mehrmals er-

weitert, zuletzt 1992 mit dem Neubau des Sanitärtraktes und einem großzügigem Bau von Hantelräumen, Sauna und Gymnastikhalle. Heute hat die Bamberger Rudergesellschaft weit über 500 Mitglieder. Die zentrumsnahe Lage und die idyllische Lage im Bamberger Hain macht das Rudern für Bamberger attraktiv: 2013 wurden über 100 Kinder und Erwachsene verschiedenster Altersklassen in Ruderkursen ausgebildet.

Bamberger Rudergesellschaft von 1884 e.V. Mühlwörth 18a, 96047 Bamberg

www.bamberger-rudergesellschaft.de
Die Bamberger RG auf facebook:
https://www.facebook.com/groups/242630
522424205/







Mannschaftsbildungsprozess 2014 für BRV-Auswahlboote

Text: Auszug aus Festlegung 2014 /Landestrainer Markus Wöstemeyer

Das Mannschaftsbildungskonzept aus 2013 wird für das Jahr 2014 fortgeschrieben. Da sich das Konzept aus 2013 im Grundsatz bewährt hat und in den drei Bereichen JF-Skull, JM-Skull und JM Skull Lgw. zu schlagkräftigen Mannschaftsbooten und zu zählbaren Erfolgen beigetragen hat, werden die Grundzüge des Modells auf die Saison 2014 übertragen.

Veränderungen gibt es insbesondere in der Terminplanung und in einzelnen Details, die sich im Vorjahr noch als nicht optimal definiert erwiesen haben.

Als Eingangsvoraussetzungen bleiben die Teilnahme an den Langstreckentests des BRV und die Abgabe von Ergebnissen des Ergometer-Wettkampftests erhalten. Der Ergometer-Test fließt im Rahmen der Maßnahmen im Ostertrainingslager in die Formierung einer ersten Regattamannschaft ein. Grundsätzlich wird die Auswahl der Sportler in der Altersklasse U17 auf der Grundlage von Ergebnissen im Skull-Boot betrachtet, was die Bildung von Riemen-Booten bei entsprechendem hohem rudertechnischem Niveau nicht ausschließt.

Die Rangliste wird zu Beginn des Oster-Trainingslagers in München ausgefahren und im Anschluss die Seat-Races mit einem Versatz von zwei Tagen. Dieses Vorgehen bietet sich an, da die Rangliste von Beginn an in der Mannschaftsbildung berücksichtigt werden kann. Für alle Teilnehmer an diesen Maßnahmen wird vorausgesetzt, dass diese auch für die Mannschaftsbildung zur Verfügung stehen.

Der Schwerpunkt der Mannschaftsbildung liegt auf der Bildung schlagkräftiger Großboote. Sollte sich kein erfolgversprechendes Projekt ergeben oder ist eine andere Bootsklasse erfolgversprechender, wird diese weiterverfolgt. Analog zu diesem Vorgehen können bei entsprechend vielen leistungsstarken

Sportlerinnen und Sportlern auch mehrere Bootsklassen parallel gebildet werden. Wünschenswert ist in jedem Fall, dass die leistungsstärksten Sportler für die Mannschaftsbildung zur Verfügung stehen.

Das Ziel der bayernweiten Zusammenarbeit ist die Optimierung des Erfolgs für unsere besten Sportlerinnen und Sportler. Unter Optimierung ist zu verstehen, dass wir möglichst viele Sportler in die A-Finalrennen der Deutschen Jahrgangsmeisterschaft bringen und diese um die Vergabe der Medaillen rudern. Insbesondere werden bei der Zusammensetzung der Boote die Erfolgschancen in allen Bootsklassen und Besetzungen berücksichtigt.

Die Zielsetzung: Der Bayerische Ruderverband möchte über die Bildung von Auswahlmannschaften besonders talentierte Sportler fördern. Diesen Sportlern soll die Möglichkeit gegeben werden mit den besten Sportlern, die innerhalb Bayerns rudern, zusammen in einem Boot zu sitzen.

Die Betreuung der Boote soll federführend durch einen Vereinstrainer erfolgen, der mit dem stärksten Sportler oder der Mehrzahl der Sportler im Boot vertreten ist. Die Betreuung wird durch den Landestrainer und die Landeshonorartrainer unterstützt. Die Bootsklasse wird dabei so groß wie möglich gewählt. Das heißt, bei entsprechender Zahl an Sportlern hat die Besetzung von Großbooten Priorität.

Gefördert werden Mannschaften, die mindestens den Einzug in das A-Finale der Deutschen Jugend und Jahrgangsmeisterschaften erwarten lassen. Ziel ist der Gewinn von Medaillen beim Zielwettkampf durch die Auswahlmannschaften. Sollte sich in einem Disziplin-Bereich kein schlagkräftiges Boot formieren lassen, das das geforderte Ziel erreichen kann, wird hier kein Auswahlboot durch den BRV gebildet. Analog dazu können im

umgekehrten Fall, wenn sich sehr viele leistungsstarke Sportler eines Disziplin-Bereichs um die Plätze im Mannschaftsboot bewerben, auch mehrere Boote gebildet werden.

Die Sportler sollen einen Bezug zum System "Leistungssport" bekommen und lernen mit Siegen und auch mit Niederlagen umgehen zu können. Die Ausbildung dieser Fähigkeit soll durch die Trainer unterstützt werden und dazu beitragen die Sportler langfristig im Leistungssport zu halten und den Übergang in die nächste Altersklasse zu sichern. Durch den Austausch der Sportler, Vereinstrainer, Landeshonorartrainer und dem Landestrainer werden die Sportler zum einen an ein langfristig orientiertes Training herangeführt und in ein leistungssportliches Training eingebunden, das die langfristige sportliche Entwicklung gewährleistet und auf eine solide Basis stellt.

Aktuelle Entwicklung am Standort Regattaanlage München

Status: Dezember 2013

Maßnahme	Beschreibung	Umsetzungszeit- punkt	ngszeit- Bemerkungen Aktuell			
Bundesstützpunkt Para- Rowing	Installation eines Bundesstützpunkt Rudern und Kanu	ab Juni2013	Die Gespräche zwischen dem DBS/DRV/DKV wurden geführt. Die Fachverbände haben Ihr Einverständnis zugesichert. Das Spitzengespräch der Präsidenten der Bayerischen und Deutschen Verbände Kanu, Rudern und Behindertensport hat im Juli 2013 im LZM stattgefunden. Eine Absichtserklärung zur Gründung eines gemeinsamen Paralympischen Trainingsstützpunktes (PTS) "Pararowing/Paracanoing" auf der Regattaanlage in Oberschleißheim (Leistungszentrum München) wurde unterzeichnet.	DSB finanziert Bundeshonorartrainer- stelle. Der DRV hat seinen Pararowing. Stützpunkt in München installiert. Trainingsaktivitäten wurden aufge- nommen; Bundestrainer im DRV/DBS sei Juni 2013 installiert. Zusammenführung der Bundeskader zu Trainingslehrgängen Weitere Lehrgänge, über das Jahr verteilt, haben stattgefunden.		
Landesstützpunkt Para- Rowing	Installation eines Landesstützpunkt Rudern	ab Juni 2013	Gespräche mit dem DBS geführt. Ein Kooperationsvertrag wurde bereits 2008 zwischen dem Bayerische Ruderverband (BRV) mit dem Bayerischen Behinderten- und Rehabilitationssportverband Bayern (BVS) geschlossen. Grundsätzliches Einverständnis des BSV zur Unterstützung der Maßnahme liegt vor.	Projektleitung mit Eva Wöstemeyer seitens der BRV installiert. Zielsetzung Festigung und Ausbau der Stützpunktstrukturen (Organisation, Ausbildungswesen, Werbung von behinderten Sportlern,). Mittel für die Besetzung einer LHT -Stelle aus Fachverbandsmittel bereitgestellt. Besetzung ist eingeleitet. Anke Molkenthin konnte als Unterstützung für die Seminare gewonnen werden. Erstes Seminar für Ausbilder und Para- Ruderer ausgeschrieben.		
Förderverein "Gemeinsam Rudern" mit Sitz am Standort	Gründung eines Fördervereins zur Unterstützung des Behindertensports und zur Inklusion	ab Juli.2013	Der Förderverein hat sich zur Aufgabe gemacht die Integration der Menschen mit Behinderung am Standort München voran zu treiben. Als Trägerverein soll er die Aktivitäten im Rudern für Menschen mit Behinderung und die Inklusion im Rudersport unterstützen.	Gründung am Sonntag den 30.06.2013 unter Beteiligung von Ruderern mit Behinderung aus den Schulen, dem Bundesstützpunkt und den Vereinen wurde durchgeführt. Der Verein ist z.Zt. aktiv und bereitet sich auf seine Geschäfte vor.		
Nachwuchsstützpunkt Ulm/Süd	Bundesstützpunkt Nachwuchs	in 2014	Der Nachwuchsstützpunkt Ulm/ Süd (Ulm/München) eine Kooperation der Fachverbände Bayern und Baden Württemberg wurde mit Unterstützung des Deutschen Ruderverbandes beim DOSB beantragt. Die Genehmigung des DOSB liegt seit November 2013 vor.	Die Beantragung wurde mit Unter- stützung des Deutschen Ruderverbandes vorangetrieben. Ziel war es, den Antrag bis Oktober 2013 erneut beim DOSB einzureichen. Die Stützpunktarbeit erfolgt an den Standorten München und Ulm. Die Ausgestaltung der Stützpunktarbeit durci die Fachverbände sowie die konkreten Abstimmung mit dem DRV werden Anfang 2014 aufgenommen.		
Landeleistungszentrum Rudern	Installation eines Landesleistungszentrum Rudern	noch offen	Abhängigkeiten: Klärung der Zukunft der Regattaanlage am Standort. Willenserklärung der Stadt München zur Fortführung der sportlichen Anlagen für den Rudersport Antragstellung zur Genehmigung eines Zentrums beim BLSV noch notwendig. Spitzengespräch hierzu mit BLSV, Fachverband, Stadt München Sportamt hierzu wurde im September 2013 durchgeführt.	R+F Programmes, ausgelegt auf die Anforderungen eines Ruder- Leistungszentrum wurde seitens des BRV erstellt und liegt dem Sportamt der Stadt München vor. Ein detailliertes Leistungssportkonzept des BRV, als weitere Grundlage zur Bewilligung, ist z. Zt. in Bearbeitung und soll im Januar 2014 mit dem BLSV beraten werden.		
Ländervergleichskampf Rudern (Bayern, Baden Württemberg, Hessen, Saarland	Regatta für den Nachwuchsbereich der Landesverbände	12/13.10.2013	Veranstalter und Ausrichter der Bayerische Ruderverband in Zusammenarbeit mit den Münchner Vereinen	Wettkampf unter der Beteiligung von ca. 400 Aktiven Ruderinnen Ruderern erfolgreich abgeschlossen. Länderwertung 1.Platz BaWü; 2 Platz BAY		





