

skulls



Nr. 188 / Dezember 2015



Leistungssport Rudern **Renrudern in Osnabrück, Deutschland** **und der Welt**

Siegesfeier – Herbstregatten – Strukturen des Leistungssports
Interview mit Lauritz Schoof – Rudertechnik – Ergo-Cup
Wanderfahrten auf der Leine und in Friesland – Bootskunde

Osnabrücker Ruder-Verein e. V.

Vorsitzender	Jens- Peter Zuther	05473-906 0
Stellv. Vorsitzender	Stefan Felsner	0171-178 904 0
Stellv. Vors. Liegenschaften	Andreas Lamkemeyer	05401-345 541
Stellv. Vors. Breitensport	Ludger Rasche	0541-205 117 4
Stellv. Vors. Leistungssport	Henning Winkelmann	0151-560 555 19
Stellv. Vors. Administration	Jörg Dellbrügger	0541-386 436
Stellv. Vors. Finanzen	Markus Heineking	0541-380 926 08

Bankverbindungen

Mitgliedsbeiträge	DE66 2655 0105 0000 0425 56
Sonstige Überweisungen	DE18 2659 0025 1030 2042 00
Spendenkonto Freundeskreis	DE44 2655 0105 0000 2430 63

IBAN

BIC

NOLADE22
GENODEF1OSV
NOLADE22

Impressum

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

Redaktion: Matthias Bergmann, Christian Vennemann
→ skulls@orv.de

Layout: Christian Vennemann

V. i. S. d. P.: Matthias Bergmann, Christian Vennemann

Druck: Gemeindebrief Druckerei, Martin-Luther-Weg 1,
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 1.1.2015. Die Beitragsordnung steht auf www.orv.de zum Download zur Verfügung.

Das Titelbild zeigt Maren Stallkamp (2. v. r.) mit dem deutschen U23-Frauen-Doppelvierer (v. l. Julia Richter/Berlin, Christin Fernitz/Eilenburg, Ulrike Törpsch/Dresden) im Trainingslager für die U23-WM 2009. Später gewann die Mannschaft dort Silber.

Liebe Vereinsmitglieder, liebe Leser,

zunächst einmal möchten wir Ihnen und Euch einen Guten Rutsch - oder gegebenenfalls auch schon ein Frohes Neues Jahr wünschen.

Für das kommende Jahr wünschen wir vor allem Gesundheit und die nötige Ruhe im Trubel des Alltags.

Wir hoffen natürlich auch, dass möglichst viele von Ihnen und Euch die Neujahrsvorsätze lange ernst nehmen und entsprechend häufig den Weg zum Bootshaus finden.

Zum Glück haben uns keine größeren Beschwerden zu unserer Erstausgabe erreicht, daher freut es uns umso mehr, nun zeitnah unsere zweite und die insgesamt 188. Ausgabe der Skulls präsentieren zu dürfen. Das aktuelle Heft steht unter dem Titel „Leistungssport Rudern“, für das Christian die Strukturen des deutschen Leistungssports vorstellt und ein Kurzinterview mit dem aktuellen Olympiasieger Lauritz Schoof geführt hat. Ein weiterer Schwerpunkt ist die erfreulicherweise immer stärker werdende „Mittwochsgruppe“, die den Verein auf diversen Wanderfahrten repräsentierte und sich um die Werbung und Ausbildung neuer Mitglieder verdient machte.

Als Ausblick empfehlen wir unbedingt die Teilnahme an der Jahreshauptversammlung und den Besuch des Grünkohllessens, das in diesem Jahr vom Königspaar Andreas und Lena organisiert wird. Auch ein Besuch unserer traditionellen Power Challenge Anfang Januar lohnt sich immer wieder!

Die Redaktion

(Christian Vennemann & Matthias Bergmann)

Vereinsleben

- Siegesfeier 3
- Einladung zum Grünkohlessen 5
- Ankündigung der Power Challenge 6
- Sitzenbleiber 8
- Der Trimm eines Bootes 8
- Renovierung der Bootshallenbeleuchtung 9
- Ruderausbildung für Erwachsene 11
- Vom Schnupperkurs in die Mittwochsgruppe 12
- Unfallboot Moby Dick 13

Amtlich

- Einladung zur Jahreshauptversammlung 16
- ORV-Termine bis Ostern 2016 17

Titel

- Wege in die Nationalmannschaften 18
- Interview mit einem Olympiasieger – Lauritz Schoof 24
- Leistungssport im ORV – ein kurzer Rückblick der letzten 25 Jahre 26

Rennrudern

- Silber- und Bronzemedailien auf der World Masters Regatta 28
- Moselpokal und Bocksbeutelregatta 29
- DRJ-Kinderlehrgang in München 30
- Tolle Zeiten beim Osnabrücker Ergo-Cup 31
- Ergebnisse der Herbstregatten 32
- ORV-Regattaplan 2016 34

Wanderrudern

- Leine los! 36
- Sieben Flüsse in zwei Tagen 37
- Erstlingsfahrt auf der Ruhr 39

Siegesfeier 2015

von Henning Winkelmann

Am 7. November 2015 haben wir in diesem Jahr erstmals unsere Medailengewinner, Träger der Fahrtenabzeichen und Jubilare auf einer gemeinsamen Veranstaltung geehrt und gefeiert.

In fröhlicher Atmosphäre führten der erste Vorsitzende Jens-Peter Zuther und Sportvorstand Henning Winkelmann im Dialog durch das Programm und die Ehrungen des Abends.

Elf Träger des Fahrtenabzeichens 2014, zwölf Jubilare - davon allein sieben mit der Goldenen Ehrennadel des ORV und zwei Mitglieder, die bereits über 60 Jahre unsere Mitglieder sind - sowie zehn Medailengewinner von denen vier unsere Farben auch über die Grenzen Deutschlands hinaus vertreten haben. Leider konnten nicht alle zu Ehrenden vor Ort sein, dennoch erlebten die Gäste ein stattliches Programm.

Zwischen den Ehrungen mussten wir uns von zwei verdienten Betreuern verabschieden und durften ganz herzlich „Danke“ sagen: Lukas Tönnies hat über zehn Jahre die "Mittwochsgruppe" geleitet und wesentlich aufgebaut. Zuletzt gelang es ihm gemeinsam mit Jochen Kruse, die Gruppe der Erwachsenen und deren Betreuung auszubauen. Jochen kümmert sich jetzt um die Gruppe und übernahm auch die Ehrung der Breitensportler.

Matthias Helmkamp hat sich in den letzten Jahren ganz wesentlich in der Betreuung des Leistungssports bei den B-Junioren engagiert und ist nun wegen seines Studiums leider nicht mehr in Osnabrück. Die geehrten Medailengewinner der B-Junioren haben ebenfalls bei Matthias trainiert.

Im Interview mit Jens Peter erzählten Lukas und Matthias, dass sie ihr Engagement im ORV immer gern ausgeübt und sich in unserem Verein sehr wohl gefühlt haben. Der Vorsitzende und alle Anwesenden wünschen den beiden alles Gute für ihren weiteren Lebensweg und weiterhin eine enge Verbundenheit zum Osnabrücker Ruder-Verein.

Auch die Ehrungen der Jubilare verliefen sehr fröhlich und mit viel Humor. Brunon Derkes und Hans-Günther Thiemann sprachen aus ihrer bewegten Vergangenheit - unter anderem mit den Ruderern aus und um den "1980er-Achter" - und auch Hermann Wolf wusste einige Anekdoten aus seiner 60-jährigen Mitgliedschaft zum Besten zu geben.

Wir bedanken uns bei allen Gästen für den schönen Abend und bei Jonathan Reitenbach, Paul Seiters und Marcel Teckemeyer für die tatkräftige Unterstützung bei der Bewirtung.

Übersicht der geehrten Vereinsmitglieder:

Sonderehrung 60 Jahre Mitglied im ORV

- *Lore August* - *Hermann Wolf*

Ehrennadel des Deutschen Ruderverbandes für 50 Jahre Mitgliedschaft in einem DRV-Verein

- *Irmgard Meyer*

Goldene Ehrennadel des Osnabrücker Ruder-Vereins für 40 Jahre Mitgliedschaft

- *Brunon Derkes* - *Wilfried Temme*
- *Ferdinand Hardinghaus* - *Hans-Günther Tiemann*
- *Ralf Holtmeyer* - *Hermann Warnken*
- *Ralf Kollmann*

Silberne Ehrennadel des Osnabrücker Ruder-Vereins für 25 Jahre Mitgliedschaft

- *Sabine Hilmes* - *Klaus-Rolf Mrusek*

Für sportliche Leistungen:

- *Hannah Kleine-Pollmann und Svenja Bredenförder* (DJM-Bronze im Juniorinnen A-Zweier und -Achter und Teilnahme an der Junioren-WM)
- *Lena Löpker* (Deutsche Meisterin im Juniorinnen B-Vierer-ohne Stf.)
- *Lukas Hörnschemeyer, Bjarne Wallenhorst und Moritz Jansen* (DJM-Bronze im Junioren B-Doppelvierer mit Stm.)
- *Helga Kalk-Fedeler und Hans-Günther Tiemann* (Siege und Podestplätze beim DRV Masters-Championnat und der World Masters Regatta)
- *Ludger Rasche, Jonas Wenner, Jörg Dellbrügger und Christoph Spratte* (Silber auf der World Masters Regatta im Masters-Doppelvierer AK B)
- *Pia Greiten* (Doppel-Landesmeisterin im Frauen-Einer)
- *Christian Vennemann* (Landesmeister im Männer-Einer)

Grünkohlessen 2016

Das Königspaar Andreas J.J. & Lena, sowie Ritterin Christina möchten Euch am 06.02.2016 zum Grünkohlessen des Osnabrücker Ruder-Vereins herzlich einladen.

Wie es die Tradition will, werden wir uns auch in diesem Jahr auf eine kleine Wanderung begeben. Dazu treffen wir uns um 15: 00 Uhr auf dem Parkplatz.

Im Anschluss (ca. 18:30) findet das Grünkohlessen statt.

Wir freuen uns auf Euch!

Für eine verbindliche Anmeldung bis zum 31.01.2016 bitte einen Unkostenbeitrag von 20 Euro (Getränke enthalten) auf folgendes Konto überweisen:

Andreas Tönnies
Konto: 9146689
BLZ: 26550105
Sparkasse Osnabrück



Die Klimmzugshow

www.orv.de

Power Challenge

Freitag 08.01.

ab 20:00 Uhr



Osnabrücker Ruder-Verein Glückaufstraße 16



5€ Eintritt
inkl. Begrüßungsprosecco
Einlass ab 18

**100 Liter Freibier
direkt um 20 Uhr**

Kostenloser Shuttlebus

Hinfahrt ab 19:40 alle 20min, Rückfahrt ab 1:40 alle 20min



unterstützt durch:



Sitzenbleiber

von Ludwig Ellerbrake

„Keine Pause auf der Rolle!“

„Hände runter, weg und anrollen!“

„Aus dem Rollen greifen!“

„Ihr müsst auf den Schlag lauern!“

„Den Pfahl im Wasser suchen!“

Alles Originalaussprüche unseres 1998 verstorbenen Trainers Ewald Reich von vor etwa 60 Jahren. Dieses nach wie vor auch heute noch gültige Trainer-Chinesisch in Kurzfassung muss natürlich erklärt werden:

Zu 1: Jedes Vor und Rück hat zwangsläufig eine Umschaltpause, doch nur, um gleich wieder in Gegenrichtung zu rollen.

Zu 2: Zum Ende des Beinstoßes folgt mit dem Aufrichten des Rückens der Arm- und Schulterzug. Das Aushebeln der Blätter mit dem „Hände weg“ benötigt Sekundenbruchteile, doch zeitgleich wird der Rollsitze in Richtung Auslage mitgenommen.

Zu 3 und 4: Nach dem schnellen Anrollen, um den Bug zu entlasten, wird ruhig weitergerollt und rollsitzebremsend mit Aufrichten und Luftholen auf den neuen Einsatz gelauert.

Zu 5: In der größten Auslage erfolgt das Setzen der Blätter senkrecht aufgedreht ins Wasser mit voller

Blattdeckung, um die so vorgespannte Muskulatur im Wasser explodieren zu lassen ohne viel Schlupf, wie wenn man hinter einem Pfahl ins Wasser einhakt.

Wer das in jungen Jahren verinnerlicht hat, der kann auch im Alter nicht anders rudern – auf dem Hotelergometer habe ich mich beim schnellen Anrollen erwischt, obwohl das auf dem leblosen Ruderbock nun wirklich nichts brachte!

Was machen die Anderen? Die mögen sich doch bitte diese prägnanten Trainersätze, mal den einen, mal den anderen, mit auf das Wasser nehmen, ins eigene Rudern hineinören und sich fragen: „Wie ruderst Du? Bist Du auch ein Sitzenbleiber?“

Der Trimm eines Schiffes

von Ludwig Ellerbrake

Genau wie eine gute Rudertechnik ist ein guter Trimm unserer „Schiffe“ für den Rudergenuss von höchster Wichtigkeit!

1. Fall: Warum ist ein Kajak kürzer als ein Skiff bei gleichem Sportlergewicht? Weil die „Schwungmasse“ Ruderer-Körper durch Trimmmaßnahmen in einen guten Bootsdurchlauf gebracht werden muss. Mehr Bootslänge,

um die Gewichtsverlagerungen aufzufangen!

2. Fall: Ein Gig- Vierer ist vom Bauplan mit Stm.- Gewicht 75kg gerechnet. Wenn, wie es oft geschieht, der Steuermann an Land bleibt, dann ist das Boot buglastig. Es lässt sich miserabel steuern und bei Wind ist es fast nicht zu kontrollieren. Wenn auch der Bug-Platz frei bleibt, kommt es wieder in den werftseitig geplanten Trimm – eine gute Möglichkeit, Rauhwasser zu bewältigen, weil statt fünf Personengewichten nur drei Auftrieb benötigen. Das Boot bekommt mehr Freiraum. Aber auch unsere Trimmkanister (2x fünf Kilo) ganz ins Viererheck gestellt, gleichen das 75kg Stm.-Gewicht aus. Sie sind kein Totgewicht, denn durch den besseren Trimm sind sie durchlaufördernd und sparen 65kg Stm.-Gewicht insgesamt.
3. Fall: „Bradi II“ und „Freundeskreis“ auf Platz drei und zwei gerudert – natürlich immer mit freier Sicht in Fahrtrichtung durch den Ruderspiegel – sind genauso schnell, wie mit Bugrunderer als 3x und, wenn man sich im Bug einen „Sitzenbleiber“ einhandelt, sind sie deutlich schneller. Witzbolde lassen nun auch den 2 aus dem Boot, doch das ist dann Gegentrimm! Wenn von schnell geschrieben ist, dann ist bei Trimm immer ökonomisch

vorausgesetzt und wohlverstanden!

Probieren Sie es aus und berichten Sie!

Renovierung der Bootshallenbeleuchtung

von Michael Lanver

Werkstatt

Alles begann im Herbst 2014: Ludwig beklagte sich, dass in der Werkstatt mehrere Lampen ausgefallen waren oder sporadisch ausfielen und außerdem sei es zu dunkel. Bei der Überprüfung der Lampen stellte sich heraus, dass nur ein Austausch sinnvoll war. Daraufhin machten wir uns auf die Suche und konnten günstig sechs gebrauchte doppelflammige Leuchtstofflampen bekommen.

Im Zuge des Umbaus wurden wir gebeten, auch eine Lampe in der Rennboothalle zu ersetzen. Nach kurzer Begutachtung waren wir der Meinung: „Hier packen wir nichts an“ – „zu gefährlich“ – „Strom wird abgeschaltet!“

Das hatte zur Folge, zeitweise die Hallen 3 und 4 ohne Strom waren. Wir setzten den Vorstand darüber in Kenntnis und unterbreiteten einen konkreten Vorschlag: Erneuerung der gesamten Bootshallen-elektrik.

Bootshalle innen

Nachdem der Plan feststand, fingen wir kurz nach der Jahreshauptversammlung mit der Umsetzung der umfangreichen Arbeiten an.

Durch die vielen meist defekten Schalter, Steck- und Abzweigdosen dauerte der Abriss länger als gedacht. Weitgehend unbemerkt dürfte der Anschluss der neuen Unterverteilung an der Hauptverteilung geblieben sein, obwohl hierfür Teile des Gebäudes ohne Strom waren.

Zuerst wurde die Rennboothalle mit den neuen Lampen in Betrieb genommen. Darauf folgten die Schülerrhalle, die Gig- und die Einer-Hallen. In den letztgenannten Hallen gelang es uns durch entsprechende Vorarbeiten die Umrüstung an einem Nachmittag zu vollenden.

Danach wurden der Anschluss der Außenbeleuchtung, des Fahrtenbuchcomputers und des Trainer- raums an die Unterverteilung vorgenommen.

Nachdem Umbau sind jetzt alle Bootshallen gleich ausgestattet: Die einzelnen Hallen sind einzeln abgesichert. Neben dem Hallentor befinden sich eine Doppelsteckdose und der Bewegungsmelder, der die Lampen einschaltet. Die Anzahl der Lampen ist gleich geblieben, allerdings sind nun LED-Lampen montiert, deren Lichtmenge vergleichbar mit einer doppelflammigen Leuchtstofflampe ist. Der Stromverbrauch pro Lampe ist jedoch geringer. Durch die stärkeren Lampen ist es ebenfalls gelungen, eine gleich-

mäßige Beleuchtung der Hallen zu erreichen.

Die Arbeiten für die Stromversorgung in den Hallen waren bereits Anfang Mai abgeschlossen.

Damit endeten auch die bis dahin geplanten Arbeiten sowie der mit dem Vorstand vereinbarte Kostenrahmen, den wir um über 260€ unterboten haben!



Die Gig-Boothalle erstrahlt in neuem Glanz

Bootshalle außen

Nach Bestandsaufnahme entschieden wir mit dem Vorstand, dass auch die Außenstrahler durch neue LED-Strahler ersetzt werden sollen. Außerdem beschlossen wir die Anzahl der Strahler von 11 auf 6 zu senken, um die Anschaffungs- und Unterhaltskosten zu verringern. Da einer der Bewegungsmelder an der Durchfahrt defekt war, musste dieser ebenfalls ersetzt werden.

Die Installation konnte am 30.09. abgeschlossen werden. Kurz zuvor wurde der Bewegungsmelder an der Durchfahrt zum Steg beschädigt. Zum Glück konnten wir hier die Halterung eines anderen defekten

Bewegungsmelder verwenden und Zusatzkosten von 100€ einsparen! Die neuen LED-Strahler und die Bewegungsmelder sind wieder so installiert, dass man vom Parkplatz durch den Durchgang zum Hintereingang gehen kann und immer ausreichend Licht vorhanden ist. Auch im Außenbereich konnten wir den Energieverbrauch deutlich senken.



Die neuen LED-Strahler erleuchten den Bootsplatz taghell

Danken möchten wir dem Vorstand für sein entgegengebrachtes Vertrauen und der weitgehenden Entscheidungsfreiheit.

Vielen Dank auch an Martin Schawe, der durch seine häufige Anwesenheit ein guter Ansprechpartner war, wenn einmal etwas fehlte. Danke auch an Matthias Helmkamp.

Für Erleuchtung sorgten in vielen Stunden der Planung und Durchführung:

Daniel Kaufmann, Tobias Schlötel, Daniel Klie, Daniel Loxtermann und Michael Lanver.

Ruderausbildung für Erwachsene

von Jochen Kruse

Schüler lernen das Rudern in aller Regel in der Schule in einer RudergAG - aber Erwachsene?

Wie können auch Ältere noch diesen gesunden und geselligen Sport für sich erschließen?

Seit langem gibt es in Osnabrück die VHS-Ruderkurse, in denen Erwachsene das Rudern erlernen können. Die Kurse waren in der Vergangenheit mal mehr, mal weniger gut besucht. Letztes Jahr (2014) hatte ich versuchsweise etwas mehr Werbung für Ruderkurse in der NOZ gemacht, worauf sich eine Person gemeldet und dann glücklicherweise drei Freunde mitgebracht hat. So war ein Vierer besetzt und in meiner Begleitung konnte die Mannschaft (ferienbedingt nur an sechs Abenden) den Kanal erkunden.

Auch an den Mittwochabenden zum allgemeinen Rudetermin bei Lukas verirren sich ab und zu sportlich Interessierte, die das Rudern ausprobieren möchten. Oft wird das Rudern aber nach wenigen Terminen wieder aufgegeben – Schade!

Für dieses Jahr hatte ich mir vorgenommen, noch mehr Werbung in den einzelnen Stadtteilzeitungen sowie in der Firma, in der ich arbeite, zu machen. Dazu habe ich eine „Betriebssportgruppe Rudern“ gegründet. Und diesmal hat sich die

Mühe gelohnt: Von der VHS kamen 20 Personen (in den Jahren vorher waren es jeweils 12 bis 16 Personen), zehn Kolleginnen und Kollegen haben sich für einen Ruderkurs angemeldet und die Werbung über die Stadtteilzeitungen hat 32 Personen in die Ausbildung geführt. Von den 62 KursteilnehmerInnen waren 60% weiblich, der Altersdurchschnitt betrug 44 Jahre. Der Älteste ist 65 Jahre, die Jüngste 23 Jahre jung. Von den 62 TeilnehmerInnen haben letzten Endes ca. 15 Personen den Weg in den ORV als Vollmitglied gefunden.

Die Kurse haben wir Dienstags- und Donnerstagsabends von Mitte April bis Ende September durchgeführt. Für zehn Termine waren 92 Euro zu entrichten. Tatkräftige Unterstützung gab es von 16 älteren Rudern, die alle seit mindestens einigen Jahren rudern und sich fast ausnahmslos aus der Mittwochs-Truppe rekrutierten. An dieser Stelle meinen Mitstreitern den allerbesten Dank!

Auch im Jahre 2016 werden wir wieder Ruder Kurse für Erwachsene durchführen, diesmal „nur“ im Frühjahr, aber getrennt nach Interessierten mit oder ohne Vorkenntnisse. Bitte spricht im Freundes- und Bekanntenkreis über die Möglichkeit, auch als Erwachsene im ORV das sportliche Rudern zu erlernen.

Das Anmeldeformular ist unter **www.orv.de/Rudern/Ausbildung** abrufbar oder per E-Mail an **rudern@orv.de zu beziehen.**

Für 2016 liegen uns jetzt schon erfreuliche 29 Anmeldungen vor (Stand 1. Dez.)!

Vom Schnupperkurs zur Mittwochsgruppe

von Juliane Haunhorst

Im Frühjahr habe ich in unserer Stadtteilzeitung eine Anzeige vom ORV entdeckt. Man konnte sich für einen Ruder-Schnupperkurs anmelden. Ich habe diese Sportart schon immer interessant gefunden, aber ich und Wassersport?

Trotzdem habe ich mich angemeldet. Im Juni sollte es los gehen. Nach der Anmeldung hat Jochen einen Infozettel für die erste Stunde geschickt. Der Punkt mit der Wechselwäsche hat mich doch sehr beunruhigt. Vor dem ersten Termin war ich dann ziemlich aufgeregt. Bisher kannte ich Rudern nur aus dem Fernsehen. Da saßen lauter supertrainierte, athletische junge Leute in den Booten. Als ich dann zum ORV kam, liefen genau solche Kids auf dem Gelände herum. Ich wollte auf keinen Fall die Boots-Oma sein und wäre fast umgedreht. Zum Glück sah ich dann zwei Herren genauso verloren rumstehen wie ich. Jetzt ging alles sehr schnell. Erst sind wir auf die Ergometer gestiegen, um den

Bewegungsablauf zu üben, dann wurden wir auf die Boote verteilt. Irgendwann waren alle Anfänger auf dem Wasser. Der Bewegungsablauf war sehr komplex und das Boot doch sehr schaukelig. Alles war neu und sehr ungewohnt. Die Steuerleute behielten jedoch die Ruhe und haben uns immer wieder versichert, dass alle mal so angefangen hätten. Während wir einen Krebs nach dem anderen fingen, glitten die Jugendlichen in ihren Einern mühelos und scheinbar ohne Anstrengung an uns vorbei.

Der Schnupperkurs lief über zehn Abende. Schon bald wurden die Bewegungen flüssiger. Wir lernten zudem die Ruderkommandos und etwas über die verschiedenen Möglichkeiten zu wenden.

Mal war ich ganz aufgekratzt nach dem Training, weil alles so gut lief. Das nächste Mal klappte wieder scheinbar gar nichts. Nach dem ersten Mal auf dem Schlag, war ich so angestrengt, dass ich kaum den Schlüssel ins Auto bekommen habe.

Alle waren sehr geduldig mit uns Anfängern, aber Manchem ist es auch schwergefallen, sich als Erwachsener noch einmal so korrigieren zu lassen.

Mir hat es mit jedem Mal mehr Spaß gemacht. Im September stand dann die Entscheidung an, ob man in den Verein eintreten möchte oder es beim Schnuppern belassen will.

Mich hatte es gepackt und ich habe mich angemeldet. Jetzt rudere ich in der Mittwochsgruppe. Das ist noch

einmal etwas ganz Anderes als mit lauter Anfängern auf dem Wasser zu sein. Der Druck, besser zu werden ist schon da. Ich muss mich noch immer sehr konzentrieren, weil es tausend Dinge beim Rudern zu beachten gibt, aber es macht mir unheimlich viel Spaß. Ich genieße es, mich auf dem Wasser zu bewegen. Gemeinsam in einem Boot, das erzeugt eine ganz besondere Stimmung.

Es ist aber nicht nur der Sport, der mich begeistert. Alle sind einfach so nett und umgänglich. Der gesellige Teil des Vereinslebens kommt auch nicht zu kurz. So war die Mittwochsgruppe schon gemeinsam auf dem Weihnachtsmarkt und beendet das Ruderjahr mit einer Weihnachtsfeier mit Feuerzangenbowle. Beim Ergometer-Training am Mittwochabend lernt man auch die anderen Ruderer kennen.

Ich bin froh, dass ich mich auch im fortgeschrittenen Alter noch getraut habe etwas Neues zu beginnen.

Unfallboot „Moby Dick“

von Ludwig Ellerbrake

Bei Inspektion des Bootes schon für die nächste Saison sah ich gleich, dass einer der Backbord-Ausleger im unteren Hauptträger einen Mordsknick hatte und alle Bolzen unter Spannung standen.

Da der Schaden nicht gemeldet wurde, haben vier bis fünf Ruderer einen dicken Rumms in das Boot

bekommen und diesen Bootsunfall verschwiegen. Welches war das Gegenschiff? Nicht gemerkt oder gedacht „Glück gehabt, nichts passiert“, scheidet bei der Sachlage aus. In der ORV Bootshalle liegen sechs gleichwertige, gut gewartete Gig-Vierer – warum stieft jede Laienspielschar immer zuerst in dieses Boot, in dem auch mal gerne ein Wettbewerb, wie der Fari-Cup oder Bernkastel gefahren werden möchte und warum macht man immer wieder „Moby Dick“ zum Unfallboot? Warum werden immer wieder Fahrten mit Booten aus der ORV Bootshalle nicht vor Beginn im Fahrtenbuch eingetragen? Warum nimmt die Blindruderei kein Ende, obwohl jeder Gutwillige und Vorbildgeber sich „Freie Sicht in Fahrtrichtung“ in jeder Ruderstellung verschaffen kann? Was muss denn noch passieren? Es ist Winter und da schwimmt im

ganzen Hafengebiete niemand ans Ufer – da macht der Kreislauf vorher dicht!

Anmerkung der Redaktion:

Im Hinblick auf die willkürliche Bootsnutzung ist Ludwig zuzustimmen: Seit teilweiser Freigabe der Boote „Halb Acht“ und „Italion Stallion“ ist im Rennbootsegment das gleiche Phänomen zu verzeichnen. Fast ausnahmslos wird zuerst das bessere Schiff aus der Halle genommen, obwohl in „Container“, „KME“, „Bulldozer“ und „One4all“ gute Alternativen bereitstehen. Wenn diese Nutzung dann auch noch für das Schultraining geschieht und kapitale Bootsschäden die Folge sind (z. B. kürzlich „Italion Stallion“ vs. „Container“), muss dies ein zwingender Grund sein, über eine restriktivere Handhabung für die Bootsnutzungen nachzudenken.



***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



Einladung zur Jahreshauptversammlung 2016

Osnabrück, 09.12.2015

Liebe Ruderkameradinnen und Ruderkameraden, Sehr geehrte Damen und Herren,
gemäß der geltenden Satzung lädt der Vorstand ein zur

Jahreshauptversammlung 2016

am Freitag, den 19.02.2016 um 18.30 Uhr im Saal des Bootshauses.

Tagesordnung:

1. Begrüßung und Ehrungen

2. Jahresberichte

Vorsitzender

stellv. Vors. Finanzen

stellv. Vors. Sport

stellv. Vors. Liegenschaften

stellv. Vors. Administration

Rechnungsprüfer

3. Entlastung des Vorstandes

4. Wahlen

Vorsitzender

stellv. Vors. Liegenschaften

stellv. Vors. Administration

stellv. Vors. Breitensport

Rechnungsprüfer

Beirat

Ehrenrat und ggf. außerplanmäßige Wahlen

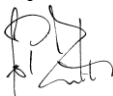
5. Aufstellung und Genehmigung des Haushaltsplanes

ggf. Anpassung der Mitgliedsbeiträge

6. Verschiedenes

Der Vorstand lädt alle Mitglieder ausdrücklich ein, an der Jahreshauptversammlung teilzunehmen.

Mit rudersportlichen Grüßen



Jens-Peter Zuther (Vorsitzender)

ORV-Termine bis Ostern

08.01.2016	Power Challenge
31.01.2016	NWRV Indoor-Cup, Essen-Kettwig
06.02.2016	Grünkohlessen
19.02.2016	Jahreshauptversammlung
12.-13.03.2016	Heineken Roeivierkamp, Amsterdam, NRW-Langstrecke Oberhausen
19.03.2016	Head of the River Race, London, Amstel-Head, Amsterdam
26.-27.03.2016	DRV-Langstrecke, Leipzig
09./10.04.2016	Internationale Frühjahrsregatta, Gent/Belgien
15.-17.04.2016	Deutsche Kleinbootmeisterschaften und Junioren- frühfest, Köln

Frische Lebensmittel ONLINE bestellen!

oder **liefern lassen!**

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

Zum Forsthaus 6 • 49082 Osnabrück
Ibburger Straße 229 • 49082 Osnabrück
Schützenstraße 58-60 • 49084 Osnabrück
Rehmstraße 35 • 49080 Osnabrück
Am Wulter Turm 2 • 49082 Osnabrück

edeka-moellenkamp.de

Wege in die Nationalmannschaften

von Christian Vennemann

Wie in allen Sportarten ist die Berufung in eine der Nationalmannschaften für viele junge Ruderinnen und Ruderer eines der wichtigsten, wenn nicht sogar das zentrale Ziel ihrer sportlichen Karriere.

Man muss nicht über ein großes Fachwissen in Sachen Sport verfügen um zu wissen, dass die Berufung in eine Nationalmannschaft nicht aus heiterem Himmel erfolgt. Vielmehr ist sie das Ergebnis eines langfristigen Prozesses der Förderung und Auslese, in dem die Sportlerinnen und Sportler die verschiedenen Systeme ihrer Fachverbände und des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) durchlaufen.

Wie Vieles in Deutschland unterliegen auch die Strukturen des Spitzensports einem komplexen Zuständigkeitsgefüge aus kommunal-regionalen, Landes- und Bundeseinrichtungen.

Kern und Grundlage des deutschen Leistungssports bildet der Verein. Gemäß dem Bonmot „Wo drei Deutsche sich treffen, gründen sie einen Verein“, ist Deutschland von einem dichten Netz von Sportvereinen für alle erdenklichen Sportarten überzogen. Neben unzähligen Angeboten im Breitensport sehen es viele Vereine als ihre Aufgabe, den Nach-

wuchs an den Leistungssport heranzuführen. Dementsprechend groß ist allerorts die Freude, wenn es ein „Eigengewächs“ zu höchsten internationalen Weihen bringt.

Allerdings sind die Zeiten, in denen reine Vereinssportler oder sogar Vereinsmannschaften (wie unser ORV-Achter 1980) an Weltmeisterschaften oder Olympischen Spiele teilnahmen, abgesehen von sehr seltenen Ausnahmen, vorbei. Heutzutage sind Nationalmannschaften Kompositionen aus den geeignetesten Sportlern vieler Vereine.

Wie aber filtert man aus einer Masse an Begabten die Besten heraus und fördert diese, auf dass sie in der Weltspitze bestehen können?

Entsprechende Sichtungs- und Fördermaßnahmen bedingen nicht nur einen großen Zeit- sondern auch hohen finanziellen, materiellen und personellen Aufwand. Dieser kann von der überwiegenden Mehrheit der Vereine nicht geleistet werden. Vor diesem Hintergrund obliegt es den Landes- und Nationalverbänden, eine Vielzahl von Sichtsungsmaßnahmen wie Lehrgängen und sportartspezifischen Leistungstests durchzuführen.

Spitzensportler benötigen jedoch mehr als nur gelegentliche Trainingsmaßnahmen und hier und da eine Massage oder eine sportärztliche Untersuchung. Um Weltklasseleistungen erbringen zu können, bedarf es auch im alltäglichen Training eines entsprechenden Umfeldes. Dazu gehört neben hochwertigen

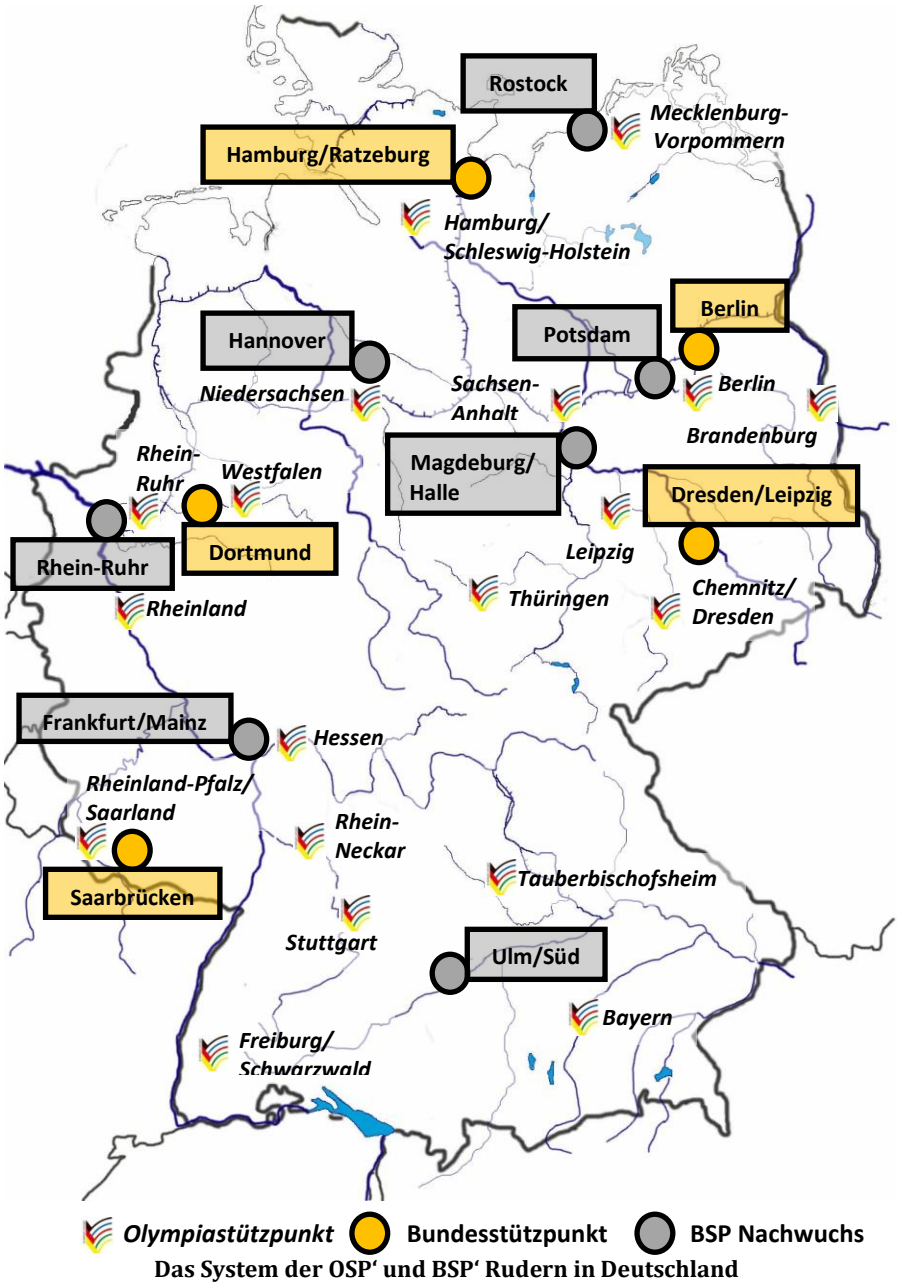
gen Booten, Trainingsgeräten und Trainern auch eine leistungsstarke Trainingsgruppe. Eine Gruppe von leistungsbereiten und vergleichbar leistungsfähigen Sportlern macht es dem Einzelnen leichter, im Training laufend gute Leistungen zu erbringen und sich für das Training – gerade in den Wintermonaten – zu motivieren. Wie bereits oben erwähnt, können all diese Zutaten nur von den wenigsten Vereinen geboten werden. Um dem entgegenzuwirken, haben sowohl die Landes-, als auch die Bundesverbände ein Netz von Stützpunkten eingerichtet. Dort werden einerseits die zu fördernden Athleten konzentriert, andererseits dienen die Stützpunkte auch als Zentren für Lehrgänge und andere Sichtungs- und Fördermaßnahmen.

Der Landesruderverband Niedersachsen verfügt über Landesstützpunkte in Hannover, Celle, Hildesheim, Hameln, Oldenburg und Osnabrück. Daneben wurde in Emden ein Talentförderzentrum eingerichtet. Die Stützpunkte sind in der Regel den örtlichen Rudervereinen angegliedert, weshalb diese vom LRVN für die Wahrnehmung der Stützpunktaufgaben finanzielle Unterstützung erhalten. Daneben hat der Deutsche Ruderverband Bundesstützpunkte eingerichtet. Hier werden die Fördermaßnahmen für die potenziellen Nationalmannschaftsmitglieder durchgeführt.

Nach Angaben des (DOSB) sollen Bundesstützpunkte und Nachwuchs-Bundesstützpunkte den Athleten optimale Rahmenbedingungen für ein Hochleistungstraining bieten. Dazu gehört die bestmögliche Ausstattung mit Trainingsgeräten, als auch die Verfügbarkeit von hauptamtlichen Trainern und den notwendigen Betreuungsangeboten. Jedem Bundesstützpunkt ist in der Regel mindestens ein Bundestrainer zugeordnet. Der Deutsche Ruderverband verlangt wiederum in der Regel von seinen Spitzensportlern, sich einem der Bundesstützpunkte anzuschließen.

In Ergänzung zu den Bundesstützpunkten hat der DOSB 19 Olympiastützpunkte in ganz Deutschland eingerichtet. Hierbei handelt es sich um die Bundesstützpunkte ergänzende Serviceeinrichtungen, die sich der Betreuung der Spitzensportler außerhalb des Trainings widmen. Die Betreuung umfasst neben sportmedizinischen, physiotherapeutischen, trainingswissenschaftlichen und ernährungswissenschaftlichen Angeboten auch den sozialen und psychologischen Bereich. Dazu zählen unter anderem Sportpsychologen und Laufbahnberater.

Während die Olympiastützpunkte flächendeckend über Deutschland verteilt sind, orientieren sich die Bundesstützpunkte an den Bedürfnissen der jeweiligen Sportart.



Aus der vorstehenden Karte auf der folgenden Seite wird die enge Verzahnung von Bundes- und Olympiastützpunkten in der Sportart Rudern deutlich.

Selbstverständlich sind jedoch der Anschluss an einen Bundesstützpunkt und exzellente Leistungen im Training keinesfalls für die Nominierung in eine Nationalmannschaft ausreichend. Im Rudern mit seinen vielfältigen physiologischen und externen Einflussfaktoren ist eine Vielzahl von Überprüfungen erforderlich, um die Besten für die Besetzung der Auswahlboote zu finden.

Getreu der alten Ruderweisheit „Medaillen werden im Winter gewonnen“ muss man bereits Herbst des Vorjahres voll dabei sein, wenn es im Sommer für ein DRV-Boot reichen soll.

Der Jahres-Trainingszyklus beginnt normalerweise im September. Zunächst stehen eher lockere Ausdauerinheiten auf dem Plan, um den Körper nach der ca. vier- bis fünfwöchigen Sommerpause wieder an die Trainingsbelastung zu gewöhnen. In diese Zeit fallen auch die Herbstregatten, z. B. Landes- und Norddeutsche Meisterschaften, der Herbst-Cup oder Deutsche Sprintmeisterschaften, sodass für die Kadersportler ein Teil des Trainings auch in Vereinsmannschaften stattfindet. Ab Mitte Oktober bereitet man sich dann zunehmend zielgerichtet auf die ersten 2.000m-Tests auf dem Ergometer und die Herbst-

langstrecken Ende November/Anfang Dezember vor. Danach werden um den Jahreswechsel, bzw. im Januar/Februar in der Regel mehrwöchige Athletik- oder Wassertrainingslager in Südeuropa abgehalten, um trotz der Eisperiode rudern zu können. Im Gegensatz zu anderen Ländern ist es für deutsche Leistungssportler unüblich, im Winter an Head-Races teilzunehmen. Die ersten Pflicht-Regatten stehen im Ende März mit einer erneuten Langstreckenregatta an. Ca. zwei bis drei Wochenenden steht ein erster Höhepunkt an: Auf den Deutschen Kleinbootmeisterschaften (Kleinboot = Einer und Zweier ohne Stm.) werden die nationalen Ranglisten über die olympische Distanz von 2.000m ausgefahren.

Gerade für die U23- und A-Senioren sind die Deutschen Kleinbootmeisterschaften von großer Bedeutung, da im Anschluss an die Regatta die vorläufigen Nationalboote zusammengesetzt werden, um diese in den folgenden Wochen auf internationalen Regatten und World Cups gegen die internationale Konkurrenz zu testen. Die U23-Nationalmannschaft hat ihren abschließenden Qualifikationswettkampf im Rahmen der Deutschen Jahrgangsmesterschaften U23 (früher Eichkranz), während die A-Senioren nur bei Bedarf zu einer erneuten internen Rangliste antreten müssen.

Analog zur U23-Klasse haben die A-Junioren ihren vorläufigen Saisonhöhepunkt bei den Deutschen

Jahrgangsmesterschaften U19 (früher Deutsche Jugendmeisterschaften) wo auch das Junioren-Nationalteam benannt wird. Die Junioren müssen jedoch drei Wochen zuvor samt und sonders auf der internationalen Juniorenregatta in Hamburg im Kleinboot antreten, um sich erneut einer Ranglistenregatta zu stellen. Hiernach lassen sich bereits profunde Aussagen über

die Zusammensetzung des Junioren-Nationalteams stellen.

Nach erfolgreicher Qualifikation für eins der DRV-Boote geht es für alles Kaderathleten in mehrwöchige Trainingslager („Unmittelbare Wettkampfvorbereitung“ = „UWV“ genannt), wo sie sich intensiv auf die bevorstehenden Weltmeisterschaften vorbereiten, bevor der Jahreszyklus von vorne beginnt.

Meyer-Entsorgung

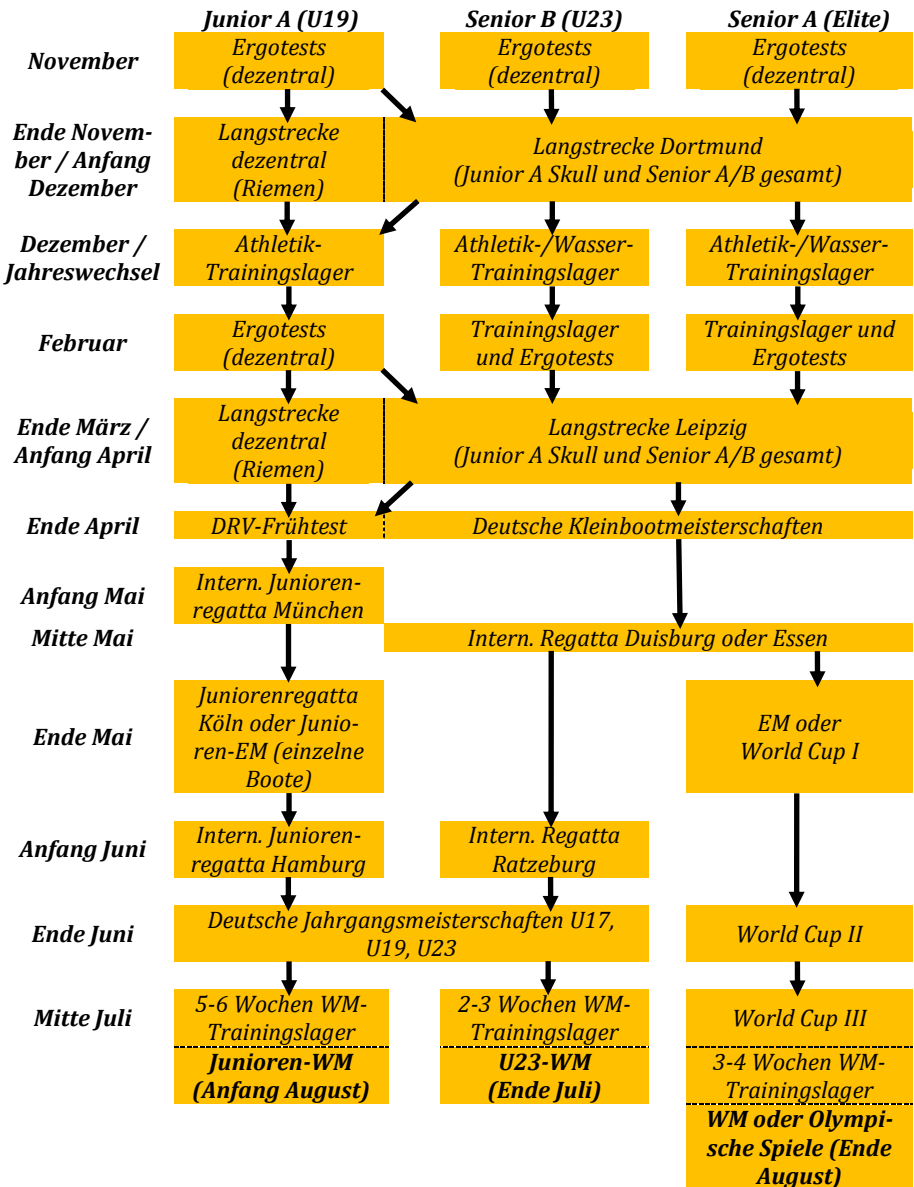


**IHR ENTSORGUNGSPARTNER
IN DER REGION**

• Containerdienst • Rohrreinigung • Entrümpelungen • Miettoiletten

Wir beraten Sie gern!

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



Schematische Darstellung der verpflichtenden Maßnahmen im Saisonverlauf der DRV-Nationalmannschaften

Interview mit einem Olympiasieger – Lauritz Schoof



Quelle: www.rish.de

Nachgeschlagen: Lauritz Schoof

Lauritz Schoof wurde am 7.10.1990 in Rendsburg geboren. 2005 begann er im Rendsburger Primaner Ruderverein mit dem Rudern. Nach dem Umzug in das Sportinternat Ratzeburg 2006 nahm die Ruderkarriere sofort Fahrt auf: Nach Medaillen auf der Junioren-WM (Silber im Vierer ohne 2007 und Gold im Doppelzweier 2008) wurde Lauritz bereits in seinem ersten Seniorjahr U23-Weltmeister im Einer. Dementsprechend ließ die Berufung in die A-Nationalmannschaft nicht lange auf sich warten: Außer während eines kurzen Ausfluges in den Riemenbereich nach den Olympischen Spielen in London sitzt Lauritz seit 2010 im A-Doppelvierer des Deutschen Ruderverbandes. Höhepunkte seiner beeindruckenden Karriere sind sicherlich Olympiagold in London und der A-Weltmeistertitel 2015.

Skulls: Was hat Dich bewogen, mit dem Rudern zu beginnen?

Lauritz Schoof: Ich bin über die Schule zum Rudern gekommen. Eigentlich bin ich ins Rudern rein-gerutscht, da ich neben meinem damaligen Sport mal etwas anderes ausprobieren wollte.

Skulls: Wie lebst Du?

Lauritz Schoof: Ich wohne in einer WG in Dortmund zusammen mit drei anderen Mitbewohnern.

Skulls: Was hat sich durch den Olympiasieg in Deinem Leben verändert?

Lauritz Schoof: Ich habe damit etwas erreicht, mit dem ich früher nicht gerechnet hätte. Das ist ein unheimliches Glück, welches mir widerfahren ist! Sonst lebe ich aber meinen Alltag.

Skulls: Hattest Du nach London ein Motivationsloch oder konntest Du nahtlos weitertrainieren?

Lauritz Schoof: Nach London habe ich erst einmal lange pausiert. Da ich mehr Zeit als sonst in der Uni verbracht habe, hat sich ein Motivationsloch gar nicht erst breit machen können.

Skulls: Du bist 2012/13 zum Riemenrudern gewechselt. Warum?

Lauritz Schoof: Ich wollte mal etwas anderes ausprobieren. Da ich in Dortmund bei den Riemenrudern trainiere, hat es sich angeboten...

Skulls: Warum dann das Comeback im Skullrudern?

Lauritz Schoof: Ich habe gemerkt, dass ich es nicht so gut hinbekommen habe, wie ich gedacht hätte. Aus diesem Grund bin ich zurück zum Skullen gegangen.

Skulls: Comeback geglückt, kann man sagen. Wie verläuft das Olympiajahr?

Lauritz Schoof: Zunächst wird der Aufbau der Saison ähnlich gestaltet. Wir fangen im Herbst langsam an, steigern dann, bis wir schließlich durch hohe Umfänge im Winter in den Trainingslagern an unserer Ausdauer und Technik arbeiten. Da wir in diesem Jahr weniger in die Uni gehen und anderweitige Aktivitäten zurückfahren, versuchen wir natürlich, die uns dafür zur Verfügung stehende Zeit für das Training und die Erholung zu nutzen.

Skulls: Welche Trainingsmaßnahmen stehen demnächst an?

Lauritz Schoof: Momentan sind wir im Trainingslager in Avis in Portugal. Nach der Jahreswende geht es weiter mit Trainingslagern in Italien, Portugal und Spanien.

Skulls: Wie ist zurzeit Dein Tagesablauf?

Lauritz Schoof: Essen, Training, Schlafen.

Skulls: Bleibt Zeit für das Studium, Freunde oder eine Beziehung?

Lauritz Schoof: Jein. Ich versuche zwischen den Einheiten ab und zu etwas für die Uni zu machen. Sonst sind die Abende, wenn nicht ganz so viel Training auf dem Plan steht, für Freunde da.

Skulls: Wie ist zurzeit die Stimmung im Bundesstützpunkt Dortmund, bzw. im DRV-Skullteam?

Lauritz Schoof: Alle sind natürlich sehr angespannt und konzentriert. Ab und an gibt es ein paar Reibereien, aber ich denke, das ist normal.

Skulls: Mal angenommen, Du qualifizierst Dich erneut für die Olympischen Spiele. Worauf freust Du Dich am meisten in Rio?

Lauritz Schoof: Für mich ist es wichtig, überhaupt dabei zu sein und eine gute Platzierung in den Qualifikationstwettkämpfen zu erreichen.

Skulls: ... und abgesehen vom Rudern?

Lauritz Schoof: Olympia ist vielleicht nicht überall in unserer Gesellschaft hoch angesehen, aber doch eins der wichtigsten sportlichen Ereignisse. Da ist es toll, sowas zu erleben. Natürlich ist Rio sicherlich ein attraktives Ziel, wobei sicherlich nicht alles so toll erscheint wie es wirklich ist. Ich denke dabei an die Bedingungen, unter denen die Bevölkerung dort lebt und arbeitet.

Skulls: Gibt es schon Pläne für die Zeit nach dem Rudern?

Lauritz Schoof: Ich werde erst einmal weiter studieren und dann gucken, was es sonst noch gibt.

Das Interview führte Christian Vennemann.

Leistungssport im ORV - ein kurzer Rückblick der letzten 25 Jahre

von Matthias Bergmann

Das Leistungsrudern im ORV unterscheidet sich schon traditionell in der Struktur von dem der meisten deutschen Rudervereine. Durch die starken Osnabrücker Ruderriegen werden unserem Verein in nahezu jedem Jahrgang gut ausgebildete und motivierte Jugendliche zur Verfügung gestellt, sodass ein eigenes Ausbildungssystem im Grunde nicht nötig ist.

Dadurch, ergänzt durch einige Eigengewächse, gelang es dem ORV in regelmäßigen Abstand immer wieder, Sportler an die nationale und internationale Spitze heranzuführen.

Anfang der 90er-Jahre waren es zunächst Jörg Wallenhorst und Mark Stumpe, die sich im Juniorzweier für die JWM qualifizierten. In den weiteren Jahren war es dann vor allem Mark, der sich mehrfach für den Achter der U23 WM qualifi-

zieren konnte und dabei auch zu WM-Gold ruderte.

Nachdem Tobias Rahenkamp im Jahr 1996 die Trainertätigkeit am ORV aufnahm, gelang es ab 1998 wieder Medaillen im Jugendbereich zu errudern. Eine Besonderheit war in den ersten Jahren dabei DJM-Bronze im U19-Vierer mit Stm. 1998 DM-Silber im leichten U23-Doppelvierer, die als reine Vereinsprojekte gewonnen wurden. Der Höhepunkt unter Tobias' Leitung war das Jahr 2004, als sich nahezu die komplette Trainingsgruppe (Tebrügge, Tusch, Ackermann, Tönies, Bergmann, Helmers, Övermann, Puppe) für die entsprechenden Nationalmannschaften qualifizierte. Jan Tebrüggens folgender WM-Sieg 2006 im Deutschlandachter sollte allen Mitgliedern bekannt sein.

Als Tobias 2007 eine Stelle als Landestrainer in Hannover annahm, zeichnete Matthias Bergmann für den Trainingsbetrieb verantwortlich. Erwähnenswert dabei ist das Jahr 2009, als die Trainingsgruppe nationale Titel in allen Altersklassen U17, U19 und U23 gewinnen konnte und sich mit Max Schnitker, Maren Stallkamp, Henri Kuper, