

skulls

April 2020

Nr. 200



Rudern, Arbeiten, Feiern und Leben im ORV

**Umbau der Terrasse – Ergo-Cup – Rückkehr in die RBL
Protokoll der Jahreshauptversammlung – Grünkohlessen
Winterprogramm – Berichte unserer Anfänger & Topsportler**

Osnabrücker Ruder-Verein von 1913 e. V.

Vorsitzender	Jens Wegmann	0151 – 180 490 14
Stellv. Vorsitzender	Christian Vennemann	0176 – 329 102 37
Stellv. Vors. Finanzen	Markus Heineking	0541 – 380 926 08
Stellv. Administration	Jörg Dellbrügger	0541 – 386 436
Stellv. Liegenschaften	Andreas Tönnies	0175 – 592 436 3
Stellv. Vors. Leistungssport	Ludger Rasche	0541 – 205 117 4
Stellv. Vors. Breitensport	Dr. Jochen Kruse	0541 – 162 63

<u>Bankverbindungen:</u>	<u>IBAN</u>	<u>BIC</u>
Mitgliedsbeiträge	DE66 2655 0105 0000 0425 56	NOLADE22XXX
Sonstige Überweisungen	DE18 2659 0025 1030 2042 00	GENODEF1OSV
Spendenkonto Freundeskreis	DE44 2655 0105 0000 2430 63	NOLADE22XXX

Impressum

Herausgeber: Osnabrücker Ruder-Verein von 1913 e. V.
Glückaufstraße 16, 49090 Osnabrück
Tel.: 0541 – 12 29 57, E-Mail: info@orv.de

Redaktion: }
Layout: } Christian Vennemann skulls@orv.de
Vertrieb: }

V. i. S. d. P.: Christian Vennemann

Druck: Gemeindebrief Druckerei
Eichenring 15a
29393 Groß Oesingen

Die mit Namen versehenen Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung des Vorstandes oder der Redaktion wieder. Die „skulls“ erscheint mehrmals jährlich nach saisonaler Notwendigkeit.

Beiträge: Es gilt die Beitragsordnung in der Fassung vom 1.1.2020. Die Beitragsordnung steht auf www.orv.de zum Download zur Verfügung

Titelbild: Eindrücke der verschiedenen Veranstaltungen des Winterhalbjahres. Bilder: Verschieden

Liebe Mitglieder, Freunde und Förderer des
Osnabrücker Ruder-Vereins von 1913 e. V.,

anstelle des sonst üblichen Vorwortes zur neuen Ausgabe unseres Vereinsmagazins „skulls“ möchten wir uns an Sie und Euch wenden.



Unser Land und die Welt erleben derzeit eine der schwersten und vor allem umfassendsten Krisen seit dem Ende des Zweiten Weltkrieges. Nahezu überall ist das öffentliche Leben zum Erliegen gekommen.

Auch im Osnabrücker Ruder-Verein steht der Betrieb still. Nachdem wir zunächst versucht hatten mit Hygienemaßnahmen und der Sperrung des Hantelraums eine Schließung des Bootshauses zu umgehen, zwang uns die Allgemeinverfügung der Stadt Osnabrück und die angeordnete Kontaktsperre der Bundesregierung zur Schließung des Bootshauses.

Mehrere Mitglieder sprachen uns oder die Trainer an, ob es möglich sei, ein Ergometer für die Nutzung Zuhause zu leihen oder mit dem privaten Einer rudern gehen zu können. Die Antwort muss in beiden Fällen „Leider Nein“ lauten. Uns ist es nicht möglich, 17 Ergometer gerecht an 462 Mitglieder zu verteilen, ebenso ist für Außenstehende – auch Kräfte von Polizei und Ordnungsamt – nicht erkennbar, ob der Einer auf dem Kanal privat unterwegs ist, oder ob im ORV Sportbetrieb stattfindet. Nach kurzer Erklärung zeigten alle Fragenden Verständnis. Dafür möchten wir uns bedanken, denn nur mit Verständnis, Zusammenhalt und Rücksichtnahme werden wir diese Krise meistern.

Viele Mitglieder haben in den vergangenen Wochen Mittel und Wege gefunden, sich auch abseits des Bootshauses sportlich zu betätigen. Unsere Trainer stehen allen Interessierten per E-Mail und Telefon beratend zur Verfügung.

Darüber hinaus haben auch in den vergangenen Wochen Mitglieder Gerätschaften aus dem Verein zur Pflege und Wartung mit nach Hause genommen, um sich quasi im Home-Office für den Verein zu engagieren. Das und das außerordentlich starke Engagement vieler Mitglieder bei den vielen Veranstaltungen und Baumaßnahmen der vergangenen Monate zeigen, dass unsere Vereinsgemeinschaft funktioniert.

Darauf sind wir stolz und bedanken uns sehr herzlich bei allen Beteiligten. In der Hoffnung auf ein baldiges Wiedersehen am Bootshaus,
Mit rudersportlichen Grüßen,

Jens Neumann

Christine Keas

Vereinsleben

- Power Challenge erneut ein großer Erfolg! 6
- Neuer Getränkepartner 8
- Grünkohlessen 9
- Ergo-Cup 10
- Umbau der Terrasse 12
- Engagement für den ORV 14

Amtlich

- Protokoll der Jahreshauptversammlung 15
- ORV-Termine 26
- Nach dem Winter ist vor dem Winter 26
- Neues aus dem Vorstand 27

ORV-Shop

28

Wanderrudern

- Lust und Frust im ersten Ruderjahr 29
- Ein anderes Winterprogramm 31

Rennrudern

- Die ORV-Leistungssportler stellen sich vor 32
- Pia Greitens wechselvolles Jahr in der Olympia-
vorbereitung 34
- Paul Seiters: „Normaler Alltag? Hier nicht mehr!“ 39
- Henning Köncke: Mein Start am Ruderleistungs-
zentrum Dortmund 42
- ORV Goes RBL Again (Hopefully) 44
- Ergebnisse der Herbst- und Winterregatten 46



Der ORV ist jetzt auch als Club in der Sport-Tracking-App „Strava“ angemeldet. Alle interessierten Mitglieder sind

herzlich eingeladen, sich dort anzuschließen und die Trainingsleistungen miteinander zu vergleichen.

„Strava“ steht in allen Appstores kostenlos zum Download bereit. In der App unter „Entdecken“ → „Clubs“ einfach nach „Osnabrücker Ruder-Verein“ suchen und sich anmelden.



PREMIUM-RESIDENZ

Ausgezeichnet
als eine der besten
35 Premium-Residenzen
in Deutschland, Österreich,
Schweiz und Spanien.

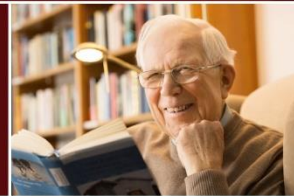


Diakonie-Wohnstift
am Westerberg

Selbstbestimmt das Leben gestalten.



- SeniorenWohnen Plus
- PflegeHOTEL
- PflegeWohnen Plus
- Kurzzeitpflege



*Genießen Sie Ihr Leben –
um alles andere kümmern wir uns.*

In bester Wohnlage im Herzen von Osnabrück finden Sie bei uns alles, was Sie zu einem komfortablen Leben brauchen: hochwertige Ausstattung in eleganten Appartements, erstklassigen Rundum-Service, kultivierte Freizeitangebote – und die Gewissheit, jederzeit auf die tatkräftige Unterstützung unserer qualifizierten Mitarbeiter zurückgreifen zu können.



Ute Tepe



Christoph Meier
Einrichtungsleitung



Monika Stalkamp
Wohnstiftberatung

OSNABRÜCKS
WOHNSTIFT MIT
DEM BESONDEREN
AMBIENTE

Power Challenge erneut ein großer Erfolg!

Am 10.01. hieß es wieder „Abhängen am Bootshaus“, denn es stand die Power Challenge an. 21 Teilnehmer der Altersklasse „18 bis 50“ und mit Elisa auch mal wieder eine Teilnehmerin zeigten neben klasse Klimmzügen auch tolle Showeinlagen und lustige Kostüme. Das große Publikum dankte es mit guter Stimmung und viel Applaus.

Dass sich weiterhin viele Nachwuchsklimmzieher um einen Platz an der Stange bewerben, zeigt, dass die „PC“ auch im 24. Jahr allen Unkenrufen und vermeintlichen Anachronismen zum Trotz den Geschmack zu treffen scheint.

„Nach der Power Challenge ist vor der Party“ galt dann für den Rest des Abends und so wurde wie immer feucht-fröhlich und ausgelassen gefeiert.

Danke an alle Helferinnen und Helfer, die bei unserer Aushänge-Veranstaltung erneut mitgeholfen haben!





Alle Bilder: T. Tolhuysen/C. Kunze

Neuer Getränkepartner

Nachdem es im vergangenen Jahr zu Lieferproblemen mit unserem bisherigen Getränkelieferanten gekommen war, musste zu Jahresbeginn ein neuer Partner gefunden werden.

Die Firma Veltins bietet aus unserer Sicht das beste Paket: Es gibt ein breites Portfolio an verschiedenen Biersorten und alkoholfreien Getränken mit bekanntem und gutem Geschmack. Zusätzlich bietet Veltins Vereinen eine vergleichsweise hohe Rückvergütung an und stattet den Verein mit neuen Schildern, Terrassenleuchten, einem Flaschenkühlschrank, Gläsern und Dekoartikeln aus.

Darüber hinaus ist es möglich, privat Getränke aus dem Veltins-Sortiment zu erwerben für die Rückvergütung des ORV gutschreiben zu lassen.

So funktioniert's:

- Veltins-Getränke bei Getränke Schröder, Berghoffstr. 33, 49090 OS aussuchen.
- An der Kasse Name, Art und Menge der Getränke für die Rückvergütung des Osnabrücker Ruder-Vereins eintragen lassen.
- Es wird eine Rechnung an Tobias Nave geschickt, er wird die Rechnung zur Bezahlung an die Käufer weiterreichen.



Bild: M. Schawe

→ **Wichtig: Es wird gebeten, nur größere Käufe für die Rückvergütung einzureichen, damit nicht unzählige Kleinstrechnungen erstellt werden!**



Grünkohlessen

von Vincent Sander

Am 22.2 fand das diesjährige Grünkohlessen statt. Das Königspaar Vincent und Erik lud die Teilnehmer zu einer Wanderung ein. Gestartet wurde um 15 Uhr mit 25 Leuten bei windigem, aber trockenem Wetter. Die Wanderung führte entlang der Hase, dabei wurde schon der ein oder andere Tropfen genossen. Gegen 17 Uhr waren alle zurück am Verein und versammelten sich zum Essen. Mit 40 Gästen wurde dann ein sehr leckeres Essen genossen. Mit gefüllten Bäuchen stand nun die Wahl zum neuen Königspaar an. Vier Kandidaten mussten sich den Spielen stellen. Lukas Tönnies dominierte alle Spiele und auch das Partnerspiel mit seiner Gemahlin Maren Röwekamp. Somit stand das neue Königspaar fest. Der Abend wurde mit einer kurzen Rede vom neuen König eingeleitet. Es wird gemunkelt, dass das neue Königspaar bis in die frühen Morgenstunden vom Volk gefeiert wurde. Alles Gute für das neue Königspaar und ein Dank an alle die da waren!



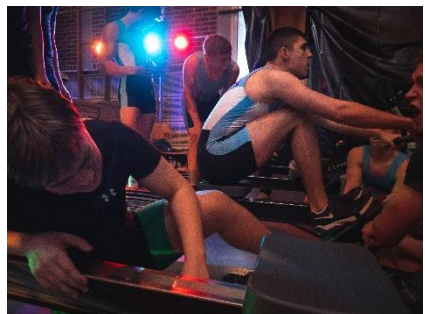
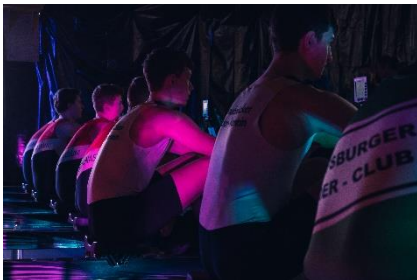
Alle Bilder: T. Tolhuysen/C. Kunze

Ergocup

Nachdem der ORV-Ergocup vor zwei Jahren ausfiel läuft es nun besser denn je: Dank der Fusion mit dem Ergocup der Ruderriege des Ratsgymnasiums im vergangenen Jahr konnte nun mit knapp 450 gemeldeten Teilnehmerinnen und Teilnehmern ein sehr gutes Meldeergebnis erzielt werden, dadurch ist der Osnabrücker Ergocup nun die größte Veranstaltung dieser Art in Niedersachsen. Das Teilnehmerfeld war erneut bunt gemischt, von zehnjährigen Nachwuchsrudern über die erfolgreichen ORV-Leistungssportler bis hin zum Vereinsachter und dem Frauenprojekt war fast die komplette Osnabrücker Rudergemeinde vertreten, dazu gesellten sich Gäste unter anderem aus Bersenbrück, Bramsche, Hannover, Wolfsburg, Minden, Hameln, Hankensbüttel und Nienburg. Kein Wunder, denn auch in diesem Jahr war der Osnabrücker Ergocup eine Station der Niedersächsischen Landesmeisterschaften für die Junioren und Senioren. In den U15-Altersklassen wurde zudem der LRVN-Talente Cup ausgefahren.

Dementsprechend hoch war die Motivation aller Teilnehmerinnen und Teilnehmer, auf den 20 Rudergeräten unter den lautstarken Anfeuerungen der Trainer und Angehörigen ihr Bestes zu geben





Alle Bilder: T. Tolhuysen/C. Kunze

Umbau der Terrasse

Nach dem Projekt ist vor dem Projekt: Kaum waren die Umkleiden renoviert, die mobile Theke gebaut und die Power Challenge durchgeführt, nutzten einige Mitglieder des Männerachters das milde Wetter im Januar und Februar, um die in die Jahre gekommene Terrasse am Bootshaus zu renovieren.

Der Waschbetonbelag war nicht mehr schön anzusehen, viele Platten hatten sich gelöst und in den Fugen sprießte das Unkraut. Auch die Laternen und die Außensteckdosen bedurften der Erneuerung.

Dank der großzügigen Spende von mehreren LKW-Ladungen Sand durch die Firma Dieckmann und die Bereitstellung von Baumaschinen durch die Helfer konnte die Unterfütterung bereits fertiggestellt und die ehemalige Außentreppe zu einer Rampe umgestaltet werden.

Aktuell ruhen die Arbeiten aufgrund der Schließung des Vereins wegen der „Corona-Krise“ weitgehend, werden aber schnellstmöglich wieder aufgenommen.



Alle Bilder: Privat

Schon jetzt gilt unser aller Dank allen Helfern, die sich auch von Regentagen nicht abhalten ließen!



**Ruckzuck
ist einfach.**



Weil man Geld schnell und leicht per Handy senden kann. Mit Kwitt, einer Funktion unserer App.*

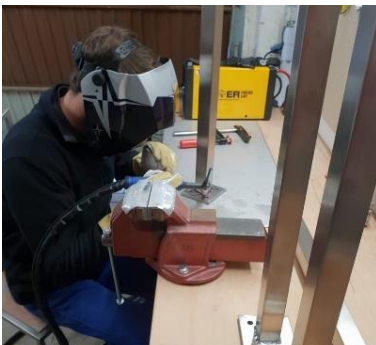
* Gilt nur zwischen deutschen Girokonten.



Instandsetzung der Skuls und Riemen



Polsterung der Turnkästen



Schweißen eines neuen Geländers für die Terrasse

Alle Bilder: Privat

Engagement für den Verein

Was unterscheidet einen Sportverein von einem Fitnessstudio? Ganz richtig: Die besondere Identifikation der Mitglieder mit dem Verein, das Erleben von Gemeinschaft und die Bereitschaft, sich einzubringen.

Im ORV sind wir in der komfortablen Lage, dass sich sehr viele Mitglieder für den Verein einsetzen.

Das Spektrum ist riesig und reicht von der Vorstandsarbeit, der Vertretung des Vereins in Verbänden über die Organisation oder Hilfe bei Sportangeboten und Veranstaltungen bis hin zu Arbeiten, die dem Erhalt oder Erneuerung unseres Bootsmaterials und des Bootshauses dienen. Auch während der „Corona-Krise“ engagieren sich viele Mitglieder von Zuhause aus.

Auch dafür gilt allen der Dank und die Anerkennung des Vorstands und der Vereinsgemeinschaft.

Es ist wichtig, dass sich neben dem Vereinsvorstand weitere Personen für den Verein engagieren, sei es zum Rasenmähen, zum Ausbilden, zur allg. Vereinsarbeit. Der Vorstand ruft alle Mitglieder auf, sich mit Rat und Tat einzubringen, bzw. sich zu engagieren, auch über die obligatorischen sechs Stunden hinaus und auch gerne mit neuen Ideen. Damit das Engagement geregelt ablaufen kann, hat der Vorstand den stellvertretenden Vorsitzenden Breitensport als zuständiges Vorstandsmitglied bestimmt. Alle, die sich engagieren möchten, wenden sich bitte an Jochen Kruse.

Protokoll der Jahreshauptversammlung 2020 am Freitag, den 14.02.2020 um 18.30 Uhr im Saal des Bootshauses.

1. Begrüßung und Ehrungen

Der Vorsitzende Jens Wegmann eröffnet die Jahreshauptversammlung des Jahres 2020 am 14.02.2020 um 18.47 Uhr, entschuldigt sich für die kleine Verspätung und stellt die ordnungs- und satzungsgemäße Einladung fest.

2. Jahresberichte

a. Vorsitzender

Der Vorsitzende begrüßt die anwesenden Ehrenmitglieder Ludwig Ellerbrake und Dr. Jan Tebrügge.

Der Vorsitzende erinnert in einem Nachruf an den im April 2019 verstorbenen Werner Kretzschmar und bittet die Anwesenden seiner still zu gedenken.

Jens Wegmann dankt seinen Vorstandskollegen und allen engagierten Mitgliedern für die im vergangenen Jahr geleistete Arbeit.

2019 war aus Sicht des Vorsitzenden ein gutes Jahr für den Osnabrücker Ruder-Verein, das durch viele erfolgreiche Arbeit geprägt war. Neben erneut großartigen sportlichen Erfolgen konnten mit der Renovierung der Umkleiden und Wasseranlagen, sowie dem Anschluss an die städtische Frischwasserleitung zwei lange geplante und umfangreiche Baumaßnahmen umgesetzt werden. Darüber hinaus konnten noch drei Boote für den Breiten- und Leistungssport gekauft werden, die beim kommenden Anrudern getauft werden. Neben dem gemeinsamen Arbeiten und Rudern kam auch das Feiern nicht zu kurz. Das Anrudern, die Power Challenge, das Sommerfest und das Grünkohlessen waren erneut sehr schöne und gesellige Feiern, zu denen wieder viele Mitglieder, Freunde und Förderer des Vereins den Weg zum Bootshaus fanden.

b. Stellv. Vorsitzender Liegenschaften

Andreas Tönnies freut sich, dass erneut Energiekosten eingespart werden konnten. Als Begründung führt er an, dass fast alle Lampen im Bootshaus auf LED-Technik umgestellt wurden. Zusätzlich wurden in mehreren Räumen Annäherungsmelder installiert.

Nichtsdestotrotz werden immer noch 11,25% der Mitgliedsbeiträge für Strom und Gas verwendet. Außerdem sind die Energiepreise seit Jahresbeginn deutlich gestiegen, sodass trotz der Einsparungen mit steigenden Energiekosten gerechnet werden muss.

Das größte Projekt des Jahres war zweifellos die Sanierung der Umkleiden. Während des Umbaus kam es zu unvorhergesehenen Zusatzkosten, z. B. durch die nachträgliche Einplanung der gelben Bordüre. Trotzdem konnte der Kostenplan eingehalten werden. Dies gelang Andreas Tönnies zufolge nur dank der tatkräftigen Hilfe vieler Vereinsmitglieder, denen Tönnies unter dem Beifall der Anwesenden herzlich dankt. Ebenso dankt Tönnies der Stadt Osnabrück und dem Landessportbund Niedersachsen, die die Sanierung mit großzügigen Zuschüssen unterstützten. Ein weiterer Dank gilt Ludger Rasche, der sich stark für die schnelle und unbürokratische Realisierung des Frischwasseranschlusses engagierte. Für das laufende Jahr ist die Sanierung der Terrasse geplant. Auch hierfür zeichnet erneut eine große Bereitschaft zur Mithilfe aus dem Kreis des Vereinschalters ab.

c. Stellv. Vorsitzender Administration

Jörg Dellbrügger freut sich, dass sich die Zahl der Mitglieder mit 462 Personen (315 männlich, 147 weiblich) zum 1.1.2020 auf einem Allzeithoch befindet. Der Anteil der weiblichen Mitglieder ist mit 32% im Bereich vergleichbarer deutscher Rudervereine. Die Struktur der Mitglieder zeigt, dass die 41-60-jährigen mit 133 Personen derzeit die größte Gruppe im Verein stellen, was unter anderem den erfolgreichen Anfängerkursen zu verdanken ist.

So erfreulich der hohe Anteil an Vollmitgliedern ist, birgt dies auch das Problem, dass die Kinder und Jugendlichen im ORV derzeit nur 19% der Vereinsmitglieder stellen. Die Stadt genehmigt Zuschüsse nur, wenn regelmäßig mindestens 20% der Mitglieder Kinder und Jugendliche sind. Dies sei die Kehrseite der erfolgreichen Arbeit in den Ruderkursen für Erwachsene. Auf eine Nachfrage aus dem Plenum, inwieweit man die Schulen besser einbinden könne, erwidert Dellbrügger, dass bereits mit sämtlichen Schulen im Stadtgebiet, die in irgendeiner Form Rudern anbieten, Kooperationsverträge existierten. Insbesondere die aktivsten Schülerinnen und Schüler der Angelaschule, dem Ratsgymnasium und dem Gymnasium Carolinum träten in der Regel auch dem ORV bei. Unter den Schülerinnen und Schülern sei aber auch die höchste Fluktuation zu verzeichnen, da viele aufgrund der Abiturprüfungen oder mit dem Beginn des Studiums in anderen Städten den Verein verließen.

d. Stellv. Vorsitzende Sport und Breitensport

Ludger Rasche blickt im Breitensport auf ein erfolgreiches Jahr zurück. Erneut wurden wieder viele neue Mitglieder ausgebildet und an den Rudersport herangeführt. Er dankt unter Beifall der Anwesenden beteiligten Ausbilderinnen und Ausbildern und ergänzt, dass weitere Mitglieder den

Trainerschein C-Breitensport erworben haben. Ebenso fand ein Steuer-mannskurs statt. Die Ruderkurse werden nach wie vor gut angenommen und die Anmeldezahlen für den kommenden Durchgang sind vielversprechend.

Der ORV ist weiterhin Träger des Zertifikats „Gesundheitssport Rudern“ des DRV. Auch 2019 fanden wieder viele Wanderfahrten unter der Leitung von Dr. Jochen Kruse oder Jens Wegmann und Markus Heineking statt. Daneben erfreuen sich die Gigboot-Regatten in Rheine und Hamburg steigender Beliebtheit, was die wachsenden Delegationen des ORV dorthin belegen.

Auch die Masterruderer und die 2. Wettkampfebene waren wieder erfolgreich im Vereinsachter oder Doppelvierer auf Landesmeisterschaften, Deutschen Sprintmeisterschaften oder auf der World Masters Regatta unterwegs. Für die geplanten Regatten und Wanderfahrten verweist Ludger Rasche auf den ausliegenden und am Infobrett aushängenden Jahresplan.

Im Winter fanden wieder viele „trockene“ sportliche Aktivitäten statt, wie Ergofahren, Team Rowing, Hanteln, oder Yoga. Der Bundesfreiwilligendienstleistende Thore Goralczyk hat sich als Zugezogener aus Lüneburg gut integrieren können und setzt die gute Arbeit seines Vorgängers



Meyer-Entsorgung



IHR ENTSORGUNGSPARTNER IN DER REGION

- Containerdienst
- Rohrreinigung
- Entrümpelungen
- Miettoiletten

Wir beraten Sie gern!

Telefon 0541 584880 . Telefax 0541 5848840 . www.meyer-entsorgung.de

Vincent Sander erfolgreich fort. Die Anwesenden danken beiden mit Applaus.

Darüber hinaus baut der ORV seit Anfang des vergangenen Jahres unter der Leitung des Bundesfreiwilligendienstleistenden eine Jugendgruppe auf, um einerseits auch Kindern und Jugendlichen, die nicht auf eine der Schulen mit großer Ruderriege gehen, an den Rudersport heranzuführen, andererseits um aktiv den Anteil der Jugendlichen an der gesamten Mitgliederzahl zu erhöhen. Ein Problem sei hier die gestiegene schulische Belastung, die viele Kinder Jugendliche davon abhalten würde, sich in Vereinen zu engagieren.

Matthias Bergmann, stellv. Vorsitzender Leistungssport übernimmt das Wort und berichtet von einem weiteren erfolgreichen Jahr im Leistungssport.

Er berichtet von den WM-Teilnahmen von Pia Greiten (15. Platz WM, SF2x), Paul Seiters (4. Platz U23-WM, SM4-, Paul Leerkamp (Silber U19-EM, JM4x und 10 Platz U19-WM, JM1x) sowie Henning Köncke (6. Platz U23-EM, SM8+).

Daneben konnten auch wieder Medaillen und Finalplatzierungen auf den Deutschen Jahrgangsmeysterschaften und den Deutschen Sprintmeysterschaften gefeiert werden. Matthias Bergmann zeigt sich erfreut, dass im männlichen und weiblichen Bereich erfolgreich gerudert wurde. Darüber hinaus ist die Zahl der am Landesstützpunkt Osnabrück trainierenden Bundes- und Landeskaderathlet*innen konstant.

Im Verein wächst die Schnittmenge des Leistungssports mit dem ambitionierten Breitensport, wie man am Männerachter und dem ebenfalls begonnenen Frauenprojekt sehen könne. Es ist dem ORV nach neunjähriger Abstinenz gelungen, wieder eine Mannschaft für die Ruder-Bundesliga melden zu können.

Der Vereins- und Stützpunkttrainer Martin Schawe betreut neben seinen Sportlerinnen und Sportlern auch die Fortbildung der Schülertrainer, etwa durch Lehrgänge zur Trainingssteuerung oder Hantelkurse. Hierbei wird er vom Bundesfreiwilligendienstleistenden unterstützt.

Spannend wird die Zusammenarbeit mit den Schulen, insbesondere dem Ratsgymnasium und Gymnasium Carolinum, da hier die Personalwechsel aufgrund der Pensionierungen der langjährigen Protektoren anstehen. Der ORV-Vorstand freut sich auf die Zusammenarbeit mit den neuen Protektorinnen und Protektoren.

e. Stellv. Vorsitzender Finanzen

Markus Heineking stellt den Vereinshaushalt des Jahres 2019 vor. Er führt aus, dass die Mehreinnahmen unter anderem aus einem

Zwischendarlehen in Höhe von 50.000 € resultierten, dass kurzfristig zur Zwischenfinanzierung der Baumaßnahmen aufgenommen wurde. Entsprechend lägen die auch die Ausgaben über dem Plan. Er hebt hervor, dass der Schuldenstand des Vereins trotz der Renovierung der Umkleidung und dem Kauf dreier Boote erfreulich niedrig sei.

Ein weiterer Grund für die Mehreinnahmen seien die durch vermehrte Neueintritte in den Verein gestiegenen Einnahmen aus den Mitgliedsbeiträgen. Nichtsdestotrotz ist der Verein nach wie vor für Erhaltung und Erweiterung des Bootsparks und des Sportbetriebs auf Spenden angewiesen. Es wird erneut um Spenden an den Verein gebeten, Spendenbescheinigungen für die Steuererklärung würden selbstverständlich ausgestellt.

Die erhöhten Einnahmen unter dem Punkt „Darlehen“ ergäben sich aus dem erwähnten Zwischenkredit. Darüber hinaus hat der Verein von der Stadt einen zusätzlichen Zuschuss für die Baumaßnahme in Höhe von 30.000 € erhalten. Im Bereich Leistungssport warte man noch auf die Auszahlung eines Zuschusses der Lotto-Sportstiftung.

Im Bereich der Ausgaben führten die zusätzlichen Neueintritte auch zu zusätzlichen Ausgaben der Verwaltung. Darüber hinaus mussten die neu gekauften Boote versichert werden, sodass auch hier zusätzliche Ausgaben anfielen. Die Mehrausgaben der Werkstatt ergäben sich aus mit den Schulen getätigten Sammelkäufen von Reparaturmaterial. Die Schulen hätten aber ihre anteiligen Kosten an den Verein erstattet.

f. Kassenprüfer

Kerstin Horstmann erklärt, dass die übrigen Rechnungsprüfer und sie Einsicht in die Buchführung genommen und stichprobenartig Belege überprüft hätten, ebenso hätten sie die Bargeldkasse überprüft und seien von der ordnungsgemäßen Kassenführung überzeugt. Kerstin Horstmann schlägt dem Plenum die Entlastung des Vorstandes vor.

3. Entlastung des Vorstandes

Auf Anfrage an die Anwesenden wird einstimmig, bei Enthaltung des Vorstandes, die Entlastung des Vorstandes erteilt. An diesem Punkt gibt es eine kurze Pause, damit auf die erteilte Entlastung des Vorstandes mit einem Getränk angestoßen werden kann.

4. Wahlen

Jörg Dellbrügger stellt fest, dass 52 Stimmen im Saal vertreten sind.

a. Stellv. Vorsitzender Leistungssport

Vor den Wahlen erklärt der stellv. Vorsitzende Leistungssport, Matthias Bergmann, aus persönlichen und familiären Gründen seinen Rücktritt.

Der Wahlleiter Christian Vennemann nimmt den Rücktritt Bergmanns an, dankt ihm für drei Jahre erfolgreiche Arbeit und erklärt, dass diese Ersatzwahl außerhalb des üblichen Turnus vor den turnusmäßigen Wahlen stattfindet.

Auf die Frage nach Interessierten erklärt sich der bisherige stellv. Vors. Breitensport, Ludger Rasche, bereit, von seinem bisherigen Amt zurückzutreten und als stellv. Vors. Leistungssport zu kandidieren. Es gibt keine weiteren Kandidaten. Ludger Rasche wird darauf einstimmig bei traditioneller Enthaltung des Vorstandes und einer weiteren Enthaltung in das Amt des stellv. Vorsitzenden Leistungssport gewählt und nimmt die Wahl an.

b. Vorsitzender

Auf Nachfrage erklärt sich der Amtsinhaber Jens Wegmann bereit, sich erneut zur Wahl zu stellen. Es gibt keine weiteren Kandidaten. Jens Wegmann wird einstimmig bei traditioneller Enthaltung des Vorstandes als Vorsitzender bestätigt und nimmt die Wahl an.

c. Stellv. Vorsitzender Liegenschaften

Auf Nachfrage erklärt sich der Amtsinhaber Andreas Tönnies bereit, sich erneut zur Wahl zu stellen. Der Vorsitzende betont in einem Zwischenruf, dass Andreas Tönnies sein Amt hervorragend ausführe, wie alle an den gelungenen Baumaßnahmen erkennen könnten. Andreas Tönnies erntet daraufhin Applaus aus dem Plenum. Es gibt keine weiteren Vorschläge. Andreas Tönnies wird einstimmig bei traditioneller Enthaltung des Vorstandes als stellv. Vorsitzender Liegenschaften bestätigt und nimmt die Wahl an.

d. Stellv. Vorsitzender Administration

Der Amtsinhaber Jörg Dellbrügger bittet die Anwesenden um einen Nachfolger, da er das Amt nach vierzehnjähriger Tätigkeit abgeben möchte. Als niemand Interesse zeigt, erklärt sich Jörg Dellbrügger bereit, erneut zur Wahl anzutreten. Er wird einstimmig bei traditioneller Enthaltung des Vorstandes bestätigt und nimmt die Wahl ebenfalls an.

e. Stellv. Vorsitzender Breitensport

Nach dem Rücktritt von Ludger Rasche ist dieses Amt vakant. Der Vorstand schlägt Dr. Jochen Kruse als neuen stellv. Vorsitzenden Breitensport vor. Dr. Jochen Kruse habe sich in den vergangenen Jahren in der Organisation von Wanderfahrten und in der Anfängerausbildung verdient gemacht. Es gibt keine weiteren Vorschläge. Dr. Jochen Kruse wird daraufhin einstimmig bei traditioneller Enthaltung des Vorstandes und einer weiteren Enthaltung als stellv. Vorsitzender Breitensport gewählt und nimmt die Wahl an.

**Wir von Dieckmann
hängen uns richtig rein
- wenn es sein muss
auch auf dem Wasser**



Dieckmann

BAUEN + UMWELT GmbH & Co. KG

Hannoversche Straße 80 - 49084 Osnabrück

Ruf 0541/90 70 0 - FAX 0541/90 70 90

www.dieckmann-bau.de



f. Rechnungsprüfer

Kerstin Horstmann, Christoph Spratte und Michael Franke stehen erneut zur Verfügung. Sie werden einstimmig bei traditioneller Enthaltung des Vorstandes und Enthaltungen der beiden anwesenden Rechnungsprüfer bestätigt.

g. Beirat und andere Posten

Für die Wahl der Beiratsposten wird das Blockwahlsystem vorgeschlagen und von den Anwesenden angenommen.

Festwart Tobias Nave

Jugendwart Dr. Peter Puppe ist nicht anwesend und erklärte im Vorfeld, nicht erneut zur Verfügung zu stehen. Jannes Rosig wird als Nachfolger vorgeschlagen. Dr. Jochen Kruse steht erneut zur Verfügung.

Wanderwart Dr. Jochen Kruse steht erneut zur Verfügung.

Pressewart Tim Tolhuysen steht erneut zur Verfügung.

Bootswart Martin Schawe steht erneut zur Verfügung.

Hängerwart Jens Wegmann und Thomas Berlin stehen erneut zur Verfügung

BufDi Thore Goralczyk ist der derzeitige Bundesfreiwilligendienstleistende.

Trainer Martin Schawe steht erneut zur Verfügung.

Skulls Christian Vennemann steht erneut zur Verfügung.

Frauenbeauftragte Einige weibliche Mitglieder wünschten sich im Vorfeld eine Interessensvertreterin, unter anderem aufgrund der mehrheitlich männlichen Vorstands- und Beiratsmitglieder. Der Vorsitzende und der Wahlleiter ermutigen erneut alle Damen, für Ämter im Verein zu kandidieren. Auf Nachfrage steht Juliane Haunhorst in Abwesenheit als Frauenbeauftragte zur Verfügung.

Die Beiratsmitglieder werden einstimmig bei traditioneller Enthaltung des Vorstandes und zwei weiterer Enthaltungen gewählt.

Ehrenrat Auf Anfrage erklären sich Benno Igelbrink und Wolfgang Meise und Hermann Wolf in Abwesenheit erneut bereit. Sie werden einstimmig bei traditioneller Enthaltung des Vorstandes und zwei weiterer Enthaltungen gewählt.

5. Aufstellung und Genehmigung des Haushaltsplanes 2020

Markus Heineking erläutert den Haushaltsplan für das Jahr 2020. Insgesamt sei der Haushaltsplan „konservativ“ gestaltet worden, um den

Verein vor unnötigen finanziellen Risiken zu schützen. Dies habe sich in den vergangenen Jahren bewährt.

Aufgrund der Rückkehr des Vereinsachters in die Ruder-Bundesliga sind mehrere Spendenzusagen eingegangen. Dementsprechend seien hier die Einnahmen kalkuliert worden, zumal einige einschlägige Spenden bereits beim ORV eingegangen seien. Auch die Zuschüsse der öffentlichen Hand seien geringfügig höher angesetzt worden, da auch hier, unter anderem für den Ergo-Cup entsprechende Zusagen eingegangen seien. Im Bereich Liegenschaften seien sowohl die Einnahmen als auch die Ausgaben erheblich niedriger kalkuliert worden, da in diesem Jahr keine größere Baumaßnahme geplant sei.

Bei den Vereinsveranstaltungen sah sich der Vorstand gezwungen, die Kosten höher zu kalkulieren, da hier der Kostenplan im vergangenen Jahr nicht ausgereicht habe.

Der Vorsitzende ergreift das Wort und moniert, dass hier insbesondere die Saisonabschlussfeier ein großes finanzielles Loch gerissen habe. Viele Gäste der sehr schönen Feier hätten es augenscheinlich vergessen, ihren Kostenbeitrag in Form einer Spende in die bereitgestellte „Bugspardose“ zu leisten.

Er appelliert an alle Mitglieder, bei künftigen Feiern selbstständig an ihren Kostenbeitrag zu denken. Bei zu hohen Kosten müsste der Vorstand ansonsten die Ausrichtung von Vereinsfeiern überdenken.

Heineking stellt dar, dass man hinsichtlich der Energiekosten aus Vorsicht mit deutlich höheren Kosten kalkuliert habe. Trotz der Modernisierung der Sanitäreinrichtungen und der Leuchtmittel seien die Energiekosten so stark gestiegen, dass man hier Vorsicht walten lassen müsse. Der stellvertretende Vorsitzende wirft ein, dass die kalkulierten 17.000 € für die Energiekosten in etwa ausreichten, um einen fabrikneuen, hochwertigen Rennzweier oder einen Gig-Vierer zu kaufen. Er ruft die Mitglieder auf, Energieverschwendung zu vermeiden. Dazu führt er beispielhaft die Beleuchtung und das Radio in der Gymnastikhalle und den vor allem unter den Schülerinnen und Schülern erkennbaren Trend des „Dauerduschens“ an.

Heineking erklärt, dass der Haushaltsplan in seiner Gesamtheit zwar ein Minus von etwa 2.200 € beinhalte, im Haushaltsplan jedoch eine vorzeitige Darlehenstilgung von etwa 31.000 € vorgesehen sei. Diese könne man bei Bedarf verschieben.

Wolfgang Meise fragt, für welche Zwecke die Gebäuderücklage verwendet werde. Andreas Tönnies antwortet, dass diese als finanzieller Puffer für unvorhergesehene Ereignisse, wie zum Beispiel die defekte Abwasserpumpe im vergangenen Sommer, vorgesehen sei und auch dazu

diene, kleinere Schäden nach größeren Veranstaltungen, wie z. B. der Power Challenge schnell beheben zu können.

Weitere Fragen aus dem Plenum beziehen sich auf Details der Kontoführung. Nachdem diese geklärt wurden, wird der Haushaltsplan einstimmig von der Jahreshauptversammlung genehmigt.

In einem Zwischenruf fragt Christina Grimm, ob es noch möglich sei, sich im kommenden Jahr vom stellv. Vors. Administration einarbeiten zu lassen und dann ggf. im nächsten Jahr das Amt zu übernehmen. Nach kurzer Beratung wird dies vom Vorsitzenden bejaht.

6. Verschiedenes

Tobias Nave berichtet von Lieferproblemen mit dem bisherigen Getränkepartner, sodass man im vergangenen Jahr bei mehreren Vereinsveranstaltungen und Saalvermietungen nicht der Maßgabe entsprechen konnte, ausschließlich Getränke der Artland Brauerei anzubieten. Nachdem mehrere Kontaktversuche erfolglos waren, entschied man sich, einen neuen Getränkepartner zu suchen. Nach der Prüfung mehrerer Angebote sei man zu dem Schluss gekommen, dass Veltins das beste Gesamtpaket biete:

- Breites Portfolio an Bieren und nichtalkoholischen Getränken
- Bekannter und guter Geschmack.
- Hohe anteilige Rückvergütung der verzehrten Getränke, private Käufe könnten evtl. unter Verweis auf den ORV beim Kauf bei Getränke Schröder in die Rechnung einbezogen werden.
- Veltins biete Vereinen Unterstützung bei der Versorgung mit Zubehör wie Gläsern, Dekoartikeln. (Garten-)Möbeln, Lampen, etc.

In Kürze solle ein entsprechender Vertrag mit Veltins geschlossen werden. Die Anwesenden nehmen dies wohlwollend zur Kenntnis.

Christian Vennemann berichtet von Problemen mit dem bisherigen Bekleidungspartner, die sich aus Umstellungen in der Firma, Wechselkurschwankungen und der komplizierten Lieferkette ergeben hätten. Aus diesen Gründen sei man auch hier zu dem Ergebnis gekommen, den Partner zu wechseln und sei zur Firma NewWave aus Berlin zurückgekehrt. Als Ausrüster der Nationalmannschaften biete sie eine gute Qualität und die Liefer- und Währungsprobleme ergäben sich aufgrund des inländischen Standortes nicht. Zudem biete NewWave die Möglichkeit für den ORV einen eigenen Onlineshop einzurichten, sodass sich die Mitglieder nach Bedarf ihre ORV-Ruderkleidung bestellen könnten. Die Funktionsweise werde in der kommenden „skulls“-Ausgabe erklärt. Vorab gäbe es noch eine klassische Sammelbestellung, damit sich für NewWave die

BÜCHER WENNER

www.buecher-wenner.de

Große Str. 69 – 0541 33 103 0



Aus Überzeugung mit Leidenschaft

Wir drücken unserem Vorzeige-Fahrradkurier und Rudertalent Paul Leerkamp die Daumen.



lokal. persönlich. nachhaltig.

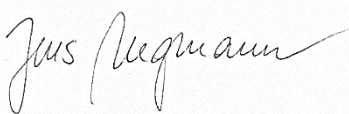
unsere Klimabilanz auf www.buecher-wenner.de/nachhaltig

Einrichtung der Produktionsanlagen lohne. Zu Beginn sei das Sortiment auf zwei verschiedene Ruderwesten und den ORV-Einteiler begrenzt, könne aber bei entsprechender Nachfrage erweitert werden.

Dr. Jan Tebrügge moniert die Aktualität der Vereinshomepage. Gerade für auswärtige Mitglieder sei die Website ein wichtiges Medium. Florian Asbeck unterstützt dies, da unter anderem eine aktuelle Website eine Lizenzauflage für die Teilnahme an der Ruder-Bundesliga sei. Markus Heineking und Jens Wegmann antworten, dass eine neue Website in Arbeit sei, diese aber idealerweise aber gratis oder zu möglichst geringen Kosten eingerichtet werden müsse. Sie fragen nach interessierten Helfern.

Jens Wegmann bedankt sich bei den Anwesenden für ihre konstruktive und zahlreiche Teilnahme.

Der Vorsitzende schließt die Jahreshauptversammlung um 20:40 Uhr.



Jens Wegmann
Vorsitzender



Christian Vennemann
Stellv. Vorsitzender, Protokollführer

ORV-Termine

Bis auf Weiteres sind alle Regatten, Wanderfahrten und Vereinsveranstaltungen abgesagt oder auf unbestimmte Zeit verschoben. Bitte entnehmt etwaige neue Termine den üblichen Kommunikationskanälen. Der Vorstand wird so aktuell wie möglich informieren.

Nach dem Winter ist vor dem Winter

Nach dem Winterhalbjahr freuen wir uns auf den kommenden Sommer. Aber der nächste Winter kommt bestimmt und ggf. können wir uns dann „nur“ an Land fit halten. Um das Wintersportprogramm noch besser Euren Bedürfnissen anpassen zu können, teilt uns bitte Eure Wünsche (mit Themen und Zeit) mit. Wir versuchen auch „Exotisches“ umzusetzen. Eine E-Mail an kruse@orv.de genügt.

Neues aus dem Vorstand

Aufgrund der „Coronakrise“ bleibt das Bootshaus inklusive Steg auf behördliche Anordnung bis auf Weiteres geschlossen. Sportbetrieb ist daher in und am Bootshaus, sowie auf dem Kanal nicht möglich. Der Vorstand dankt für Ihr/Euer Verständnis.

- Bisher zeigte die „Coronakrise“ erfreulicherweise keine negativen finanziellen Auswirkungen für den Verein. Es bleibt hoffnungsvoll abzuwarten, was die kommenden Monate bringen werden.
- Die Ruderkurse werden vorerst auf unbestimmte Zeit verschoben, eventuell werden sie als Blockveranstaltungen an mehreren Wochenenden im Sommer abgehalten.
- Das Anrudern am 03.05. findet nicht statt. Wenn wieder gesellschaftliche Veranstaltungen möglich sind, ist eine Zusammenlegung mit dem Sommerfest denkbar.
- Die Renovierung der Bootshausterrasse ist bis auf Weiteres unterbrochen.
- Jochen hat den ORV für ein Audit beim Landessportbund zum Thema „Ehrenamt im Verein“ angemeldet.
- Aufgrund der sehr geringen Anzahl an Abiturienten wird es vermutlich schwierig werden, Jemanden für unsere „BuFDi“-Stelle zu finden. Interessentinnen und Interessenten – gerne auch aus anderen Vereinen und von den Schulen – kontaktieren bitte den Vorstand.
- Für den Verein wurde eine neue Homepage kreiert. Aktuell werden die Inhalte übertragen. In Kürze wird die neue Homepage online gestellt.
- Zur Sicherung unseres Grundstückes möchte der Vorstand ein festes Tor im Durchgang zwischen den Bootshallen installieren, das außerhalb der Betriebszeiten verschlossen werden kann. Darüber hinaus wird mit dem Wasserschiffahrtsamt geprüft, ob der Zaun zum Kanal durch die Schonung bis zum Kanal verlängert werden kann, um der Verschmutzung des unmittelbar an den Verein grenzenden Uferabschnittes durch Schwimmer Einhalt zu gebieten.


**Alle Mitglieder werden gebeten, dem ORV eine aktuelle E-Mailadresse zu nennen, damit die Kommunikation über den Vereinsverteiler funktionieren kann.
Eine kurze E-Mail an kontakt@orv.de genügt.**

Es wird demnächst möglich sein, ORV-Ruderkleidung selbstständig über den Online-Shop der Firma NewWave zu bestellen. Nähere Informationen und eine Anleitung folgen in einer der kommenden Rundmails.

 <p style="color: red; font-weight: bold; font-size: 1.2em;">Neu!</p>	<p>ORV-Rennradtrikot</p> <p>Farbe: Schwarz-Weiß-Gold Hersteller: BIORACER oder Owayo Applikationen: ORV-Flagge vorne, Schriftzug hinten.</p>
--	---

Genaueres wird in einer der nächsten Rundmails bekannt gegeben.

Verkauf der untenstehenden Artikel im Geschäftszimmer bei Martin Schawe, Jörg Dellbrügger und Thore Goralczyk. Nur Barzahlung. Alle Artikel und Größen soweit verfügbar und solange der Vorrat reicht.

<p>Poloshirt</p> <p>Farbe: Weiß oder Schwarz Hersteller: Engelbert Strauss Applikation: Gestickte ORV-Flagge auf der Brust Größen: diverse Preis: 30 €</p>	<p>Reversnadel</p> <p>Farbe: Schwarz-Weiß-Gold Hersteller: n. bek. Motiv: ORV-Flagge Material: Zinn, emailliert Preis: 3 €</p>												
<p>ORV-Krawatte</p> <p>Farbe: Schwarz-Weiß-Gold Hersteller: n. bek. Applikation: keine Preis: 15 €</p>	<p>Chronik <i>100 Jahre Osnabrücker Ruder-Verein 1913 - 2013</i></p> <p>Hrsg.: Jonas Wenner, Eigenverl., 298 Seiten, hardcover Preis: 10 €</p>												
<p style="color: red; font-weight: bold; font-size: 1.2em;">Neu!</p> 	<p>Kaffeetasse</p> <p>Farbe: Weiß Hersteller: n. bek. Motiv: ORV-Flagge & Schriftzug Material: Keramik, bedruckt Preis: 5 €</p>												
<p>ORV-Ruderbekleidung</p> <p>Abverkauf von Einzelexemplaren. Verschiedene Größen verfügbar. Solange der Vorrat reicht.</p> <table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td>Einteiler:</td> <td style="text-align: right;">83 €</td> <td>Rudershose kurz:</td> <td style="text-align: right;">55 €</td> </tr> <tr> <td>Weste:</td> <td style="text-align: right;">100 €</td> <td>Trägerhemd:</td> <td style="text-align: right;">44 €</td> </tr> <tr> <td>Rudershose lang:</td> <td style="text-align: right;">63 €</td> <td>Fleecemütze:</td> <td style="text-align: right;">12 €</td> </tr> </table>		Einteiler:	83 €	Rudershose kurz:	55 €	Weste:	100 €	Trägerhemd:	44 €	Rudershose lang:	63 €	Fleecemütze:	12 €
Einteiler:	83 €	Rudershose kurz:	55 €										
Weste:	100 €	Trägerhemd:	44 €										
Rudershose lang:	63 €	Fleecemütze:	12 €										

Lust und Frust im ersten Ruderjahr

von Eva Möhlenkamp

„Die Vorstellung, als 57jährige Frau mit beginnenden Gelenkschmerzen in ein Ruderboot steigen zu müssen, erfüllte mich nicht nur mit Vorfreude. Über meinen jungen und sportlichen Sohn wusste ich um die konditionellen und technischen Herausforderungen des Rudersports und davor hatte ich großen Respekt. Da man in meinem Alter aber auch weiß, dass jeder Weg mit dem ersten Schritt bzw. dem ersten Pull beginnt und Herausforderungen dazu da sind, um sie anzunehmen, meldete ich mich im April 2019 zum Anfängerkurs an. Mein Sohn, milde lächelnd und wohlwissend, was ich mir da eingebrockt hatte, kommentierte meine Anmeldung mit dem pädagogisch-wertvollen Kommentar: „Du schaffst das schon, vielleicht nicht so schnell!“

„Nun denn, ich schaffe das schon und ein paar Jahre habe ich ja noch“, sagte ich mir und so saß ich auf einmal bei Jochen auf dem Ergometer, um die Bewegungsabläufe zu trainieren. Das ging an Land auch alles noch recht geschmeidig und ich fühlte mich darin bestärkt, dass ich mir die richtige Sportart ausgesucht hatte. Und schon bald ging es raus ins „echte Ruderleben“. Das Wetter war super, die Stimmung im Ruderboot spitze und selbst das Einsteigen in die Boote verlief für meinen Geschmack geschmeidig und vor allem genügsam hintereinander. Ich war sehr zuversichtlich. Das sollte nicht so bleiben...

Die ersten Zweifel und Verzweiflung ließen nicht lange auf sich warten. Irgendwie hatte ich mir das Rudern doch einfacher vorgestellt. Die körperliche Anstrengung war nicht so gravierend, vielmehr hatte ich mit einer völligen Leere im Kopf zu kämpfen. An so viele Dinge gleichzeitig zu denken und diese dann noch in exakte Bewegungen umsetzen. Erinnerungen an die ersten Autofahrstunden wurden wieder lebendig. Als besonders schwierig empfand ich es, alles gleichzeitig umzusetzen und dabei möglichst unverkrampft zu bleiben. Jetzt fiel mir auch wieder ein,



Wir für
unsere Region!

fip
EnergiePartner

Heinrich Fip GmbH & Co. KG
Aral Markenvertriebspartner

www.fip.de

warum die Anfängerzeit bei Ruderern mindestens drei Jahre dauert...Doch Gott sei Dank sind Ruderer nicht nur strukturierte sich koordiniert bewegende, sondern vor allem geduldige und bodenständige Menschen, die uns Anfänger immer wieder Mut gemacht haben, wenn mal wieder nichts klappte. Der Satz unserer Steuerleute: „Wir sagen euch ja zu Beginn nicht, was ihr alles falsch macht, sonst würdet ihr schnell die Motivation verlieren“, hat sich mir sehr eingepägt.

Der Herbst kam und ich hatte immer noch nicht aufgegeben, was mich, zu Recht, mit leichtem Stolz erfüllte. Zu diesem Zeitpunkt wurde ich unsicherer, ob ich das Rudern noch erlernen kann, da ich immer mehr erkannte, was wir Anfänger alles falsch machen können. Da ich aber gerne draußen bin, entschied ich mich, das Angebot im Winter anzunehmen und so lange weiter rudern zu können, bis der Kanal zufriert. Inzwischen wusste ich, dass man sich im Vierer ruhig mal nach hinten setzen kann, um nicht zu sehr im Blick des Steuermanns/frau zu sein, sozusagen eine kleine Auszeit, um die schöne Herbstluft in Bewegung zu genießen. Nachdem die ersten Freitagnachmittage außer mir keine anderen Anfänger kamen, wurde mir schnell bewusst, dass ein Ausruhen auf den hinteren Plätzen für mich nicht drin war. Jochen erklärte mir, dass es verschiedene Ruderpersönlichkeiten gibt, darunter auch die, die nur im Sommer rudern.

So kam es, dass ich manches Mal Benno vor mir und Jochen hinter mir hatte. Ich kann im Nachhinein nur sagen, dass die Herbststunden im Gegensatz zum Sommer ein richtiges Intensivtraining für mich waren. Da ich im Grunde ein nervöses Hemd bin und auch gerne vieles richtig machen möchte, war ich innerlich oft schweißgebadet. Ich hielt durch und Benno und Jochen Gott sei Dank auch. Ich habe viel gelernt, kann noch lange nicht alles umsetzen und wie im wahren Leben gibt es Up and Downs.

Da wir keinen richtigen Winter hatten, konnten wir durchrudern. Ich habe den Winter zwar klimatisch überhaupt nicht genießen können, doch auf dem Kanal war es viel entspannter und ruhiger als im Sommer. Manch' ein wunderschöner Sonnenuntergang ist mir in Erinnerung geblieben und haben mich die Blasen an den Händen vergessen lassen.

Mein Fazit: Rudern lernt man durch Rudern. Üben, üben, üben, ... Einatmen, ausatmen, Rücken und Skulls richten und weitermachen!

Jetzt freue ich mich erst mal auf die wärmere Jahreszeit, schöne Ruderabende und all' diejenigen, die ihre Winterquartiere verlassen und wieder aufs Wasser gehen.

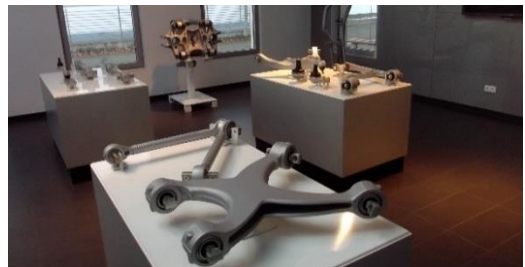
Mal ein anderes Winterprogramm

von Jochen Kruse

Als ich mir im Herbst überlegt habe, wie die Breitensportler im Winter, trotz des Eisgangs auf dem Kanal, zum Bootshaus zu locken sind, war ja nicht abzusehen, dass der Winter dieses Jahr ausfällt und Frau/Mann durchaus hätte durchrudern können. Also waren neben Ergo und Yoga weitere „Indoor“-Aktivitäten zu finden. Schlittschuhlaufen fand dann auch nicht so den breiten Anklang, Essen und Trinken (Weihnachtsmarkt, Grünkohl, gemeinsames Kochen) ist auch mal ganz schön, aber auch nichts Besonderes. Aber was dann?

Als technisch affiner Mensch, der in einer großen produzierenden Firma arbeitet, kam mir die Idee, euch die Welt der Industrieproduktion näher zu bringen und mir (so viel Eigennutz darf sein) Einblicke in Firmen zu ermöglichen, die ich nur von außen kenne, die aber das Stadt- und Landkreisbild prägen. Da einige Vereinsmitglieder in der „Industrie“ arbeiten, lag es nahe diese zu fragen, ob eine Besichtigung in „ihrer“ Firma möglich sei.

Den Auftakt machten wir am 7.2.20 bei der ZF Friedrichshafen AG am Standort Dielingen. Durch die Produktion von Fahrwerkteilen für Busse und LKW führte uns Ruderfreund Carsten Dietzel und ein Kollege.



Ausgestellte Werkstücke bei ZF

Bild: J. Kruse

Am 28.2. sollte die Besichtigung der Fa. Kämmerer im Osnabrücker Hafen durch Ruderfreundin Dr. Elke Tilch und Ruderfreund Hendrik Remme folgen. Der Ausbruch des Corona Virus in Deutschland ließ Fa. Kämmerer aber alle Besuche absagen. Auch die Besichtigungen der Georgsmarienhütte, wo uns Markus Heineking und Gerhard Sandmann die Stahlproduktion Ende März zeigen wollen, musste auch auf Grund von „Corona“ leider (fürs Erste) ausfallen. Die ausgefallenen Besichtigungen werden aber im nächsten Jahr bestimmt nachgeholt und mal sehen, was der nächste „Winter“ sonst noch bringt.

Euch allen einen herzlichen Dank, dass ihr euch engagiert und uns so interessante Einblicke gewährt habt.

Die ORV-Leistungssportler stellen sich vor

Carla Kunze

Hi, ich bin Carla und ich habe immer Hunger. Das liegt daran, dass ich vor zwei Monaten vom schweren Zweier ohne in den leichten Einer umgestiegen bin. Jetzt probiere ich mein erstes U23-Jahr so gut es geht zu nutzen, um Erfahrungen zu sammeln und zu sehen, wo ich in der nationalen Konkurrenz stehe.

Auch wenn die „Corona-Krise“ derzeit leider noch keinen Vergleich zulässt, versuche ich mich im Heimtraining so gut es geht auf die kommenden Herausforderungen vorzubereiten.

Dazu fahre ich viel Rennrad und gezwungenermaßen auch Ergo. Obwohl noch nicht klar ist welche Zielwettkämpfe stattfinden können, steht für den gesamten Deutschen U23-Bereich Ende April ein dezentraler Ergotest an, der einen ersten Vergleich ermöglicht. Das gibt auch in der aktuellen Situation neue Motivation, das Training bestmöglich zu gestalten und die verfügbaren Mittel zu nutzen.

Paul Leerkamp

Hallo zusammen, mein Name ist Paul Leerkamp. Ich bin 18 Jahre alt und besuche die 12. Klasse des Graf-Stauffenberg-Gymnasium Osnabrück. Als ich in die 5. Klasse gekommen bin, wurde ich durch die Protpektoren meiner Schule ans Rudern herangeführt, ab der 7. Klasse begann ich dann am Verein aktiv zu werden, damals wurde ich noch von Jonas

Wenner trainiert. Nun bin ich seit nun mehr 3 1/2 Jahren in der Trainingsgruppe unseres Trainers Martin Schawe. Nachdem es letztes Jahr für mich in Tokio nicht so rund lief, hoffe ich dieses Jahr auf eine zweite Chance im slowenischen Bled, wo dieses Jahr die U19 Weltmeisterschaft stattfindet (sollte sie nicht aufgrund der aktuellen



Corona Epidemie abgesagt werden). Hoffentlich sieht man sich bald mal wieder am Bootshaus ;)



Friedrich Amelingmeyer

Nach einer erfolgreichen Ruder-tätigkeit im Schulrudern wechselte ich Ende 2018 zum ORV, in der mich eine durch-wachsene Saison mit Höhen und Tiefen erwartete. Trotz-dem war ich positiv gestimmt und wollte viele Erfahrungen im Zweier sammeln, die ich in meinem zweiten Jahr als A-Junior umsetzen wollte.

Der erste Ergometer-Test der neuen Saison verlief zufriedenstellend und als frischer NK2 konnte ich auf Lehrgängen der Regionalgruppe West viel Neues lernen. Die Zweierkombination mit Mathieu Njofang aus Hannover bedeutete zwar viel Pendelei zwischen Osnabrück und Hannover, den-noch war sie vielversprechend und wir freuten uns auf eine gemeinsame Saison. Nach einigen Trainingswochenenden jedoch überholte uns die Corona-Krise und das gemeinsame Rudern wurde unmöglich. Momen-tan trainiere ich weiterhin im „Homeoffice“ auf dem Ergometer, die Aus-sichten auf eine normale Saison schwinden allerdings von Tag zu Tag und hinterlassen Unsicherheit.

Marcel Krause und Linford Meyer

Linford fährt in seinem dritten Jahr für den ORV, somit ist er schon ein be-kanntes Gesicht am Bootshaus. Marcel kommt aus der Ruderriege des Ratsgymnasiums und macht nun im ersten Jahr Leistungssport beim ORV. Nach einer souverän gefahrenen Langstrecke hoffen beide auf eine möglichst gute Platzierung bei den Deutschen Jugend-meisterschaften, wann auch immer diese stattfinden mö- gen. Auch im Heimtraining trainieren sie fleißig weiter mit Blick auf eine mögliche Teil-nahme an den Deutschen Jugendmeisterschaften.



Pia Greitens wechselvolles Jahr in der Olympiavorbereitung

Zwischen großen Zielen, Hoffnungslosigkeit, neugewonnenem Ehrgeiz, Freudenschreien und Ernüchterung

Hallo Ihr Lieben,

da ich es zu der letzten Ausgabe der Skulls leider verbummelt habe einen Text zu schreiben, gibt es nun einen längeren Bericht von mir. Beginnend bei meiner Saisonvorbereitung über einen zähen Winter und die Trainingslager, den Einertest mit anschließender Mannschaftsbildung bis hin zur Absage (fast) aller Wettkämpfe der Saison. Ich wünsche allen, die Interesse haben viel Spaß beim Lesen!



Pia auf der Schlagposition des deutschen Frauen-Doppelzweiers im Vorlauf der WM 2019.

Bild: D. Seyb/rudern.de

Nachdem ich letztes Jahr bereits den Sprung in die A-Nationalmannschaft geschafft habe, wenngleich das Ergebnis bei den Weltmeisterschaften nicht zufriedenstellend war, wurde ich in den Kaderkreis des Team Frauen Skull für die Vorbereitungen auf die Olympische Saison 2020 berufen. Somit stand das Ziel fest. Ich wollte einen der sieben Rollsitze bekommen und somit den Weg zu den Olympischen Spielen in Tokio zu bestreiten.

Den Trainingsauftakt durften wir im Athletiktrainingslager auf Lanzarote machen, welches als besonderes Bonbon alle vier Jahre vor den Olympischen Spielen stattfindet. Dort fuhren wir knapp zwei Wochen lang jede noch so schöne Ecke der Insel mit dem Rennrad ab und probierten ansonsten verschiedene Sportarten aus, die in dem Sportclub, in dem wir untergebracht waren, angeboten wurde. Ein gelungener, anstrengender, aber druckloser Start in die neue Saison.

Danach sollte es für uns mit dem gemeinsamen Rudertraining in Berlin losgehen, ehe wir im Dezember in das erste von vier Trainingslagern nach Portugal aufbrechen würden. Doch es sollte anders kommen... Eine Woche zurück im Boot und ich durfte wieder aussteigen. Diagnose

Achillessehnenreizung. Woche um Woche verstrich ohne signifikante Besserung. Ergotest und Herbstlangstrecke für mich gestrichen. Trainingslager in Portugal gestrichen. Während die anderen Kilometer um Kilometer auf dem Wasser zurücklegten, stand für mich Physiotherapie und Fit halten auf dem Programm. Je mehr Zeit verstrich, desto stärker wurde das Gefühl der Hoffnungslosigkeit. Denn die Mannschaftsbildung fand in dieser Saison bereits im Februar statt. Mir lief also die Zeit davon.

Endlich – kurz vor Weihnachten – war Besserung in Sicht. Schrittweise konnte ich wieder ins spezifische Training auf dem Ruderergometer und schließlich auch im Boot einsteigen. Gerade noch rechtzeitig zur Anreise ins nächste Trainingslager konnte ich wieder einmal am Tag rudern. Trotz der Freude wieder mit dem Team trainieren zu können, überwog zunächst die Ungewissheit, ob die nächsten sieben Wochen bis zum Einer-test ausreichen würden, um bei den anderen mithalten zu können. Es begann für mich eine schier unmögliche Aufholjagd, in der ich allerdings meinen Ehrgeiz zurückgewann. Dass ich im Training und vor allem bei den Strecken nicht mit den anderen mithalten konnte, versuchte ich auszublenken und mich auf meinen eigenen Fortschritt zu fokussieren. Und so verging Woche um Woche.

Es folgten ein paar Tage Training in Berlin, dann noch einmal 16 Tage Trainingslager in Ourense und plötzlich blieben nur noch 1 ½ Wochen bis zum Ergotest. Die perfekte Zeit, um krank zu werden – dachte mein Körper sich. Es folgten Tage, die viel zu langsam vergingen, zu groß die Sorge nicht rechtzeitig wieder gesund zu werden und ohne überhaupt angefangen zu haben schon vor dem Ende der Saison zu stehen. Ja, in solchen Situationen, dramatisieren wir Sportler gerne... Und wie hätte es anders sein sollen, ich wurde rechtzeitig zum Ergotest wieder fit. Und nicht nur das, ich unterbot meine bisherige Bestzeit um drei Sekunden und war damit Zweitschnellste. Na also! Geht doch!



Klute
& Söhne

info@klute-soehne.de

weissenburger str. 2a
49076 osnabrück

fon 0541 - 41830
fax 0541 - 42830

bodenbeläge
verlege-service
farben
tapeten
gardinen
sonnenschutz
polsterarbeiten

Mit gestärktem Selbstvertrauen ging es in die letzten Tage der Vorbereitung auf den Einertest. Doch in den vier Tagen, in denen wir in Dortmund waren, gelang mir im Training nicht viel. Das gute Gefühl der letzten Tage war auf einmal verpufft. Der Satz: „Wenn ich so rudere, werde ich sicher Letzte“ ging mir nicht nur einmal über die Lippen und konnte von meinem Trainer auch nicht überzeugend widerlegt werden.

Mit wenig Zuversicht reiste ich daher nach Montemor-o-Velho/Portugal an, wo der Einertest stattfand. Vor Ort blieben uns zwei Tage, um uns mit den Bedingungen vertraut zu machen. Diese genügten, um bei mir gerade noch rechtzeitig den bekannten Knoten platzen zu lassen.

Kurz zu den Rahmenbedingungen:

Vorlauf und Finale fanden an einem Tag statt. Die Vorläufe wurden gelöst. Der Sieger eines jeden Vorlaufes qualifizierte sich direkt für das Finale, die weiteren vier Plätze wurden mit den Zeitschnellsten beider Vorläufe aufgefüllt. So hatte keiner die Möglichkeit zu taktieren, jeder musste – abgesehen vom Führendem – bangen, dass der andere Lauf schneller sein würde. Gestartet wurde ohne Starthelfer, die Trainer nahmen die Zeiten und keiner – weder Betreuer noch andere Sportler oder Trainer – durfte etwas während des Rennens rufen.

Nachdem die Rennen, die eigentlich am frühen Morgen stattfinden sollten, aufgrund einer zu dichten Nebelwand um vier Stunden nach hinten geschoben wurden, ging es für uns bei Traumbedingungen – windstille auf allen Bahnen – endlich an den Start. Ich hatte eine Außenbahn zugestimmt bekommen, auf der ich mich ganz auf mich konzentrieren konnte. Mitte der zweiten 500m ging mein Blick kurz nach links und ich fand mich auf einer Höhe mit Franziska wieder, die nicht nur im letzten Jahr Dritte war, sondern vor allem auf der ersten Teilstrecke immer eine der Schnellsten ist. Das kam unerwartet. Und je mehr Strecke verging, desto weiter konnte ich mich sogar absetzen, sodass ich bei 1500m deutlich an der Spitze des Feldes lag. Glauben konnte ich das nicht. Es gelang mir den ersten Platz ins Ziel zu bringen und mit allerletzter Kraft entwich mir ein Freudenschrei. Ich hatte den Vorlauf gewonnen, mich sicher für das Finale qualifiziert und gehörte somit schon zu den besten sechs. Die Freude war groß. Doch nun galt es den Fokus wieder auf das in vier Stunden anstehende Finale zu richten. In diesem konnte ich bei ordentlichem Gegenwind mit Schaumkronen meine Leistung aus dem Vorlauf leider nicht bestätigen und musste mich nach einem neunminütigen Kampf und fast zehn Sekunden Rückstand auf Platz 1 mit dem sechsten Platz geschlagen geben. So überwog am Ende des Tages die Enttäuschung.

Am nächsten Tag stand unter ähnlichen Bedingungen wie im Finale des Einers noch ein Rennen im Doppelzweier an, welches ich gemeinsam mit Juliane Faralisch auf dem dritten Platz beendete. Unmittelbar im Anschluss ging es weiter nach Ourense für das letzte Trainingslager, in dem die Mannschaftsbildung abgeschlossen werden sollte.

Dort ging dann alles ganz schnell. Nachdem die Trainer sich vier Tage lang bedeckt hielten und zahlreiche Gespräche miteinander führten, wurde eine Mannschaftsbesprechung angesetzt. Keiner erwartete wirklich, dass die Boote bereits verkündet würden. Doch wir sollten uns täuschen. Zunächst lobten die Trainer die Ergebnisse des Teams der letzten zwei Wochen. Dann wurde der Doppelvierer benannt. Mein Name war nicht dabei. Auch wenn das für mich nicht unerwartet kam, blieb ein wenig Enttäuschung. Als nächstes wurde der Kreis benannt, aus dem der Doppelzweier gebildet werden sollte. Drei Namen, aber meiner war auch hier nicht dabei. Mir schossen tausend Gedanken und Gefühle durch den Kopf unterbrochen durch die Worte der Trainer, dass ich den Einer fahren würde.

Und so stand plötzlich das Team. Mit meiner neuen Rolle konnte ich mich gut identifizieren, ich wollte die Herausforderung annehmen, wenngleich meine Chancen bei der Olympischen Nachqualifikation einen der letzten beiden Plätze für die Olympischen Spiele zu ergattern sehr gering



war. Doch die Freude ein fester Bestandteil des Teams zu sein und eine gesamte Saison im Einer absolvieren zu dürfen überwog!

Leider hielt diese nicht lange an, denn mit der schnellen Ausbreitung des Coronavirus überschlugen sich die Ereignisse. Weltcup I und II in Italien wurden abgesagt. Wir reisten fluchtartig von einem Tag auf den anderen aus dem Trainingslager ab und zu Hause angekommen erfuhren wir von der Absage der Olympische Nachqualifikation und des Weltcup III. Dies war für mich sportlich der wohl schwerste Moment in den letzten Wochen. Alles wofür ich den Winter so hart gekämpft hatte, würde nicht mehr stattfinden können. Die Olympischen Spiele waren zum dortigen Zeitpunkt zwar noch nicht abgesagt, aber ohne Qualifikation hatte ich auch keine Chance mehr dort hinzukommen. Da half es auch nicht, dass die FISA ankündigte ein neues System zur Qualifikation auszuarbeiten und ggf. mehr Plätze bereitzustellen.

Dennoch mussten wir uns im Hinblick auf das Training an diesen noch so kleinen Strohalm klammern. Dass die Trainingsstätten geschlossen wurden und wir nur noch unter sehr begrenzten Möglichkeiten zu Hause trainieren konnte machte es nicht einfacher. Daher war ich tatsächlich froh, als – dann doch schneller als angekündigt – die Entscheidung des IOC kam, dass die Olympischen Spiele in das nächste Jahr verlegt werden. Froh deswegen, weil wir Sportler nun endlich Gewissheit haben und wissen womit wir planen – oder eben nicht planen – können, aber vor allem deswegen, weil das IOC nicht weiter das Gefühl vermittelt mit dem Festhalten an den Olympischen Spielen über den Dingen zu stehen. So enttäuschend und ernüchternd die Verschiebung für alle Sportler ist, ist es in dieser Zeit die einzig richtige Entscheidung. Denn mal abgesehen von den Bedingungen, unter denen der Sport weltweit aktuell steht – geschlossene Trainingsstätten, nicht stattfindende Dopingkontrollen, Ausgangssperren u.v.m. – wäre es aus meiner Sicht mehr als verwerflich gewesen im August Menschen aus allen Ländern der Welt in Tokio auf engstem Raum zu versammeln.

Aber nicht nur für uns Leistungssportler, sondern für alle, ist es ernüchternd, dass in den nächsten Monaten der Rudersport – egal ob Kinder- und Juniorenregatten, Wanderfahrten, das tägliche Training, die Ruder-Bundesliga oder eben die Internationale Saison – nicht wie geplant stattfinden wird. Doch die Zeit, in der wir unsere Boote wieder zu Wasser lassen können wird kommen und bis dahin wünsche ich allen viel Kraft, aber auch Spaß beim Fithalten. Bleibt motiviert, ich bleib es auch!

Bis bald, Eure

Pia



„Normaler Alltag? Hier nicht mehr!“ Osnabrücker National-Ruderer Paul Seiters bricht vorübergehend Zelte in Boston ab und kehrt zurück

von Christian Detloff (Neue OZ)

Osnabrück/Boston Seit August 2019 studiert Paul Seiters an der Boston University Economics. Sportlich will der Ruderer des Osnabrücker RV, deutscher U-23-Meister im Vierer ohne Steuermann, in den USA seinem Traum von einem Olympia-Start 2024 in Paris näherkommen. Doch nun ist die Saison des 21-Jährigen, zuvor zwei Jahre in Dortmund Student und Ruderer am Bundesstützpunkt, wegen der Corona-Gefahr vorzeitig beendet. Bald geht es vorsichtshalber zurück nach Deutschland.

Herr Seiters, wie erging es Ihnen in den letzten Tagen? Es ist bitter, wenn sieben Monate harte Arbeit nur Wochen vor der Rennsaison im Eimer sind. Das ganze Team war am Boden zerstört, als uns die Nachricht vom Saison-Aus im Trainingslager in South Carolina erreicht hat. Unsere Coaches haben uns jetzt sogar geraten, möglichst schnell in die Heimat zurückzukehren, weil hier mittlerweile ein mehrmonatiger Stopp der Flüge droht. Ich gucke gerade nach einer Rückflug-Möglichkeit.

Nicht nur auf den Sport, auch auf Ihren Studienalltag hat sich die Epidemie gravierend ausgewirkt. Ja, es gibt nur noch Online-Kurse und Examen. Am Dienstag hatte ich meinen ersten Online-Kurs. Das wird bis Semesterende so weitergehen. Es ist schon etwas seltsam und umständlich. Ein normaler Alltag? Der findet hier nicht mehr statt. Alle Menschen sind aufgefordert, soziale Distanz zu betreiben. Es gibt viele Informationen zum Virus, vieles davon ist aber auch Quatsch. Gerade in diesen Tagen merkt man, wie groß Fake News in Amerika sind.



Ihre Autovermietung
in Osnabrück und Umgebung

**PKW mieten
ab EUR 20,- pro Tag**
(inkl. 100 Km und Versicherung)

Unser Mietpark lässt keine Wünsche offen:

- Pkw-Flotte
- Kleinbusse
- Transporter
- LKW (bis 12 to.)
- PromoCar & FunCars
- Arbeitsbühnen
- Anhänger
- Kühltransporter

www.autovermietung-brehe.de



Hannoversche Str. 41 • 49084 Osnabrück • Tel. 0541 - 505850 • E-Mail info@autovermietung-brehe.de

Wie empfinden Sie die Stimmung und Ängste in Boston und den Staaten?

Viele hier sind sehr angespannt.

Meine Freunde in Boston berichten mir von geisterstadtartigen Zuständen. In Boston gab es ja die Biogen-Konferenz, bei der auf einen Schlag etwa 70

Menschen infiziert wurden. Ich selbst bin nach dem Trainingslager nach Reno, Nevada, zu Freunden geflogen, um aus der Stadt herauszukommen. Doch hier ist nun alles außer den essenziellen Geschäften geschlossen.

Was bekamen Sie von der Coronavirus-Gefahr mit, als diese in den USA noch kaum Thema war? Ich lese täglich deutsche und europäische Zeitungen, deswegen war mir das Virus mit seinen unaufhaltbaren Folgen früh bekannt. In den Staaten war es jedoch lange sehr ruhig. Viele in meinem Umfeld sahen es zunächst als Eintagsfliege, die nur Asien und Südeuropa betrifft. Ich denke, das Problem wurde von Staatsseite stark unterschätzt. Meine Universität war vorsichtiger. Es wurde schnell reagiert, als einige Studenten aus Wuhan in China wiederkamen, nachdem sie dort das chinesische Neujahrsfest gefeiert hatten.

Blicken wir ein halbes Jahr zurück. Was war nach Ihrem Umzug alles Neuland für Sie? Ich lebe noch in einem „Dorm“ im Studentenwohnheim – in einem zwölf Quadratmeter großen Raum, den zwei Studenten bewohnen. Für den ganzen Flur gibt es ein Gemeinschaftsbad – das sehe ich derzeit als eine Art persönlicher Super-GAU. Zudem ist sehr herausfordernd, wenn man 24/7 keine wirkliche Privatsphäre hat und kontinuierlich Kompromisse eingeht. Die Uni traf aber alle Maßnahmen, um uns zu schützen.

Waren die Dorms die größte Umstellung für Sie? Nein, die größte war wohl, dass man 18 Stunden pro Tag auf den Beinen ist. Will man Universität und Sport erfolgreich vereinbaren, gibt es keine andere Wahl. Es braucht ein bisschen, ehe man das Arbeitsethos annimmt, das die Uni und die Teammitglieder vorleben. Aber wenn man es schafft, wird man dafür umso



Der Achter der Boston University mit Paul Seiters auf Position 2 bei der Head of the Charles Regatta

Beide Bilder: Privat

stärker belohnt. Gerade in meinem Ruderteam werden Leistungen dauerhaft verglichen und individuelle Verbesserung in Meetings gewürdigt.

Gilt das auch im Studium? Ja. Das Studiensystem ist verschulter und individueller als in Deutschland. In jedem Kurs bekommt man individuelle Hausaufgaben und wird wöchentlich benotet. Auch die Sprache war herausfordernd. Tests und kurze Skype-Gespräche sind eben etwas anderes als den ganzen Tag gezwungen zu sein, sich in einer anderen Sprache auszudrücken.

Immerhin planen Sie mittlerweile, bereits 2020 Ihren Abschluss zu meistern. Ich habe zwar ein Vollstipendium, verkürze mein Studium aber freiwillig auf drei Jahre, um mich ab 2022 auf die Olympischen Spiele vorzubereiten. Mein großes Ziel ist ein Start in Paris – in welchem deutschen Boot auch immer.

Wie viel anspruchsvoller war der sportliche Alltag in Boston im Vergleich zum U-23-Team in Dortmund? Wir wurden alle nach der Ankunft mit einem Fitness-test auf dem Ergometer begrüßt. Die Universität rekrutiert Ruderer von internationalen Wettkämpfen und wird von Tom Bohrer, einem dreimaligen Olympioniken, trainiert – was die Trainings-Qualität nach oben schnellen lässt. Als wir im Oktober beim Head of the Charles in Boston, der weltgrößten Ruderregatta, gegen den deutschen U-23-Nationalachter gefahren sind, konnten wir mit rund 30 Sekunden Vorsprung gewinnen.

Was ist Ihnen an Saisonzielen verblieben Sie sind unverändert. Ich möchte immer noch eine Medaille bei der U-23-WM ab Mitte August. Mein ORV-Trainer Martin Schawe hat stets den Kontakt zwischen mir und den Bundestrainern und Verantwortlichen gehalten. Er war auch immer eine große Hilfe bezüglich Extrainheiten oder Trainingstipps. Ich bin jetzt im letzten U-23-Jahr, und es wäre doppelt bitter, wenn ich durch das Virus keine weitere Chance auf die erste WM-Medaille bekäme.

Anm. d. Redaktion: Das vorstehende Interview führte Christian Detloff von der NOZ. Es erschien in der NOZ am 21.3.2020. Wenige Tage nach dem Interview kehrte Paul nach Osnabrück zurück und trainiert derzeit Zuhause. Sein Studium absolviert er zurzeit durch Videovorlesungen.



Mein Start am Ruderleistungszentrum Dortmund

von Henning Köncke

Im vergangenen September wagte ich den Schritt an das Ruderleistungszentrum Dortmund, um dort am Stützpunkt des Männer-Riemen-Teams, mit der U23-Nationalmannschaft in die Saison 2019/20 zu starten. Zu diesem Schritt entschied ich mich nach einigen Gesprächen mit Martin Schawe und dem U23-Bundestrainer Christian Viedt.

Aktuell bin ich jetzt seit ca. 6 Monaten in Dortmund und wohne mit Christopher Reinhardt und John Heithoff zusammen in einer reinen Ruderer-WG, welche vor 25 Jahren gegründet wurde. Vor allem in den ersten zwei Monaten war es für mich eine deutlich spürbare Veränderung, welche sich primär durch die Vielzahl an Einheiten bemerkbar machte. Aber auch die Möglichkeiten der technischen Verbesserungen durch die verschiedensten Messboote war für mich Neuland.

Ursprünglich aus der Schülerruderie des Ratsgymnasiums stammend, war bereits die letzte Saison im 2-mit Jonas Krimpenfort und Trainer Martin Schawe eine tolle Erfahrung, sowie eine gute Vorbereitung auf den Start in Dortmund.



Henning auf Schlagübernahme im Dortmunder U23-Achter im Trainingslager in Sabaudia

Jede Saison beginnt mit der 2er Bildung, welche bis zu mehreren Monaten dauern kann. Während dieses Prozesses kristallisierte sich für mich vor allem die Kombination mit Paul Dohrmann, Ruderer vom Wurzener Ruderverein, heraus. Nach einer soliden Langstrecke und einem guten 2000Meter Ergotest mit persönlicher Bestleistung wurden wir ausgewählt, zusammen mit 20 weiteren Ruderern, über Silvester zwei Wochen im italienischen Sabaudia im Klein- und Großboot zu trainieren. Wieder in Dortmund angekommen, wurde weiter an der Grundlagenausdauer gearbeitet und das Krafttraining intensiviert. Keine vier Wochen später ging es in das nächste Trainingslager, diesmal nach Spanien.



Auch im Zweier ohne wurde in Sabaudia trainiert.

Beide Bilder: C. Viedt/DRV

Zwar konnten wir hier noch 14 Tage trainieren, doch ließ sich für uns alle bereits erkennen, dass wir durch die sehr schnelle Ausbreitung des Covid-19 Virus nicht den Saisonverlauf haben würden wie wir es uns vorgestellt hatten. Zum

aktuellen Zeitpunkt sind alle Regatten mit Ausnahme von den Deutschen Jahrgangsmeisterschaften, der U23-Weltmeisterschaft und der U23-Europameisterschaft abgesagt. Da auch der Olympiastützpunkt für alle Athleten gesperrt ist, bleibt uns leider wie vielen anderen nichts anderes übrig als zu Hause auf dem Ergometer zu trainieren und uns fit zu halten. Natürlich hoffen wir, dass sofern die gesundheitlichen Voraussetzungen gegeben sind, die Möglichkeit zu bekommen, uns national als auch international mit den besten U23-Ruderern zu messen.

Frische Lebensmittel ONLINE bestellen!



Bestellen **Zeit auswählen** **Abholen**

oder



liefern lassen!

Zum Forsthaus 6 • 49082 Osnabrück
 Iburger Straße 229 • 49082 Osnabrück
 Schützenstraße 53-60 • 49084 Osnabrück
 Rehmstraße 35 • 49080 Osnabrück
 Am Wulter Turm 2 • 49082 Osnabrück

edeka-moellenkamp.de



ORV Goes RBL Again (Hopefully)

von Florian Asbeck

Nach dem guten Abschneiden unserer Achter in der letzten Saison vor allem bei den Sprintmeisterschaften reifte in einzelnen Köpfen der Aktiven der Traum wieder ein Boot in der Ruder-Bundesliga zu stellen.

Als bei 19 der anfänglich knapp über 20 Interessenten auf einen Rollsit in unserem Flaggschiff nach Weihnachtspause und Wintertraining die Euphorie ungebrochen war, war es nur noch Formsache die Lizenzunterlagen für die kommende Saison ausgefüllt an den DRV zu schicken.

Hierzu bedurfte es der finanziellen Unterstützung nicht nur des Vereins, sondern gerade auch von Sponsoren, da die reine Lizenzierung für die Saison mit 2.500€ zu Buche schlug. An dieser Stelle schon mal einen herzlichen Dank an die Sportler, die sich um die entsprechenden Kontakte bemüht haben und selbstverständlich auch an die Spender und Sponsoren.

Derweil ging das Training ebenfalls mit ungebrochen hoher Beteiligung weiter und das nicht nur am Wochenende bei den Wassereinheiten zu der in diesem Jahr sich nie weniger als zehn Athleten am Bootshaus einfanden, sondern auch während der Woche beim Individualtraining an Land.



Bilder: T. Tolhuysen

Mit dem Osnabrücker Ergo-Cup Ende Februar und dem AmstelHead im März waren schnell zwei Wettkampftermine für die Saisonvorbereitung gefunden. Wobei beim Ergo-Cup der gesamte Kader mit starken Zeiten über 1000m und 2000m aufwarten konnten. Gerade die Sportler, die über 1000m an den Start gingen, konnten einige persönliche Bestzeiten einfahren und es gab mit Christian Vennemann und Erik Brinkmann sogar zwei Sportler, die die magische Grenze von drei Minuten unterboten.

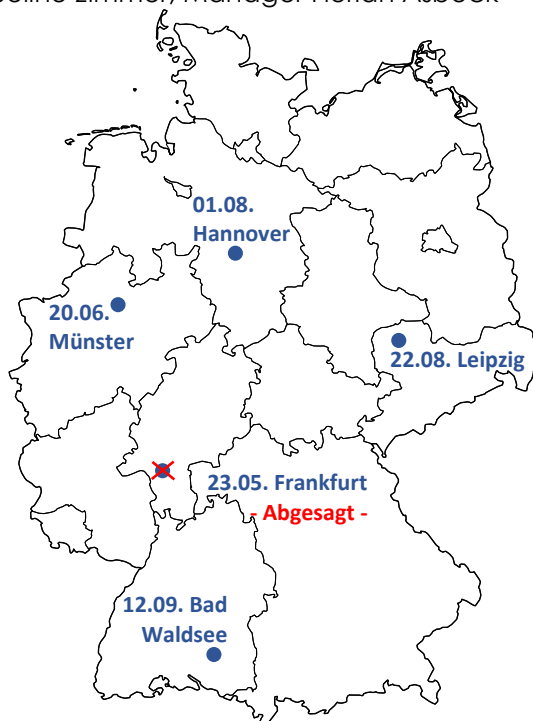
Der zweite Termin in Amsterdam fiel zum Leidwesen aller Beteiligten dem Coronavirus zum Opfer. Geplant war dort mit zwei Männerachtern in der Clubklasse zu starten. Nach den Beschränkungen zur Eindämmung der

Ausbreitung des Virus und daraus resultierenden vorübergehenden Schließung unseres Vereins, wurde mittlerweile auch der erste Renntag in Frankfurt am Main abgesagt.

Wir hoffen nun alle, dass es die globale Situation bald wieder zulässt, gemeinsam an unserem geliebten Bootshaus zu trainieren und dass der Traum einer erneuten Teilnahme an der Ruder-Bundesliga nicht platzt. Bis dahin versuchen sich alle individuell mit Joggen, Radfahren oder den täglich von Martin verschickten Übungen und Challenges fit zu halten.

Kader: Tobias Blumberg, Erik Brinkmann, Conrad Felsner, Thore Goralczyk, Lars Jung, Jonas Krimpenfort, Patrick Loh, Lukas Menkhaus, Alexander Oberpenning, Vincent Sander, Alexander Schawe, Timo Strunk, Tim Tollhuysen, Christan Vennemann, Simon Weitzel, Fabian Windhorn, Niklas Windhorn, Maximilian Witte

Stab: Trainer Moritz Janssen, Pressesprecher Tim Tollhuysen, Steuerfrau Jacqueline Zimmer, Manager Florian Asbeck



**Die Termine der Ruder-Bundesliga 2020
vorbehaltlich weiterer Absagen**

Ergebnisse der Herbst- und Winterregatten¹

Bocksbeutel-Regatta in Würzburg (19.10.2019):

- Platz 2 im Masters-Männerdoppelzweier, AK C: Michael Humbek, Ludger Rasche

Head of the Charles Regatta in Boston/USA (19./20.10.2019):

- Platz 10 im offenen Männerachter: Matthias Hörnschemeyer (für den Cambridge University Boat Club)
- Platz 12 im offenen Männerachter: Paul Seiters (für die Boston University)
- Platz 32 im Männer-Clubachter: Christian Vennemann (für JL Racing)

Faricup in Hamburg (02.11.2019):

- SIEG im Mixed-Gig-Doppelvierer: Christina Grimm, Maren Röwekamp, Martin Halm, Christian Vennemann, Stf. Mathieu Lecomte
- Platz 2 im Masters-Frauen-Gig-Doppelvierer, AK C: Nicola Witte, Katharina Meyerspeer, Eva Bocktenk, Urte Vierkötter, Stf. Juliane Haunhorst
- Platz 3 im Männer-Gig-Doppelvierer: Jonas Wenner, Jannes Rosig, Lukas Hörnschemeyer, Ricardo Dück, Stf. Theresa Coppenrath
- Platz 3 im Masters-Gig-Doppelvierer, AK D: Ludger Rasche, Michael Humbek, Christoph Spratte, Jörg Dellbrügger, Stf. Johanna Rasche

Langstreckenregatta "Hel van het Noorden" in Groningen/NL (24.11.2019):

- Platz 3 im Masters-Männereiner, AK C: Michael Humbek
- Platz 3 im Masters-Männereiner, AK D: Ludger Rasche

DRV-Kaderlangstrecke in Dortmund (01.12.2019):

- SIEG im Junioren-Einer: Paul Leerkamp
- Platz 10 im Junioren-Zweier ohne A: Friedrich Amelingmeyer, Moritz Pipa
- Platz 15 im Männer-Zweier ohne: Henning Köncke (in Rgm.)
- Platz 17 im Junioren-Zweier ohne: Marcel Krause, Linford Meyer

¹ Sofern kein gesonderter Bericht vorliegt.

Gemeinsamer Ergocup von ORV und RR Ratsgymnasium Osnabrück in der Schlosswallhalle (29.02.2020):

- SIEBENFACHSIEG bei den Männern, 1000m: Christian Vennemann, Erik Brinkmann, Patrick Loh, Timo Strunk, Alexander Oberpenning, Fabian Windhorn, Moritz Willmann (in der Reihenfolge)
- DREIFACHSIEG bei den Frauen, 1000m: Maren Röwekamp, Vivien Stoppe, Svenja Bredenförder (in der Reihenfolge)
- DOPPELSIEG bei den A-Junioren/WK II, 2000m: Paul Leerkamp, Friedrich Amelingmeyer
- SIEG bei den Leichtgewichtsmännern, 2000m: Tim Tolhuysen

**Wir danken allen Inserenten, ohne die das Erscheinen der „skulls“ nicht möglich wäre.
Wir bitten um Berücksichtigung bei anstehenden Investitionen.**



WALLENHORST WOHNKONZEPTE

Planungsbüro für Innenarchitektur
Sandra und Jörg Wallenhorst

Zum Schäferhof 10
49088 Osnabrück
Fax. 0541 - 9116463

Tel. 0541 - 80019388
Mobil 0175 - 6929777
info@w-wie-wohnen.com



w-wie-wohnen.com
PLANUNGSBÜRO FÜR INNENARCHITEKTUR



**Osnabrücker Ruder-Verein
von 1913 e. V.**

Glückaufstraße 16

49090 Osnabrück

Tel.: 0541 12 29 57

E-Mail: info@orv.de

www.orv.de