Bayerische Meisterschaft	erische Meisterschaft Ruderverbandes Ende Juli 2014 Veranstalter der Bayerische Ruderverband; Ausrichter die Münchner Vereinen		Regatta bereits für 2014 vom Bayerischen Ruderverband an die Münchener Aus- richter vergeben. Geplant ist es, die Veranstaltung im zwei Jahres-Rhythmus auf der Regattanlage durchzuführen. Die Ausschreibung wird erstellt. Abgabe- termin 18.12.2013	
Euromaster Rudern	Spitzenregatta für den Masterbereich mit internationaler Beteiligung	in 2014	Veranstaltung der FISA, Ausrichter der Verein Regatta-München	Die Ausschreibung wird erstellt. Abgabe- termin 18.12.2013. Die Regattaorgani- sation ist in der Vorbereitung.
Europameisterschaften	Spitzenregatta für den europäischen Spitzenleistungssport	in 2016	Ausschreibung der FISA; Anfrage des Deutschen Ruderverbandes zur Möglichkeit einer Durchführung der Europameisterschaft in München; Veranstaltung der FISA, Ausrichter der Verein Regatta-München	Keine Ausrichtung der Regatta seitens des BRV/RM. Die Stadt München wurde davon in Kenntnis gesetzt.
Deutsche Jahrgangsmeisterschaften U17- U23	Nationale Meisterschaften des Deutschen Ruderverbandes	noch offen	Anfrage des Deutschen Ruderverbandes zur Bereitschaft die Meisterschaften in München durchzuführen; Ausrichter der Verein Regatta München;	Die Durchführung einer Meisterschaft steht im engen Zusammenhang mit einem handlungsfähigen Verein Regatta München.
Internationale DRV Juniorenregatta	Spitzenregatta für den Juniorenbereich (15-18 Jahre) mit internationaler Beteiligung	jährlich im Mai des Jahres	Veranstalter der Deutsche Ruderverband; Ausrichter der Olympia-Regatta-Verein München (ORM); Vergabe durch den Deutschen Ruderverband erfolgt im jährlichen Rhythmus.	Mit gutem Erfolg hat in 2013 die Veranstaltung unter neuer Führung stattgefunden. Zuschlag des DRV auch für 2014 ist erfolgt.
Schulsport in München	Kooperationen Verein Schule mit den Münchner Vereinen	in 2013	Die Integration des Rudern in die Schulen ist größtenteils auf SAG zurück zu führen. Die Ruderausbilder/Trainer sind außerhalb des Schulsports in den Vereinen angesiedelt.	Voraussetzungen mit Bootspark im LZM vorhanden. Notwendige Integration der Ruderausbildung für Lehrer muss vorangetrieben werden. Ebenso die Ansiedlung von Ruder Sportlehrern in den Münchener Schulen.
Elite des Sports im Münchener Norden	Kooperation Schulsport mit Landesstützpunkt Rudern	noch offen	Abhängigkeiten: Fertigstellung der Schule im Münchner Norden; Aufnahme des Rudersports in die Schulform. Installation eines Landesleistungszentrum am Standort zur	Anfrage beim SM für Unterricht und Kultus auf Aufnahme der Sportart Rudern ist Juli 2013 erfolgt. Strategiegespräch mit BLSV zur Abstimmung der weiteren Vorgehensweise wurde im September 2013 vorgenommen. Die Leilinien des KUMI/DOSB/Olympia Stützpunkt Bayern zur Aufnahme an die Eliteschule werden zur Zeit, seitens des BRV, auf ihre Realisierung geprüft.
Deutsche Jahrgangsmeisterschaften U17- U23	Nationale Meisterschaften des Deutschen Ruderverbandes	2023.06,2013 Erfolge für der Bayerischen Verein im BRV		Medaillien: U17 11; U19 16; U23 7 = 34 Plazierte: U17 11; U19 11; U23 6 = 28 HF/HL: U17 24; U19 15; U23 1 = 40 Finale: U17 22; U19 27; U23 13 = 62 Starts: U17 46; U 19 42; U23 14 = 102
Para-Ruderer bei den Weltmeisterschaften	Weltmeisterschaften 2013 auf dem Tangeum- See in Chungju, Südkorea		Erfolge für der Bayerischen Verein im BRV Finale A: Para-Mixed-Doppelzweier	Silbermedaille Anke Molkenthin (Waginger RV) und Marcus Klemp
2013 Standortsicherung für Nationale und internationale Regatten Gründung eines Regatta Vereins in München		09.11.2013	Aufgrund der anstehenden Insolvenz des ORM in Abwicklung ist zur Sicherung der Regatten am Standort Regattaanlage Oberschleißheim ein neuer Verein zu installieren.	Die Informations-/ Diskussionsveran- staltung "Zukunft des Regattastandorts München" hat stattgefunden. Die Gründungversammlung mit Wahlen wurde abgehalten und 30 Gründungs- mitglieder zeichneten die Satzung des Vereines "Regatta München". Die Handlungsfähigkeit des Vereines ist noch nicht hergestellt. Als Vorsitzender wurde Oliver Bettzieche gewählt.

BRJ Aktuell

"Rund ums Ergometerrudern" - Das Trainingsgerät der Ruderer

Text und Fotos: Katharian Ratke - Stv. Landesjugendleiterin für Lehre/Aus- und Weiterbildung

Nach 2011 und 2012 gab es auch 2013 wieder traditionell den BRJ-Herbst-Lehrgang "Rund ums Ergometerrudern" – das Trainingsgerät der Ruderer. Da letztes Jahr der Termin im Dezember mit Weihnachtsfeiern, Schneefall, etc. kollidiert ist, fand 2013 der Ergo-Lehrgang bereits vor den Herbstferien vom 18.–19. Oktober in Starnberg beim Münchener Ruder- und Segelverein statt. Die 16 Teilnehmer haben sich aus vielfältigen Gründen angemeldet: zur Verlängerung der Trainerlizenz, zur Weiterbildung für die Übungsleitertätigkeit im Hochschulsport an der

Uni, für den Sportunterricht an einer Schule oder im FSJ, außerdem Erwachsenen- oder Jugendgruppen beim gemeinsamen Ergometerrudern anzuleiten oder aus eigenem Interesse, wie die Technik überhaupt funktioniert. Sogar aus Wien hat eine Teilnehmerin den Weg nach Starnberg gefunden. Thomas Thallmair hat es wieder einmal hervorragend gemeistert allen Ansprüchen gerecht zu werden.

Nach der Begrüßung und einer Stärkung ging es Freitagabend zur ersten Einführung in das Ergometer als Ruderimitationsmaschine. Es wurde betont, dass hier der Trainer den Vorteil nutzen kann, direkt in die Bewegung des Übenden eingreifen und nicht von Land oder aus dem Motorboot hauptsächlich über die Stimme coachen kann.

Neben allgemeineinen gymnastischen Übungen zur Verbesserung der Beweglichkeit und vor allem Koordination folgen am nächsten Tag verschieden Spiel- und Übungsformen mit dem Ergo. Ausgiebig wurde geübt, welchen Unterschied es macht, die Ergos hinten bzw. vorne mit Steppern zu erhöhen, um welchen Schwerpunkt trainieren zu können.

Neben dem Concept II mit PM3 Monitor konnten Unterschiede zum PM4 Monitor festgestellt werden, aber auch der Dynamic ausgiebig getestet werden, bei dem das Stemmbrett beweglich ist.

Alle Teilnehmer wurden darin geschult, Fehler zu sehen, Ursachen zu erkennen und konnten dies im Wechsel mit einem Partner üben. Schnell erkannten sie, wie wichtig es ist, sich richtig auszudrücken, damit die Übenden auch das Gesagt genauso ausführten.

Das Highlight war der Aufbau eines Achter-Mannschafts-Slide, bei dem der Gymnastikraum nicht ausreichte und bis auf den Gang hinausreichte. Es war alles andere als einfach den Achter gemeinsam zu rudern und zu Verwunderung führte, dass alle acht Ruderer unterschiedliche Streckenlängen beim gleichzeigen Rudern zurücklegten.

Ein wichtiger Aspekt ist die Unterstützung durch Musik und die Auswahl des richtigen Musikstücks zur Trainingsform. Es wurden unter anderem die Fragenstellungen geklärt, "Welchen Einfluss Musik auf das Training hat." oder "Wie Musik zur Rhythmisierung eingesetzt werden kann.". Für jeden Teilnehmer war etwas Neues dabei, was er aus dem Lehrgang mit nach Haus nehmen konnte.

Vielen Dank an Thomas und alle Teilnehmer, die dabei waren.

Es hat viel Spaß gemacht.









Förderkonzept 2013 - Bayerische Ruderjugend

Zum Förderkonzept 2013 zählten folgende Wertungsregatten/-Wettkämpfe

Endergebnis

•	DM im 30-Minuten-Ergo-Rudern Starnberg
•	Lauftest auf dem Frühjahrs Langstreckentest
	Erlangen
•	Regatta Regensburg
•	Regatta Bamberg
•	Regatta Nürnberg
	Rayarische Maistarachaft

•	Bayerische Meisterschaft
•	Regatta Landshut (abgesagt)
•	Ländervergleichskampf

100	harina	Datka

Platz	Verein	Punkte
1	MRC	646
2	RRV	574
3	RGM	516
4	ARCW	334
5	WaRV	210
6	MRSV	203
7	RVN	176
8	WRVB	157
9	DRCD	152
10	RCLK	144
11	RCA	129
12	RCV	74
13	StRC	74
14	RRK	70
15	DeRV	68
16	SRC	55
17	LRV	38
18	SRCF	28
19	RVE	25
20	RCRo	19
21	BRG	15
22	LRSC	9
23	RGMa	2











Ruhige Lage, direkt am Schlosspark Schleißheim.

Zur Olympia Ruderregatta in Oberschleißheim 4 km.



Kapellenweg 5 85764 Oberschleißheim Telefon: ++49 (0) 89 315 79-0

www.kurfuersthotel.de

Ländervergleichskampf München 2013

Text: Markus Lambracht - Fotos: Gerd Lambracht

Der Ländervergleichskampf zwischen den Ruderjugenden von Baden-Württemberg, Rheinland-Pfalz, Hessen, Saarland und Bayern fand dieses Jahr an der ehrwürdigen Olympiaregattaanlage in München-Oberschleißheim statt. Für die Kinder und Junioren die teilweise dort ihre ersten Rennen fuhren, war diese Strecke nochmal mehr ein Anreiz, bestmögliche Leistungen zu vollbringen. Die einzelnen Ruderjugenden waren in zwei Turnhallen untergebracht und wurden mit einen Rundum-Versorgungs-Packet an der Regattastrecke mit leckerem Essen und Getränken versorgt.

Nach alter LVK-Tradition, war dieses sportliche Wochenende zweigeteilt. Am Samstag starteten alle Athleten für ihre Heimatvereine und nicht im Trikot der einzelnen Länder. Dank der fleißigen Helfer an allen Ecken und Enden dieser Veranstaltung und der Disziplin der Sportler und Betreuer kam es zu keinen größeren Zwischenfällen und alle konnten einen anfangs bewölkten, später sonnigen aber sehr kalten Wettkampftag genießen.

Der Sonntag sollte sich dann wiederum als ein organisatorisch sehr aufwendiger Tag herausstellen. Da das Wetter am Morgen meinte es muss der Bayerischen Ruderjugend als Ausrichter mit ausgiebigem Regen einen Strich durch den Zusatzwettbewerb machen, lagen bei allen Beteiligten erst mal für eine Schrecksekunde die Nerven blank. Aber das Wetter ist dem Rudern wohl doch grundlegend eher wohl gesonnen und so konnten alle nach dem Frühstück die Sonne als stetigen Begleiter des restlichen Tages begrüßen. Anschließend mussten alle Sportler an den verschiedensten koordinativen Teamübungen teilnehmen um, jetzt für ihr jeweiliges Bundesland, so viele Punkte wie möglich zu sammeln. Zum Schluss stand dann noch die Länderregatta auf dem Programm. Am Sams-

Zum Schluss stand dann noch die Länderregatta auf dem Programm. Am Samstagabend mussten alle Landesjugendleiter ihre Sportler in Großboote zusammensetzen um diese dann über die 500m lange Strecke gegen die anderen Ruderjugenden antreten zu lassen. Höhepunkt

war hier sicherlich auch wie jedes Jahr der Kinderachter, da das Riemen für Kinder eine ganz neue Erfahrung darstellt. In der Gesamtwertung konnte sich dann zum Schluss ganz knapp mit 2943 Punkten die Landesruderjugend aus Baden-Württemberg gegen Bayern (2917 Punkte) und Hessen (1091 Punkte) durchsetzen und sich den Pokal sichern.

Alles in allem war der Ländervergleichskampf 2013 ein gelungenes, spannendes und sportlich faires Wettkampfwochenende mit vielen Siegen, tollen Erfahrungen und einem großen Haufen Spaß. Die Bayerische Ruderjugend möchte sich nochmal ausdrücklich für die tolle Unterstützung durch die Regattaleitung aus Regensburg, die RGM, die vielen fleißigen Helfer, die Schiedsrichter und selbstverständlich der Teilnehmer und Besucher aus allen Bundesländern bedanken. Wir freuen uns auf ein Wiedersehen in Trier und hoffen, dass das Wetter auch dort dem Rudersport wieder optimale Bedingungen beschert.







Änderungen beim Landesfinale "Jugend trainiert für Olympia"

Beim Landesfinale "Jugend trainiert für Olympia" am 18. Juli 2014 werden erstmals zwei Handicaprennen als Demonstrations angeboten. Da diese nicht in der Schulsportbroschüre erscheinen, möchten wir hiermit darauf aufmerksam machen. Bitte bei den Planungen für 2014 berücksichtigen und die Info an die entsprechenden Ansprechpartner im Verein weiterleiten. Bei Rückfragen: Schulsportbeauftragte Gudrun Englisch – mail: gudrun.englisch@gmx.de

Demonstrationsrennen "Jugend trainiert für Paralympics" beim JtfO Landesfinale am 18. Juli 2014 in Oberschleißheim:

- Rennen Sehbehindert:
 Gig-Vierer mit Stm/f. WK III mixed (mind. 1 Junge und 1 M\u00e4dchen),
 Augenbinde verbindlich f\u00fcr alle TN (au\u00dfer Stm.), 500 m Strecke
- Rennen Inklusion:
 Gig-Vierer mit Stm. WK III (mind. 1 Junge und 1 M\u00e4dchen),
 Inklusion (je 2 Ruderer mit und 2 Ruderer ohne Handicap bilden
 eine Mannschaft, keine spezielle Vorgabe zum Stm., 500 m Strecke
 Alle Sch\u00fcler in einem Boot sollten derselben Schule angeh\u00f6ren; ein Nachweis \u00fcber

Art und Grad der Behinderung ist nicht erforderlich.

Ihr Spezialist für Druck PRUCKEREI BAUMANN

"Know-how" statt "No-how" *)

info@odbm.de

Offsetdruck Baumann
GmbH & Co. KG
D-Bid77 München
Telefax +49(0)89.74 88 33-0

1990

www.odbm.de

4. Ruder-Regatta um den "Ruperti-Pokal"

Waginger RV gewinnt das 1. Mal den beliebten Wanderpokal

Text und Fotos: Anke Molkenthin - Pressewartin Waginger RV



Nachdem der Morgennebel strahlendem Herbstsonnenschein gewichen war, stand der Durchführung der 4. Ruperti-Pokal Breitensport-Regatta auf dem Waginger- und Tachinger See am Samstag dem 19. Oktober nichts mehr im Weg. Insgesamt 24 gesteuerte Doppelvierer machten sich in den verschiedenen Rennen auf die Strecke.

Aufgrund von Terminüberschneidungen war die Gesamtteilnehmerzahl zwar etwas geringer als im Vorjahr, aber die Teilnehmer kamen dafür teils von wesentlich weiter her angereist. So konnte Regattaleiter Albert Krumscheid bei der Wettkampfbesprechung nicht nur Teilnehmer bayerischer und nahegelegener österreichischer Vereine begrüßen, sondern auch Ruderer aus Leipzig und Mannheim.

Die 19 km lange Strecke mit zwei Wenden und einer Engstelle zwischen den beiden Seen im Bereich Brücke präsentierte sich bei Windstille spiegelglatt. Beim Ruperti-Pokal kann Jeder mit Jedem ins Boot steigen und nach einem Bonussystem bei dem das Mannschaftsalter und die Anzahl der Frauen im Boot eine Rolle

spielen, wird die effektiv gefahrenen Zeit für die Endwertung umgerechnet. Jede gemeldete Mannschaft möchte somit nicht nur ihr Rennen gewinnen, sondern kann wertvolle Punkte zur Vereinswertung um den von Marktgemeinde Waging gestifteten Wanderpokal "Ruperti-Pokal beitragen.

Pünktlich um 11 Uhr wurden acht Rennvierer von Schiedsrichter Michael Rosemann, der im vergangenen Jahr erfolgreich die Schiedsrichterprüfung des Deutschen Ruderverbandes abgelegt hat und seither offiziell zu den nationalen Schiedsrichtern Deutschland gehört, gestartet, zehn Minuten später das mit 11 Booten am stärksten besetzte Feld der Gig-Vierer. Bei den Rennvierern der Erwachsenen siegte eine Renngemeinschaft aus Leipzig und Mannheim vor dem DRC Ingolstadt und dem RC Mondsee und auch bei den Junioren fuhr ein Boot aus Leipzig auf den ersten Platz, gefolgt von einer weiteren Leipziger Renngemeinschaft und dem Waginger RV. Bei den Gig-Booten wurde es äußerst spannend. In der Endwertung konnten die Waginger mit den Ruderern Mario Reim, Monika Linde, Albert Krumscheid, Anke Molkenthin und Steuerfrau Anita Seehuber das Rennen für sich entscheiden, von dem RV Seewalchen und dem Schleißheimer RV.

Etwas einfacher hatten es da die Jungen und Mädchen des Waginger RV Punkte für die Vereinswertung zu holen, die ohne Gegenmeldung im Alleingang aber dennoch mit einer respektablen Leistung eine verkürzte Strecke absolvierten.

Auch beim Zusatzrennen über 5 km ging es noch einmal heiß her. Der Salzburger RC Möwe siegte vor den Damen des Waginger RV und einer kurzfristig gemeldeten Renngemeinschaft aus Salzburg und Leipzig.

Nicht nur in den Booten wurde zum Gelingen der Veranstaltung beigetragen. An Land hatten die Damen am Kuchenbuffet unter Leitung von Heidi Kühnhauser und die Herren am Grill unter Leitung von Alois Perschl einmal mehr selbst übertroffen und zudem alle Hände voll zu tun. die hungrigen Ruderer und Zuschauer mit den angebotenen Köstlichkeiten zu versorgen. Ein Ruderer fasste es inhaltlich völlig korrekt mit seiner Bemerkung zusammen: "Ich kenne keine Regatta wo es eine bessere Verpflegung als in Waging gibt!" Aufgrund des herrlichen Wetters wurden kurzfristig die Bierbänke aus dem Festzelt zum Essen in die Sonne gestellt und so die Zeit bis zur Siegerehrung überbrückt und genossen.

Nachdem bei der Siegerehrung die Abteilungs-Sieger und -Platzierten ihre Urkunden und Siegermedaillen in Empfang genommen hatten, verkündete der Vorsitzende Holger Osterkamp die Vereinswertung. Zum ersten Mal konnte der



Waginger RV die Vereinswertung gewinnen und so bleibt der Ruperti-Pokal für ein Jahr in Waging.

Der Waginger RV wird im kommenden Jahr versuchen ihn zu verteidigen, aber viele Vereine haben bereits angekündigt auch 2014 gerne wieder mit dabei zu sein und ihrerseits zu versuchen dies zu verhindern.

Eine vollständige Ergebnisliste finden Sie auf der website des Waginger Rudervereins:

www.waginger-ruderverein.de



Ein weiterer Ergo-Weltrekord für Anke Molkenthin

Pressewartin Waginger RV

Nach dem absoluten Weltrekord der Frauen aller Alters- und Gewichtsklassen im Indoor Rudern Anfang März diesen Jahres mit 266,061 km in der vorgegebenen Zeit von 24 Stunden, gerudert in Chorley bei Manchester / Groß Britannien und dem Weltrekord in den Klassen W50 LWT und W LTA-pd über die klassische Marathonstrecke von 42,195, gerudert im Rahmen der Deutschen Indoor Marathonmeisterschaften im Juli in Nünchritz, wollte es Anke Molkenthin vom Waginger Ruderverein zum Saisonabschluss noch einmal wissen.

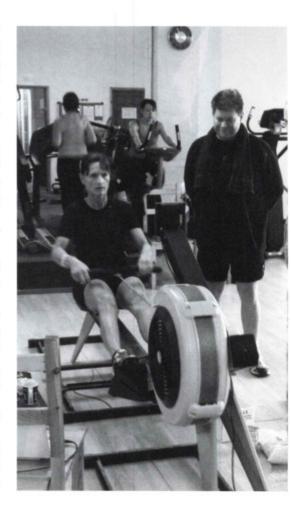
Das Highlight 2013 war zweifellos die zusammen mit Marcus Klemp vom RSV Riebnitz-Damgarten Abt. Rudern hart erkämpfte Silbermedaille bei den Ruder Weltmeisterschaften in Chungju / Korea im LTA mixed Doppelzweier über die paralympische 1000m-Distanz, aber Anke hatte schon immer eine Schwäche, bzw. in diesem Fall ein Stärke für Ultradistanzen.

Am 16. November fand im Studio "Moveo - Fitness an der Elbe" im oben erwähnten Nünchritz für die ortsansässigen Studiomitglieder eine ganz besondere

Veranstaltung statt, bei der jedes Jahr eine kleine Anzahl Mitglieder über 12 Stunden mit geplanten zehnminütigen Pausen und beim Schauen interessanter Filme auf der Großleinwand versucht in individuellem Tempo so viele Kilometer wie möglich zusammen zu bringen.

Auf Einladung von Studioleiter Hans-Jörg Schneese schloss sich Anke Molkenthin dieser Veranstaltung im zwischen Meißen und Riesa direkt am Elbufer gelegenen Ort an, allerdings mit dem Ziel 100 Kilometer im Stück und möglichst in neuer Weltrekordzeit zurück zu legen. 8 Stunden und 10 Minuten galt es in der Klasse der Leichtgewichtsfrauen über 50 Jahre zu unterbieten.

Die Vorbereitungen hierfür liefen seit der Rückkehr von den Weltmeisterschaften Ende August recht gut und so konnte Anke zuversichtlich an den Start gehen. Nach einem umfangreichen Frühstück hieß es um 8 Uhr morgens für alle Ruderer: "Attention – Ready - Row". Die erste Hälfte, also die ersten 50 Kilometer verliefen ohne größere Zwischenfälle, das Tempo war auf Weltrekord-Kurs und die Computeraufzeichnungen zeigten, dass



auch bei den in der zweiten Hälfte der Distanz erwartungsgemäß auftretenden und einzukalkulierenden Ermüdungserscheinungen ein neuer Rekord durchaus möglich war. Aber je länger die Distanzen, umso mehr unbekannte und nicht planbare Faktoren kommen hinzu. Der leicht behinderte linke Arm bereitete unerwartete Probleme und auch das Sitzfleisch begann sich zu beschweren.

Das dystoniebeeinträchtigte linke Bein, die durch eine geerbte Ursache eigentliche Schwachstelle ihres Körpers, spielte unerwartet gut mit. Zwar wurde nun die auf dem Display des Rudergerätes zu sehende Durchschnittsgeschwindigkeit von Kilometer zu Kilometer etwas langsamer, aber zu keiner Zeit war der neue Weltrekord in Gefahr. Nach 7 Stunden und 41 Minuten waren die 100 Kilometer geschafft, der alte Weltrekord der Klasse W 50 LWT wurde somit um sensationelle 29 Minuten unterboten und ist zugleich Weltrekord in der Klasse W LTA-pd. Das Ergebnis ist inzwischen offiziell von Concept2 aus den USA bestätigt worden und Anke Molkenthin, die in der Klasse W LTA-pd auch über 1000m seit 2012 die

globale Rangliste anführt, kann nun Weltrekord Nummer Vier ihr Eigen nennen.
Ob es nach viermal Welt-Cup Silber, dreimal WM-Bronze, einmal WM-Silber, Silber bei den Paralympischen Spielen und vier Weltrekorden innerhalb der letzten fünf Jahre noch ein Highlight geben wird? Oh ja, sagt Molkenthin, eine "Kleinigkeit" habe sie da schon noch für das kommende Jahr im Hinterkopf, bevor sie das Feld der jüngeren Generation überlässt. Lassen wir uns überraschen.

Saisonabschluss für die Masters des Schweinfurter Ruderclub "Franken"-Langstrecke in Würzburg - Bocksbeutel-Regatta Streckenlänge 4500 m

Text: Ernst Kaidel - Foto: ?



Den Anfang machten die "Nachwuchs-Masters" Karin Rumpel, Margaritha Johanni, Max Rumpel und Wolfgang Holzapfel im Doppelvierer o. Stm. (Eltern von Aktiven bzw. Freizeitruderer). Sie mussten in der offenen Klasse an den Start und fuhren ein beherztes Rennen auf Rang 5. Respekt.

Es folgte dann Ernst Kaidel im MM 1xG (MA 65). Er konnte die Zeitvorgabe deutlich unterschreiten und gewann sein Rennen.

Zum Schluss starteten dann Ernst Kaidel, Willi Kaidel SRCF, Andreas Holz u. Alexander Dennda (ARCW) in Renngemeinschaft im Doppelvierer MM 4x E (MDA 55). Auch hier konnte die Vorgabezeit deutlich unterboten und ein Sieg errudert werden.

Schöne Erfolge, herrliches Wetter und für die erwachsenen Sieger ein Bocksbeutel. Was will man mehr?

Ernst Kaidel

79. Würzburger Ruderregatta - Fränkische Bocksbeutelregatta

Text und Fotos: Paul Zöller

Am Samstag, 19. Oktober 2013 veranstaltete der Regattaverein Würzburg e.V. seine traditionelle Bocksbeutelregatta auf dem Main zwischen dem Weinort Randersacker und den Bootshäusern der Würzburger Rudervereine. Der Regattaleiter, Dr. Tilman Schenk, konnte an einem wunderbaren Herbsttag 463 Ruderer aus ganz Deutschland begrüßen, wovon sehr viele schon richtige Stammgäste bei dieser Langstrecken-Regatta sind. Zu diesen Stammgästen zählen vor allem die Masters - Ruderer. Oft kommen diese mit der ganzen Familie nach Würzburg und verbinden das mit einem Besuch des Frankenlandes, um - nach den Wettkämpfen versteht sich - auch den köstlichen Frankenwein zu genießen und sich evtl. auch damit einzudecken.

Eine solche Masters-Mannschaft kam auch vom RV Höxter an der Weser und startete im Rennen "Mastes-Männer - Doppelzweier H". Die Ruderer Hermann Dücker und Rudolf Ernst hatten ein Durchschnittsalter von 77 Jahren. Das hat die örtliche Regional - Tageszeitung MAIN-POST so sehr interessiert, dass sie

über diese Sportler im gesetzten Alter einen Bericht unter dem Titel: "Nervös wie beim ersten Start" veröffentlicht hat. Zeigt doch dieses Beispiel, dass man den Rudersport bis ins hohe Alter aktiv ausüben kann.

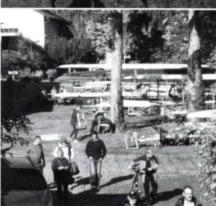
Erfolgreichster Verein bei der Gesamtwertung war der Akademische Ruderclub Würzburg mit 16 Siegen und 22 Punkten. Auf den Plätzen 2 bis 4 folgten die Vereine RV Hellas Offenbach (der damit als bester auswärtiger Verein den Sachpreis, einen Stroke-Coach zugesprochen bekam), RC Aschaffenburg und der Würzburger Ruderverein Bayern.

Traditionsgemäß bekommen die Sieger bei der Siegerehrung einen Bocksbeutel, gefüllt mit Frankenwein überreicht. Mit dem Regattaverlauf und dem milden Spätherbstwetter konnte die Regattaleitung sehr zufrieden sein.

Die Rennergebnisse können im Internet unter www.regattaverein-wuerzburg.de abgerufen werden.

Der Veranstalter freut sich auf ein Wiedersehen im nächsten Jahr zur Bocksbeutelregatta am 18.10.2014





Anzeige

Wir rudern Ihre Energiepreise zurück! mit Wärmepumpen, Wäremrückgewinnungen,

Solarenergie, Pellets, alternativen Energien, ...

...lassen Sie sich beraten.



HEIZUNG - KLIMA - SANITÄR GmbH



Blaich 4 - Handwerkerhof 9 5 3 2 6 K u l m b a c h Tel. 09221/9506-0

Fax: 09221/9506-20

NL-Büro in Fürstenfeldbruck

Info@meile-technik.de www.meile-technik.de



Neue Sporthalle und neue Boote für den ARCW

Text und Fotos: Ingrid und Horst Laugwitz

Ein großes Fest stieg am 6. Oktober 2013 im Akademischen Ruderclub Würzburg: die neue Sporthalle mit Bootshalle konnte nach rund 2 Jahren Vorbereitung und Ausführung an die Mitglieder übergeben werden. Gleichzeitig war es aufgrund großzügiger Spenden aus dem Club und auch von außerhalb möglich, fünf Boote zu taufen.

Frau Bürgermeisterin Schäfer-Blake, die gemeinsam mit dem ebenfalls anwesenden Bürgermeister Dr. Adolf Bauer die Oberbürgermeisterfunktion in der Stadt Würzburg wahrnimmt, hatte die Ehre, den günstig erworbenen Rennachter, der den

Schriftzug "Würzburg" trägt, auf den Namen "Achterbahn" zu taufen. Sie tat dies mit Bravour. Selbst den größten Pokal, der im ARCW zu finden ist - gewonnen im Rahmen eines Vergleichskampfes mit der Partnerstadt Caen - bewegte sie mit Schwung, so dass der Achter eine wirkliche Taufe mit Sekt erlebte.

Zuvor taufte Verbandspräsident Siegfried Kaidel einen Filippi-Renndoppelzweier auf den Namen "Flying Dutchman". Zwei neue Kindereiner "Strolch" und "Rotzlöffel" erfreuen unsere jüngsten Ruderinnen und Ruderer.

Vor der Taufe erfolgte die Übergabe der Sport- und der Bootshalle. Der ARCW besitzt als mitgliederstärkster Verein in Bayern rund 70 Boote, die bisher nur zum Teil richtig gelagert werden konnten. Die neue Bootshalle bietet Platz für 24 Boote und weitere 18 Reserveplätze.

Die Sporthalle, auf Stützen gestellt (500jähriges Hochwasser!) bietet auf 160 m² Platz für Krafttraining, das im Rudern unerlässlich geworden ist, Ergometerrudern und Gymnastik. Die Halle ist rollstuhlgerecht erreichbar, hat Fußbodenheizung und bietet durch tief herunter gezogene Fenster den Sportlern und Sport-



lerinnen einen Blick aufs Bootsgelände und den Main.

Die Baumaßnahme wird mit der Geräteausstattung der Sporthalle rund 450 000 € kosten. Dieses günstige Ergebnis – voraussichtlich ohne Kostenüberschreitung – konnte nur erreicht werden, weil kostenbewusst gebaut, mehr als 2500 Stunden Eigenleistung und alle planerischen Leistungen von den Mitgliedern erbracht wurden.

Frau Bürgermeister Schäfer-Blake, wie auch der Präsident des Deutschen Ruderverbandes Siegfried Kaidel, brachten ihre Bewunderung über diese Gemeinschaftsleistung, aber auch den Zusammenhalt der Generationen und den großen Jugendanteil zum Ausdruck. Betont wurde auch das breite Leistungsspektrum, der ARCW gehört im Rennsport in Bayern zur Spitze. Der 5. Platz bei den Weltmeisterschaften in Korea durch Konstantin Steinhübel zeigt dies deutlich.

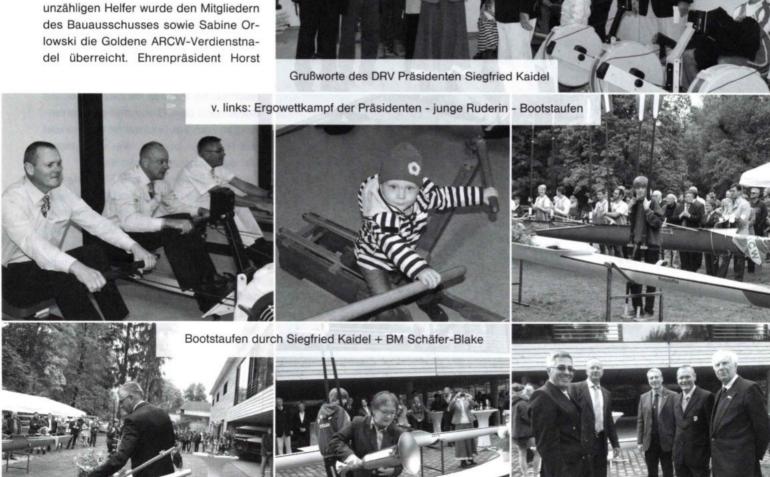
ARCW-Präsident Andreas Holz dankte den Mitgliedern für das engagierte Mitgehen und Mithelfen, das sich in allen Bereichen zeigt. Stellvertretend für all die unzähligen Helfer wurde den Mitgliedern des Bauausschusses sowie Sabine Orlowski die Goldene ARCW-Verdienstnadel überreicht. Ehrenpräsident Horst

Laugwitz stellte das Bauvorhaben vor, dankte der Stadt Würzburg für ausgezeichnete Zusammenarbeit über Jahrzehnte hinweg und für die Förderung der Baumaßnahme, ebenso dem Bayerischen Landessportverband, der - wesentlich schneller als erwartet - eine Bewilligung von Fördermittel aussprechen konnte. Dank auch der Sparkasse Mainfranken, vertreten durch Direktor Bernd Fröhlich, die zur Finanzierung beisteuerte.

Rund 150 Mitglieder und Gäste wurden begrüßt, darunter der Stadtkämmerer Christian Schuchardt, der Kultur- und Sportreferent Muchtar Al Ghusain und die Stadträte Wolfgang Scheller und Willi Dürrnagel. Der Bayerische Ruderverband war vertreten durch den Präsidenten Thomas Stamm und Landestrainer Markus Wöstemeyer, für den BLSV war der Kreisvorsitzende Jürgen Wolfgramm da.

Auch der Nachbarverein, der Würzburger Ruderverein Bayern, mit seinem Stv. Vorsitzenden Paul Zöller und weiteren Ruderkameraden überbrachte Glückwünsche. Alle zeigten sich voll des Lobes, hatte doch die ARCW-Mannschaft noch am Tag vorher bei strömenden Regen letzte Hand angelegt.

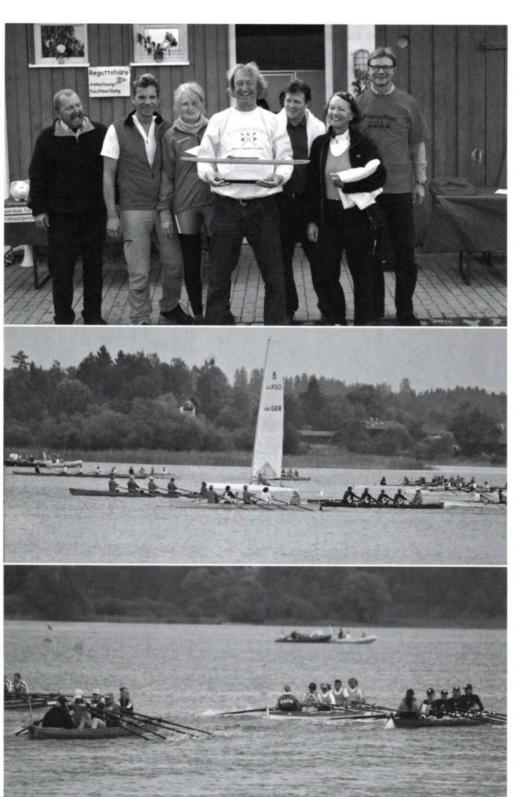
Übergabe und Bootstaufen machen hungrig. Der Vergnügungsausschuss und zahlreiche Clubmitglieder hatten mit köstlichen bunten Häppchen bestens vorgesorgt und das schöne harmonische Fest abgerundet.



9. Prienathon 2013 am 21. September 2013

12 km Langstreckenregatta um die Chiemsee-Inseln

Bericht: Johannes Almer, RVP



Der Tag begann zuerst stark bewölkt, doch dies hinderte nicht die insgesamt 20 teilnehmenden Teams anzureisen. Dieses Jahr kamen die Teilnehmen wahrlich aus allen Ecken Bayerns, so legten die Würzburger bereits gute 350km auf den bayerischen Autobahnen zurück, bevor Sie sich für 12km auf dem bayerischem Meer fertigmachten.

Kurz nach 11:00 Uhr fiel der Startschuss durch Bürgermeister Jürgen Seifert im Boot unseres Vorstands Martin Aufenanger. Und los gings für die Mannschaften um die 3 Chiemseeinseln.

Bei leichtem Wind war dies natürlich auch ein idealer Segeltag, die zusätzlich zu den Ausflugsbooten auf dem Wasser waren. Somit mussten sich alle Teams für eine Idealroute ausgehend vom Start zwischen Herreninsel und Urfahrn entscheiden. Anschließend konnte die Teams schon die Fraueninsel mit ihrem markanten Klosterturm erkennen, während für die Zuschauer das Warten begann.

Nach ca. 45 Minuten konnten die ersten Boote nach dem Umrunden der Herreninsel im Fernglas beobachtet werden und das Rechnen begann. Wer wird dieses Mal den Wanderpokal mitnehmen?

Nach nur 50 Minuten und 50 Sekunden erreichten die Ruderer des DRC Deggendorf das Ziel, knapp vor der Jugendmanschaft des RV Priens mit 00:51:06 und dem Team des RC Lech Kaufering mit 00:51:50. Doch die Rechnung wurde ohne die Rudernomaden aus Würzburg gemacht. Sie erreichten eine berechnete Zeit von 00:49:03 und verwiesen damit das Team um Steuerfrau Julia Tuschl des DRC Deggendorf um winzige 3 Sekunden auf den 2. Platz.

Insgesamt 13 Teams konnten sowohl in der geruderten als auch in der berechneten Zeit unter der vollen Stunde die 12km Strecke bewältigen. Im Anschluß stärkten sich alle Teilnehmer bei Kuchen und dern Gerichten der Küche des Prienaveras, bevor die Siegerehrung begann.

Dabei zeigte sich das Wetter der königlichen Kulisse angemessen und bestach alle Teilnehmer durch Sonnenschein, so dass manch winzige Sekunde verschmerzt werden konnte.



Abrudern und Sportlerehrung im Passauer Ruderverein

Bericht: Pressewart Andreas Gilg

Passau: Das traditionelle Abrudern des Passauer Rudervereins fand bei herrlichem Herbstwetter statt. Sonnenschein. Temperaturen um 20 °C und absolut ruhiges Wasser, das waren die tollen Vorzeichen für ein einzigartiges Abrudern 2013. Mit dieser letzten gemeinsamen Ausfahrt beenden die Passauer Ruderer das unfallfreie und erfolgreiche Ruderjahr. Mit einer rekordverdächtigen Teilnehmerzahl von knapp 70 Aktiven, die sich auf über 15 Boote verteilten, startete man gegen drei Uhr Nachmittags in Ingling und begab sich auf den Weg in Richtung Mariensteg in Wernstein. Dort versammelte man sich pünktlich um 15:30 Uhr und verabschiedete eine rundum gelungene Rudersaison. Danach ruderten gleichzeitig alle Mannschaftsund Kleinboote Richtung Vereinsheim in Passau. Dort angekommen folgte nämlich schon der zweite Höhepunkt des Tages. Dazu fanden sich über 130 Vereinsmitglieder und einige politische Prominenz im "Casino" des PRV ein. Gemeinsam feierte und ehrte man die beiden erfolgreichen Ruderer Felix Wimberger und Moritz Schineis und den Rennsporttrainer des PRV, Herrn Peter Ratzek. Das Ganze begann dabei mit köstlichem Essen und Trinken für alle Anwesenden, welches

vom Verein bzw. einer Passauer Brauerei spendiert wurde. Daran anschließenden durfte der erste Vorsitzende des PRV. Herr Josef Lang, die Ehrengäste und Vereinsmitglieder begrüßen, bevor er seine kurzweilige Laudatio auf die zu Ehrenden hielt. Der zweite Oberbürgermeister der Stadt Passau, Herr Urban Mangold, überbrachte darauf folgend auch noch die Grüße und Dankesworte der Stadt Passau an die Geehrten. Die hoch dekorierten Athleten erhielten neben kleinen Geschenken auch noch die "goldene" (Felix) bzw. "silberne" (Moritz) Ehrennadel des PRV. Aber auch der Trainer wurde nicht vergessen und durfte einen großen Geschenkkorb mit nach Hause

nehmen. Gesellig und fröhlich ließen alle Gäste im Vereinsheim den schönen Tag ausklingen und freuten sich schon jetzt auf die Aktionen und Events im bevorstehenden Winterhalbjahr.







Allerheiligenfahrt 2013 - Neckar - Fahrtenbericht

Text und Fotos: Monika, Walburga Fischbach und Fedor Grißtede

Vor vielen Jahren gab es eine Zigarettenwerbung (HB): "Wer wird denn gleich in die Luft gehen, greife lieber"....

Fedor, unser Fahrtleiter, geht für uns in die Luft!!!!!!!

So bekamen wir angemeldeten Teilnehmer im Sommer ein umfangreiches, aufwendiges Fahrtenheft, das Bilder enthielt, die Fedor während seines Flugs entlang der Ruderstrecke "geschossen" hatte.

Hoffentlich wird das nicht Voraussetzung für einen Fahrtenleiter!

Voller Vorfreude machten sich wieder 31 Ruderer (21 Frauen und 10 Männer) aus allen Teilen der Republik auf den Weg nach Eberbach, wo am Dienstag die Boote von Neckarelz und Eberbach übernommen wurden. Fedor wurde tatkräftig unterstützt von seinem Sohn Nanke, einem Nachbar mit Bus, sowie 5 Mitgliedern von Neptun Neckaelz.

Zur organisierten Kaffeetafel im Vereinsheim der Rudergesellschaft hatte Ursel die Tische dekoriert und Werner Rudolph stiftete eine Schwarzwälder Kirschtorte.

Wir bezogen Quartier im "Karpfen", einem imposanten Haus in der schönen, gepflegten Stadt Eberbach.

Unsere Nordlichter Helga, Klaus, Ingeborg und Andre waren schon früher gekommen um den Odenwald zu erwandern. Die Hannover-Gruppe hat sich verdoppelt (+ Ingrid und Petra), aus Lauingen kam Helga dazu. Monika ist wieder fit und Petra aus Magdeburg hat sich wieder zu der Gruppe gesellt, die Fedors Organisation und Ursls liebevolle Betreuung schätzen.

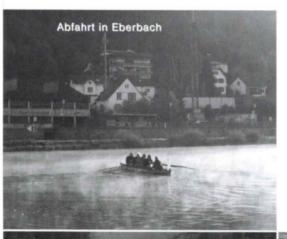
Am Mittwoch ging's dann los mit Rudern: als alle 6 Boote sich Richtung Heidelberg bewegten, machte uns Nebel Probleme.

der sich erst nach 10 km in Hirschhorn auflöste. Bei strahlendem Sonnenschein fuhren wir in die Schleuse ein und wurden auch sofort geschleust. 6 Boote beanspruchen auf dem Neckar eine ganze Schleuse. Zum Glück gibt es fast überall 2 Schleusenkammern und noch an faßt ieder Schleuse einen Schleusenwärter.

Rote Buntsandsteinwände zwingen den Neckar dazu, ab Eberbach die Nord-Süd-Richtung zu ändern und am Odenwald entlang in vielen Schleifen dem Rhein entgegen zu "strömen". Strömen ist natürlich nicht, da die Schifffahrt zu den Industriegebieten in Stuttgart, Neckarsulm und Heilbronn alle 8 – 10 km mit Schleusen den Neckar zähmt.

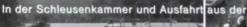
Für die gesamte Ruderstrecke mußten 16 Schleusen (vier pro Ruderstrecke) bewältigt werden, was hervorragend funktionierte.Wir danktem dem Schleusenpersonal jedesmal mit einem dreifach kräftigen Hipp-Hipp-Hurra.

Das Anlegen in Neckarsteinach ging flott, aber das Mittagessen entsprach nicht Fedors Vorstellung und Abmachung. Nach einer weiteren Schleuse kam Heidelberg:









Beeindruckend in der Nachmittagssonne Schloss, Karl-Theodor-Brücke, Altstadt. Wir legten bei der Heidelberger Rudergesellschaft an (flott), Fedor gab eine Runde Sekt aus,da er im Frühjahr 75 Jahre alt geworden ist. Wir ließen ihn hoch leben. Der Bus von der Firma Heckmann brachte uns nach Eberbach zurück.

Der 2. Tag war Fedors Tag: Sonnenschein, gutes Mittagessen, schnelle Schleusung, auch der entglittene Paddelhacken kam wieder zurück.

Trotzdem kamen wir erst um 17 Uhr am Bootshaus an und bis alle Boote auf der Wiese lagen, war es finster.

Deshalb wurde am 3. Tag die Planung geändert, er sollte in Neckarelz enden. In Binau baute die Gemeinde eine Ausstiegsstelle, damit wir zum Mittagessen kamen. Fedors Sohn half tatkräftig mit, die Schwierigkeiten zu meistern. Wegen der kürzeren Fahrtstrecke blieb abends auch mal Zeit, sich zu entspannen oder Eberbach zu erkunden.

Der November wurde seinem Namen gerecht, der ganze Tag grau in grau, am Samstag auch noch Regen dazu. Aber wenigstes war es nicht kalt und windig. Trotzdem eröffneten wir die Glühweinsaison. Zurück ging es recht flott. Wir genossen noch einmal den Blick auf die
Burg Zwingenberg, bei deren Schlossfestspiele, Ursl jahrelang mitgewirkt hat.
Am Bootssteg entstand Hektik: Fedor
wollte die Boote nach Neckarelz zurückbringen, die Eberbacher Boote mussten
in gereinigtem Zustand in der Halle verstaut werden. Dazu noch der Ruderbetrieb des Vereins.

Nach dem letzten Abendessen zog Fedor wie immer Bilanz:

- Das Bootsmaterial aus Eberbach und Neckarelz war sehr gut, jedoch ein Klemmring ging kaputt, zwei Skulls mußten ausgetauscht werden
- Die zeitlichen Probleme hatten mit der Anzahl der Boote, den Schleusen, den Ausstiegsstellen ,der Zeitumstellung und uns zu tun (sagte Fedor nicht): Wir werden nicht jünger und schneller
- Die Lahn wurde als nächstes Ziel ge wählt, falls die Schleusung funktioniert.
 Auch die Tage sollten beibehalten wer den, Alternative ist der Main rund um Würzburg

Birgit Fuchs hatte die Kasse schon fertig und konnte uns verkünden, dass Geld übrig bleibt. Dieses wird zurückbezahlt oder mit dem Fotobuch verrechnet, das Rolf angeregt hat.

Karin Haustein hatte wieder ein treffendes Gedicht gemacht und dieses Mal gleich in Werners PC geschrieben, so dass sie beim Vortrag auf ihre stenographischen Entwurf verzichten konnte.

Petra Bertram überreichte Spezialitäten aus Sachsen-Anhalt.

Werner Rudolph hatte nicht nur die Torte, sondern auch Schinken und andere Lekkereien aus dem Schwarzwald dabei.

Die Beiden bekleiden jeweils die Referate Breitensport, Wanderrudern, Umwelt in den Bundesländers Sachsen-Anhalt bzw.Baden Württemberg.

Für Ursl gabs einen schönen Blumenstrauß. Werner hat eine "Ode an die Nekkarfreude" gedichtet und war überrascht, wie stimmgewaltig die Truppe ist: ohne Probe sangen wir (fast) fehlerfrei vom Blatt. Mit einer herzlichen Umarmung überreichten Ursl und Fedor ihre porzelanen Ruderblätter, wie immer schön beschriftet als Erinnerungsgabe.

Am anderen Morgen nochmals Umarmungen zum Abschied.

Auf ein Wiedersehen 2014

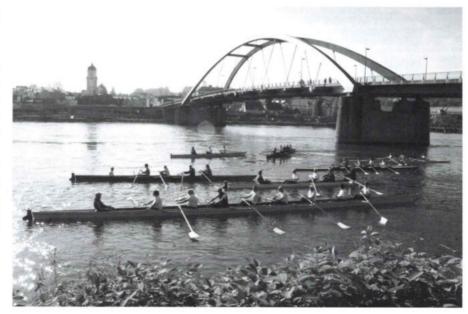
Ruderclub Vilshofen - Abrudern im Jubiläumsjahr

Text und Fotos: Horst Nieslony

Am Samstag, dem 26. Oktober trafen sich im Bootshaus 36 Aktive zum traditionellen jährlichen Abrudern.

Im Achter, einem Doppelzweier, einem Vierer ohne und vier Vierer mit Steuermann wurde die heurige Saison mit dem dreifachen Hipp – hipp – hurra traditionell durch den Vorsitzenden Karl – Heinz Schmid beendet.

Nach etlichen Kilometern auf den heimischen Flüssen, der Donau und Vils trafen sich alle Teilnehmer im heimischen Bootshaus zu den von den Mitgliedern gespendeten Kuchen und Torten und vielen guten Gesprächen.



Passauer "Krampus-Achter" leistet Fluthilfe für die Altstadtschule

Bericht: Andreas Gilg - stv. Vorsitzender Öffentlichkeitsarbeit und des PRV

Das Jahr 2013 wird mit dem Juni-Hochwasser in alle Geschichtsbücher eingehen und allen Passauer in tiefer Erinnerung bleiben. Auch nach einen halben Jahr sind die Schäden und Wunden teilweise noch tief und unvergessen. Auch die Ruderer des Passauer Rudervereins haben dieses Ereignis natürlich noch nicht vergessen und suchten sich für das traditionelle "Nikolausrudern" eine geeignete Hilfsaktion aus. Nach einigen Gesprächen bezüglich der möglichen Anlaufstellen für diese kleine Hilfsaktion, einigte man sich in Reihen der "Ruderknechte" diese mal darauf, die Kinder der Altstadtschule zu beschenken. Da viele von diesen direkt und nachhaltig vom Hochwasser betroffen waren und teilweise immer noch sind, wollten die Sportler hier unbedingt helfen. Zusammen mit
dem Elternbeirat der Schule verständigte
man sich darauf, einen großen Sack mit
Früchten, Nüssen und Schoko-Nikoläusen für die Pausenverpflegung zu spendieren. Zusätzlich sollen einige besonders schwer von Hochwasser betroffene
Kinder durch eine kleine finanzielle Hilfe
verloren gegangenes Schulmaterial ersetzt bekommen. Dazu spendeten die
acht Ruderer und ihre Steuerfrau, zusammen mit der Firma Foto Kaps und UnserRadio, knapp 300 Euro.

Am 8. Dezember gegen 13:00 Uhr, starteten dazu die acht wilden und furchterregenden Gesellen und der heilige Nikolaus, so wie bereits in den vergangenen drei Jahre, im Winterhafen/Racklau und kämpften sich bei eisigen Temperaturen auf dem unruhigen Donauwasser hinab bis zur Ortsspitze, wo man dann stromaufwärts Richtung Innbrücke kräftig an den Riemen ziehen mussten. Nach einer wilden Wende unterhalb der Brücke steuerte der heilige Nikolaus seine grimmigen Begleiter auf das linksseitige Ufer des Inns hinüber. Dort wurden sie schon von Mitgliedern des Elternbeirats und einigen Kindern erwartet. Die Geschenke und das Geld wurden sogleich von den acht Ruderfreunden und ihrer Steuerfrau mit herzlichen und besten Wünschen überreicht. Dazu wartete an Land bereits der Vorsitzende des PRV. Herr Josef Lang. um die Geschenke und das Geld aus dem Boot zu übernehmen und anschlie-Bend direkt an die wartenden Kinder zu übergeben. Im Boot saß als Nikolaus verkleidet Margarete Berhardt und steuerte den Achter durch die Wellen. Das finstere Gefolge bildeten Andreas Gilg, Uli Jacksch, Franz Wimberger, Benno Sammer, Matthias Schmid, Stefan Yoon, Hermann Friedl und Reinhold Schmid. Die Ruder-Mannschaft des PRV hofft, dass man den Altstadtschülern damit eine kleine "Vorweihnachtliche Freude" bereiten konnte.







Passauer Ruder-Symposium zum Thema "Wie viel Sport ist gesund"

Bericht: Andreas Gilg - stv. Vorsitzender Öffentlichkeitsarbeit und des PRV - Fotos: Josef Lang



Diesmal waren es die Ruderkameraden aus Hannover, Bückeburg und Marburg, die den Weg in die Dreiflüssestadt Passau fanden, und so der Trainer-Fortbildung "Passauer Ruderherbst 2013" einen "nationalen Touch" gaben.

Der Dank des Lehrgangsleiters Klaus Würfl galt eingangs dem "Guten Geist" der Bayerischen Ruderer, der Geschäftsstellenleiterin des Ruderverbandes, Frau Lehmacher. Sie unterstützt die Lehrgangs-Organisation stets engagiert und tatkräftig mit ihrer Erfahrung. Ohne ihren Einsatz wäre der Erfolg des Passauer Ruderherbstes nicht denkbar.

"Ich verspreche bestimmt nicht zu viel, aber der Ruderherbst 2013 wird sie wieder über neue Erkenntnisse aus der Sportmedizin informieren. Vielleicht können sie mit den brandaktuellen, innovativen Lern- und Lehrmethoden ihr Training wieder interessanter gestalten", so der Initiator der inzwischen etablierten Trainerfortbildung zu den 47 Teilnehmern.

Sportinternist und Vorstand, Trainer des Passauer Radsportvereins und Medizinischer Betreuer des Bayerischen Radsportverbandes, Dr. Achim Spechter, referierte zum Leit-Thema des Symposiums: "Wie viel Sport ist gesund - Wie viel Bewegung braucht ein gesunder Mensch". Die präsentierten Zahlen bewegten die Gemüter der verblüfften Übungsleiter: Es müssen nur wöchentlich 2000 kcal "über Bewegung bzw. Sport" umgesetzt werden, um Körper und Geist in einen bestmöglichen Gesundheitszustand zu versetzen. Ein Mehr an Körpereinsatz, verbunden mit entsprechendem höheren kcal-Verbrauch, schenkt dem Menschen vielleicht ein besseres sportliches Ergebnis, ist aber aus rein gesund-

heitlichen Gründen nicht notwendig. Im Gegenteil, die Mortabilitätsrate steigt sogar wieder an. Markant und wegweisend auch eine weitere Erfahrung, über wissenschaftlich fundierte, langiährig begleitete Tests belegt: Eine täglich zurückgelegte Wegstrecke von 1,6 - 3,2 km, in zügigem "Spazier-Tempo" bewältigt, reduziert die Mortabilitätsrate um fast die Hälfte. Als Probanten waren für diese wissenschaftliche Arbeit "männliche Nichtraucher im Alter zwischen 61 und 81 Jahren im Einsatz. Womit bewiesen gilt, "dass es nie zu spät ist etwas für seine Gesundheit zu tun", so Dr. Spechter. "Sport schützt nicht unbedingt vor Herzinfarkt - aber bei einem Herzinfarkt hilft ihnen der Sport".

Tom Thallmair war es vorbehalten, die Anwensenden trotz vorgerückter Stunde am Abend des ersten Lehrgangstages bei

Laune zu halten. Eine Aufgabe, für die der Ruder-Guru vom Starnberger See prädestiniert war. "Seine Ruderbegeisterung wirkt wie eine ansteckende Krankheit" flüsterte verwundert ein Ruderfreund aus dem Bückeburger Norden. Thallmair. Freund und Partner von Gschwendtner, dem Mentor und Berater von Dirk Nowitzky, erzählte von den Ruderversuchen des Basketballstars, vor allem im Zusammenhang mit neu entwikkelten, beweglichen Stemmbrettern, die der NBA-Crack testen konnte. Hilfreich für die Trainer Thallmairs Tipps in Sachen "Ansprache" - dem Erklären von Bewegungsmustern für Ruder-Anfänger, nicht nur am Beispiel der fatal endenden Anweisung an einen Einer-Ruderer mit dem Befehl: "Hände hoch".

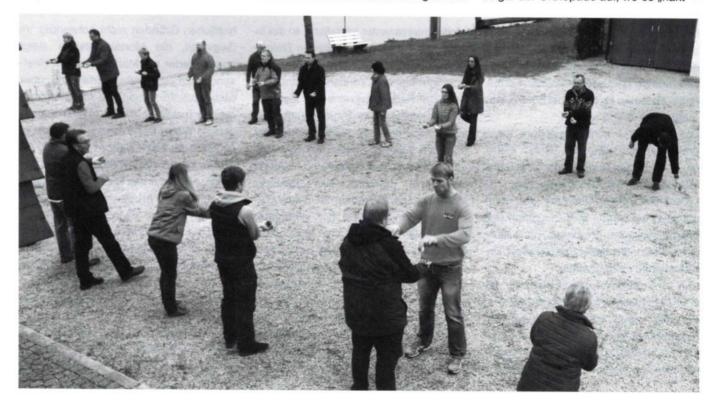
Im zweiten Teil seines Vortrages ging der Münchner Diplom-Sportlehrer auf die Ruder-Ergometerausbildung ein. "Ruderzug nach Gehör" hieß die Devise. Wie hört sich ein richtiges Bewegungsmuster am Ergometer an? Über das Luftradgeräusch des Concept-2-Ergos konnten sich die Übungsleiter ein "Gehörmuster" verschaffen.

Fast schon kabarettistisch absolvierte Passaus Wasserwacht-Koryphäe Klaus Seipt seinen Part. Der erfahrene Rot-

kreuzmann, Rettungstaucher, Sankafahrer und Erste-Hilfe-Ausbilder plauderte aus dem umfangreichen Fundus eines Sanitäter-Nähkästchens. So manchem Trainer trieb es dabei die Lach-Tränen in die Augen. Die Handhabung des Defibrillators sorgte dann aber wieder für die entsprechende Ernsthaftigkeit. Gut zu wissen, wie einfach der Gebrauch dieses Gerätes ist. Klaus Würfl plädiert schon seit Jahren für eine flächendeckende Installation des "Defi" in allen Rudervereinen. "Fast jeder Ruderverein liegt an einem von Freizeitsportlern und Spaziergängern stark frequentiertem Gelände. Wenn nicht hier, wo dann muss man so ein lebensrettendes Gerät finden?" - Erfahrungsgemäß werden die "Defis" auch von diversen Sponsoren zur Verfügung gestellt (z.B. Sparda-Bank für den PRV) "Was haben die Dortmunder Fußballer und FC Bayern-Fan Christian Neureuther gemeinsam?" fragte der Ergo-Therapeut Lars Jonatschek wie schon im vergangenen Jahr die Symposianer. Egal ob Fußballer oder Slalom-Artist, das schnelle Umsetzen von Bewegungsmustern, blitzschnelles Reagieren bei überraschenden Einwirkungen von außen - all das wird mit dem Training per "Life Kinetik" deutlich verbessert. Dieses Gehirntraining fordert

die gesamte Gehirn-"Landschaft" – verquickt alle Hirnbereiche über zunehmend schwieriger gestaltete Bewegungs- und Reaktionsübungen. Auf dem Freigelände des Passauer Rudervereins konnten sich die Lizenz-Inhaber in ersten Übungen versuchen, wobei die vorhandenen Defizite in punkto "Gehirnzellen-Vernetzung" gnadenlos zu Tage traten.

Ein glücklicher Umstand verhalf dem Ruderherbstleiter Würfl zu einem weiteren Vortrags-Highlight: Engelbert Kigele. Sportorthopäde und Osteopath aus Lauingen war zur Lizenzverlängerung fällig. Wann kommen die Faktoren "Arzt und Ruderausbilder" schon mal zusammen zudem war der Arzt Engelbert Kigele auch als Wettkampfsportler und Vereinsvorstand im rudersportlichen Einsatz. So war zwangsläufig das Referatsthema vorprogrammiert: "Osteopathische Verkettungsstörungen im Allgemeinen - und sensomotorisches Training als Therapie bzw. zur Verhinderung von orthopädischen Schäden". Das klang vielleicht kompliziert, wurde jedoch ganz schnell allgemeinverständlich an Mann und Frau gebracht. Der Lehrgangsleiter hielt gerne als "Patient" her, an seinen vom Sportleben malträtierten Knochen und Gelenken zeigte der Orthopäde auf, wo es "hakt" -



und wie diese Haken zu verbessern wären. Schon alleine die Verwendung des so genannten "Wackelkissens" würde für eine immense Stärkung der Feinmuskulatur im Rücken sorgen – "Erschwerte Standarten zur Festigung von Gelenken, Stärkung der Rumpf- und Bekkenstabilität" schrieben sich die Rudertrainer ins Lehrgangsheft.

Der jungen Ärztin und Ruder-Übungsleiterin Lea Kigele oblag es, das immer wieder zu Diskussionen Anlass gebende Thema "Gefahren des Leichtgewichtsruderns" zu behandeln. Wohl selten wird dieses nicht nur ruderspezifische Problem fachkundiger hinterfragt, als von der in einer Ernährungs-Fachklinik beschäftigten Medizinerin. Lea Kigele verdeutlichte die Unterschiede der Problemfelder "Binge Eating", "Bulimia Nervosa" und "Anorexia Nervosa" - mit ihren prägnanten Merkmalen, beispielsweise bei "Binge Eating" die abwechselnden Essanfälle mit Kontrollverlust, kein Hunger-, kein Sättigungsgefühl - oder bei der "Anorexia Nervosa" trotz BMI unter 17,5 eine fehlendes Körperbewußtsein. Obwohl abgemagert bist auf die Knochen finden sich die betroffenen Menschen immer noch zu dick. Gefährdet sind vor allem Sportarten, in denen Gewichtsklassen zu finden sind. aber auch so genannte "ästhetische" Sportarten wie Eiskunstlaufen oder Turnen. Das Referat sparte nicht mit zielgerichteten Warnhinweisen an Trainer und verantwortliche Vereinsvorstände.

Dass der Rudersport pressetechnisch wieder deutlich mehr an Aufmerksamkeit gewinnt, damit beschäftigte sich der Passauer Fotografenmeister und Vorsitzender des PRV Josef Lang. Der versierte Meisterfotograf zeigte anhand der Pressearbeit des PRV, wie man den Rudersport ins "rechte" Bild rückt. Der Tipp, in den Vereinen ein Archiv mit diversen Rudersportbildern anzulegen, um immer schnell mit "Action-Fotos" trockene Regattaberichte aufzulockern, traf auf umfassende Zustimmung. Das Passauer Beispiel, vor der Saison vorab schon mal alle aktiven Sportler per "Ruder-Passbild" zu registrieren, wurde ebenfalls als Erkenntnis mit nachhause genommen.

DRV-Ruderlehrer und B-Lizenztrainer Würfl zeigte und erklärte per Videofilm Sequenzen aus dem von Benjamin Würfl konzipierten Schwimmtraining. Ben Würfl, früher selber Wettkampfschwimmer und nunmehriger Ruderübungsleiter hatte u.a. zusammen mit U23-Weltmeister und Nationalmannschaftsmitglied Felix Wimberger einen kurzen Lehrfilm gedreht. Vor allem dieses ambitionierte Schwimmtraining (inkl. Brems-Schirm, verschieden-Schwimmpads, sten "Bungee-Seil-Schwimmen") über den Winter hatte Felix Wimberger leistungsmäßig deutlich vorangebracht. "Es dürfte doch kein Problem sein, einmal pro Woche in den städtischen Schwimmbädern zwei Bahnen reserviert zu bekommen", so Klaus Würfl an die Adresse der Vereinsfunktionäre. "Die Passauer Stadtwerke sind da bestimmt keine Ausnahme".

Der Physiotherapeutin und Ruder-Übungsleiterin Esther Elsinger war es vorbehalten, die inzwischen müden Knochen der Ruderherbstaspiranten wieder zu lockern, und die Teilnehmer für die zum Teil lange Heimfahrt wieder fit zu machen. Für die alltagstauglichen Lockerungsübungen und Mobilisationstechniken waren die Trainer auch zum Lehrgangsschluss noch aufnahmebereit. 2014, anlässlich des 10. Jubiläums-Ruderherbst in Passau, werden wir wieder für ein innovatives, kurzweiliges Lehrgangswochenende sorgen, versprach Klaus Würfl, nicht ohne den Hinweis, dass das Teilnehmerlimit definitiv bei 50 Per-



sonen liegt.





15. INTERN. DEUTSCHE MEISTERSCHAFT 30' ERGORUDERN

22. Februar 2014 in Starnberg / Schlossberghalle

nicht bekannt - bitte auf der homepage www.ergoregatta.de nachlesen Meldeschluss:

Meldeadresse: Thomas Thallmair, Possenhofener Straße 19, 82319 Starnberg

Telefon: 08151/72301 od. 0163/8935502

e-Mail: 30minuten@ergoregatta.de

Telefax: 08151/72302 Internet: www.ergoregatta.de

Kontoverbindung: Verein zur Förderung des Ruder- und Segelsports,

> Verwendungszweck "Ergo-Meisterschaft" Bank für Haus- und Grundbesitz München

BLZ 700 901 00, Konto: 1089722

20. offener Skiwettkampf Nordisch des BRV in Greising

Veranstalter: Donau Ruder Club Deggendorf 2001 e. V.

Termin: Samstag, 08.02.2014 ab 9.30 Uhr

Ausweichtermin: gibt es nicht

Start und Ziel: LL - Zentrum Deggendorf/Greising, Nähe

Skilift Streckenlänge: 10 km, skating, 5 km klassisch bitte bei Meldung angeben.

ebenso Jahrgang.

Pro Altersklasse müssen mind. 4 Starter gemeldet sein, sonst werden die Wertun-

gen zusammengelegt.

Samstag, 9.45 Uhr, Kinder ca. 750 m, Startzeiten:

nur klassisch

Samstag, 10.00 Uhr, klassisch, Massenstart Samstag, 10.15 Uhr, skating Massenstart. Samstag, 14.00 Uhr, 2-er Staffel, Sprint-

wettbewerb.

1. Läufer Klassisch 2. Läufer Skating

6 Runden, 3 Runden je Läufer, Wechsel nach jeder Runde, Rundenlänge je nach

Schneelage 1000 - 1500 m.

Offene Einteilung;

Massenstart: Damen - Herren - Mixed.

sowie Jugendwertung.

Preise: Pokale für die/den Tagesschnellsten.

> Es erfolgt ebenso eine Mannschaftswertung um den Ehrenpreis des Schirmherren Bgm. der Stadt Deggendorf OB Dr. Moser. sowie eine Combi Wertung mit dem Alpin Ski Cup und dem Ergo Cup Starnberg. Unter allen Startern werden Sachpreise verlost. Die Siegerehrung findet ab ca.

16.00 Uhr im Berggasthof Geiß in Greising

statt.

Mittwoch den 05. Februar 2014, 18:00 Uhr Meldeschluß:

Meldegebühr: Einzelstart: 8,00 EURO, Nachmeldung:

11,00 EURO Staffel: (Pro Mannschaft) 10.00

EURO, Nachmeldung:12,00 EURO, bis

9.30/13.00 Uhr möglich.

Die Meldegebühr ist am Veranstaltungstag bar zu entrichten. Bei Anmeldung ab 05.02 2014 ab 18.01 Uhr tritt die Nachmeldeklau-

sel in Kraft

Quartiere: Zu erfragen beim Fremdenverkehrsamt

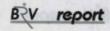
Deggendorf, Oberer Stadtplatz 28, 94469 Deggendorf, Tel: 0991/2960169 - 70.

Meldungen: Frank Darscheid, Am Sonnenhang 19 b,

94539 Grafling, Tel: 0991/287020, E-Mail: frank.grafling@gmail.com Meldung bitte mit

Jahrgsangabe

Der Veranstalter behält sich eine örtliche Verlegung der Veranstaltung vor. Es wird nur bei ausreichender Schneelage gestartet, sowie bei einer Mindestbeteiligung in der Einzelwertung von 30 Teilnehmern und mindestens 8 Staffeln. Jeder Teilnehmer nimmt in eigener Verantwortung teil.



Ausschreibung zum BRV-Leistungssportseminar 2014 für Trainer und Sportvorsitzende /-verantwortliche

Wir freuen uns in 2014 wieder unsere Trainer, Sportvorsitzenden und Sportverantwortlichen zum BRV-Leistungssportseminar einladen zu können.

Termin: Samstag 11.01.2014 – 10.00 Uhr bis ca. 20.30 Uhr

Sonntag 12.01.2014 - 09.00 Uhr bis ca. 15.00 Uhr

Ort: Landesleistungszentrum München (LZM)

Seminarraum Block A

Mittagessen, Abendessen, Frühstück im LZM Hauptgebäude

Das Leistungssportseminar für Sport-Verantwortliche und Trainer wird interessante Themen rund um den Leistungssport präsentieren bzw. Fachreferenten dazu zu Wort kommen lassen.

Zielstellung ist es, die für den Nachwuchsbereich in Verein und Verband entscheidenden Personen zusammenzuführen und somit eine breite Basis für einen Meinungsaustausch zu schaffen. In diesem Kreis werden wichtige Informationen und Erfahrungen ausgetauscht und auf Entwicklungen im Verband eingegangen. Sportfachliche Themen werden von Fachreferenten dargestellt und Entwicklungen präsentiert. Die Fachreferate sind praxisorientiert ausgerichtet und befassen sich mit folgenden Themenschwerpunkten:

- Krafttraining mit Kinder und Jugendlichen: Kraft, Koordination, Beweglichkeit im Nachwuchssport,
- Rudertechnik Videoanalyse,
- Junioren-Leichtgewichtsrudern: kurzfristiger Erfolg versus. langfristige Entwicklung,
- Anwendung und Hinweise zu den Ruderwettkampfregeln des DRV.

Darüber hinaus beschäftigt sich das Seminar mit den Themenbereichen leistungssportlicher Rückblick und der weiteren Ausrichtung des Bayerischen Ruderverbandes für den leistungssportlichen Nachwuchsbereich. Weitere Themen werden das Seminar abrunden.

Zeit- und Themenplan des Seminars ist per Mail verschickt worden. Innerhalb des abgestimmten Seminarablaufes kann es zu Veränderungen in den Themen, der Themenfolge und im Zeitplan kommen. Die Referenten werden vorab auf die Organisation bzw. den Ablauf Ihres Vortrages eingehen.

Seminarleitung: Gerhard Walter, Markus Wöstemeyer

Teilnehmergebühr: 60,00 € pro Person (Seminargebühr, Übernachtung, Verpflegung).

Übernachtung im LZM (in der Lehrgangsgebühr enthalten). Bitte teilen Sie uns mit, wenn Sie NICHT im LZM über-

nachten wollen.

Verpflegung: im LZM (in der Lehrgangsgebühr enthalten). Bitte teilen Sie uns mit an welchen Tagen und an wel-

chen Mahlzeiten (Sa. Mittag; Sa. Abend; So. Früh; So. Mittag) Sie teilnehmen möchten.

Meldungen: An den Bayerischen Ruderverband

Frau Heidrun Lehmacher, Georg-Brauchle-Ring 93, 80992 München

Tel. 089/15702-368, Fax 089/15702-362, E-Mail: lehmacher@ruderverband.de

Bitte geben Sie bei der Anmeldung an:

Name, Adresse, E-Mail, Verein, Funktion im Verein, Übernachtung u. Verpflegung

Meldeschluss: Sonntag, der 05.01.2014

Zeit- und Themenfolge BRV Leistungssportseminar

Samstag 11.01.2014	Thema	Sonntag 12.01.2014	Thema
bis 10:00Uhr	Anreise LZM	ab 8:00 Uhr	Frühstück
10:00 - 10:15 Uhr	Begrüßung der Teilnehmer/ organisatorisches	William Wite St.	
	zur Veranstaltung/ Vorstellung der Teilnehmer	08:45 - 09:00 Uhr	Auftakt zum zweiten Tag
Referenten:	G. Walter, M. Wöstemeyer	Referenten:	Th. Stamm / G. Walter
10:15 - 12:15 Uhr	Rudertechnik-Video-Analyse	09:00 -12:00 Uhr	Junioren Leichtgewichtsrudern :
Referent:	T. Rahenkamp LT Niedersachsen		kurzfristiger Erfolg versus langfristige Entwicklung
		Referent:	J. Wolff
12:15 - 13:15 Uhr	Mittagspause/ Mittagessen	A TOTAL OF THE STATE OF THE STA	
		12:15 -13.00 Uhr	Mittagspause/ Mittagessen
13:15 - 15:00 Uhr	Fortsetzung Rudertechnik - Video-Analyse		
Referent:	T. Rahenkamp LT Niedersachsen	13:00 -15:00 Uhr	Die Ruderwettkampfregeln "Praxisorientierte Anwendung für Trainer und Regattaruderer"
5:00 - 18:00 Uhr	Krafttraining - Kraft, Koordination, Beweglichkeit im	Referent:	A. Scholler
	Nachwuchssport in Theorie und Praxis		
	(Halle/Sportkleidung)	15:00 Uhr	Ende der Veranstaltung
Referent:	J. Babock OSP Bayern Athletiktrainer	CO ASSISTED TO STREET	
8:30 Uhr	Pause mit kleinem Imbiss	12 To 10 TO	
8:30 - 20:00 Uhr	BRV Saisonanalyse 2013, Regionalkonzept BRV	Some State of the State of the	
	und Ausblick 2014, Mannschaftsbildung,	A CONTRACTOR OF THE PARTY OF TH	
	Status Regionalkonzept, langfristige	The last of the la	
	Leistungsentwicklung BRV		
Referent:	M. Wöstemeyer LT BRV		
ab 20:00 Uhr	Abendprogramm (incl. Abendessen,		
	Gemütlichkeit!!)		
	Alle	The state of the s	

Lehrgänge BRV 2014 / Südteam 2014

Jan./Febr. 2014		
27.12 - 03.01.14	Regen	BRV Leistungslehrgang Langlauf
24 26.01.14	dezentral	Südteam TW (Großboot)
Febr. 2014	dezentral	BRV dezentrale TWEn
März/April 2014		
28.02 - 04.03.14	Breisach o. LZM	Südteam Sichtungslehrgang Fasching
05 09.03.14	LZM	BRV Trainingslager Fasching
23.03.14	Breisach	Regionaler Langstreckentest
29.03.14	Erlangen	BRV Leistungstest Langstrecke / BRJ Lauftest
12 21.04.14	LZM	BRV Trainingslager Ostern
Mai/Juni 2014		
01 04.05.14	LZM	Südteam TW
29.05 - 01.06.14	LZM	BRV TWE HH-Vorbereitung
10 16.06.14	LZM	BRV Trainingslager Pfingsten DJM Vorbereitung
16 21.06.14	LZM	BRJ Talentförderlehrgang Pfingsten
Sept Dez. 2014		
19 21.09.14	LZM	BRJ Talentförderlehrgang Technik Einer
19.10.14	Erlangen	BRV Leistungstest Langstrecke
		Südteam Sichtungslehrgang Herbst
28.10 - 02.11.14	LZM	BRV Sichtungslehrgang Herbst
12 14.12.14	LZM	BRV TW

Inhalt

	Info
U3	Inhaltsverzeichnis
U4	Termine 2014 - Stand 09.12.13
	Verband
01	Einladung zur Vorsitzendentagung in Ingolstadt
02	DRV Veranstalter Tagung + WKR in Würzburg
03	Jakob Kaiser - neuer Wettkampfrichter des DRV
04	Saisonauftakt der BRV Ruderer
05	BRV Fortbildungslehrgang
06	Sichtungs-Lehrgänge BRV und Süd-Team
10	WM in Chungja/Korea
12	Vorankündigung 100 Jahre Bamberger RG
13	Mannschaftsbildungsprozess 2014
14	Aktuelle Entwicklung - Regattaanlage LZM
	Bayerische Ruderjugend
16	Rund ums Ergometerrudern
17	Förderkonzept BRJ 2013
18	LVK München 2013
19	Änderungen beim Landesfinale "JtfO"
	Vereine
20	4. Ruder-Regatta Ruperti-Pokal
21	Ergo-Weltrekord für A. Molkenthin
22	Masters des SRCF auf der Bocksbeutelregatta
23	79. Würzburger Ruderregatta
24	Neu Sporthalle und neue Boote für den ARCW

9. Prienathon 2014 in Waging
 Abrudern und Sportlerehrung im PRV
 Allerheiligenfahrt - Bericht
 RC Vilshofen - Abrudern im Jubiläumsjahr
 Passauer "Krampus-Achter" leistet Fluthilfe
 9. Passauer Ruder-Symposium

Ausschreibungen

15. Intern. Dt. Meisterschaften - Ergorudern 20. offener Skiwettkampf Nordisch in Greising BRV-Leistungssportseminar 2014 Zeit- und Themenfolge Lehrgänge BRV und Südteam 2014

Titelseite

34

35

36

Fotos: Lang, Quikert, Laugwitz

Redaktionsschlusstermine

März/April 2014 - September 2014 - November 2014

Namentlich gekennzeichnete Artikel geben ausschließlich die Meinung des Verfassers wieder. Die Redaktion behält sich Änderungen und Kürzungen vor. Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit Genehmigung der Schriftleitung und unter Angabe der Quelle gestattet. Erscheinungsweise: 3 x im Jahr

Herausgeber Bayerischer Ruderverband Postfach 500120,

No971 München
Tel.: 089/15702-368
Fax 15702-362
lehmacher@ruderverband.de

Präsident

Thomas Stamm Am Gehäg 18, 97840 Hafenlohr mobil: 0171/718 2339 thomasstamm@aol.com Internet: www.rgmarktheidenfeld.de

Redaktion

Sieglinde Marchner Ruffiniallee 38, 82166 Gräfelfing Tel.: 089/851766 pr/ 8982766 d Fax: 089/8540220/898276-74 SMarchner@ruderverband.de Internet: www.ruderverband.de

Druckerei

Buch- und Offsetdruck Baumann, 81477 München, Meglingerstraße 49 Tel.: 089/74 88 330 Fax: 089/74 88 33 10



Terminliste 2014 - evtl. Änderungen siehe www.ruderverband.de

<i>Datum</i> Januar	Ort	Veranstaltung	Datum Juli	Ort	Veranstaltung
11./12.	LZ München	BRV Leistungssport-	0306.	Rüdersdorf	45 Bundanusthaussk LM
11012	EE Marionon	seminar (lizenzverlängernd)	05./06.	Hannover	45. Bundeswettbewerb JuM
25.	Zell am Ziller/A	BRV Alpin-Skicup/	11.–13.		Deutsche Hochschulm.
20.	Zen am Zmerz	Regensburger RV	12./13.	Luzern / Schweiz	World Rowing Cup III
25.	Kopenhagen	negensburger Av	18.	Offenbach	German Masters Open
20.	Dänemark	European Indoor	10.	München	Landesfinale
	Danomark	Rowing Championships	19./20.	Monahan	"Jgd. trainiert f. Olympia"
Februar		nowing championships	19./20. 23.–27.	München Varana (Italian	Bayerische Meisterschaften
02.	Kettwig	DM Ruderergometer Finale	2321.	Varese / Italien	World Rowing
08.			25.–27.	Monahan	Under 23 Championships
00.	Deggendorf, Greising	20. BRV Langlaufwettbewerb für Ruderer		München	5. Euro Masters Regatta
22.	Starnberg (MRSVB)	75011 (1.10-40-00-00-00-00-00-00-00-00-00-00-00-00	26. o. 27.	9	Rudern gegen Krebs
22.	Starriberg (IVINSVB)	DM im 30-MinErgo-Rudern	26./27.	Bamberg	BRJ Wasserspiele
März			August		
15.	Ingolstadt	BRV Vorsitzendentagung	2./3.	Erlangen	2. Erlanger Rudertriathlon
23.	Breisach	Regionaler Langstreckentest			(20km Rad,0,5km Schw.,
28 30.	Sydney / Australien	World Rowing Cup I			6km Rudern)
29. o.30	Erlangen	BRV Leistungstest Langstrecke	0610.	Hamburg	World Rowing
		/ Lauftest BRJ		, idinodi g	Junior Championships
April			1628.	Nanjing / China	Youth Olympic Games
05./06.	Leipzig	DRV-Langstreckentest	2431.	Amsterdam / NL	World Rowing Championships
12.	Passau	36. Inn-River-Race, Langstrecke			or an arrange of the state of t
26./27.	Köln	Dt. Kleinbootüberprüfung	Septemb	er	
		Sen. u. Jun. (Frühtest)	06./07.	Villach / Österreich	Int. Rowing-Challenge Villach
26./27.	Mannheim	Regatta	20.	Prien	Prienathon Langstr.
		Bay.Wanderrudertreffen	1000 75.50		um Chiemseeinseln
Mai			2028.	Bayern	FISA Tour 2014
01.	Herrsching	Ammersee-Rundfahrt			Bavaria Germany
	•	(Wanderrudern)	2124.	Berlin	Finale Jugend
10./11.	München	1. Intern. DRV-Junioren-Regatta			trainiert für Olympia
1618.	Duisburg	Int. Regatta	2628.	Kopenhagen / Dänem.	
17.	Kaufering	Welfenregatta Langstr.	27./28.	Nürnberg	Sprintregatta
		Alpen-Achterpokal	27.	Starnberg	Roseninsel-Achter,
24./25.	Köln	Kölner Junioren-Regatta			Oktoberfest-Langstr.
24./25.	Hazewinkel / Belgien	European Rowing			
		Junior Championships	Oktober		
24./25.	Heidelberg	Regatta	04.	Straubing-Deggend.	9. Wander-Ruder Regatta
30.05 -			1012.	Eschwege	Dt. Sprintmeisterschaften
01.06.	Belgrad / Serbien	European Rowing			u. Meisterschaftsrudern
		Championships	11./12. oc	der	
31.05./			18./19.	Trier	Ländervergleichskampf
01.06.	Bamberg	Regatta			Ruderjugend Baden-W./
					Bayern/Hessen/Rheinland-Pfalz
Juni			18.	Würzburg	Bocksbeutel-Regatta,
06. 08.	Hamburg	2. Intern. DRV-Junioren-Regatta			Langstrecke
14./15.	Ratzeburg	Int. Regatta	19.	Erlangen	BRV Leistungstest Langstrecke
2022.	Aiguebelette/France	World Rowing Cup II	25.	Waging	Langstreckenregatta
2629.	Brandenburg	Deutsche Meisterschaften			Ruperti Pokal
		U23/U19/U17	Novembe	er	
28./29.	Ulm	Donau-Cup	21./22.	Passau	Fortbildung Passauer
		Kurzstreckenregatta			Ruderherbst (lizenzverläng.)
				Dortmund	Zentrale Langstrecke DRV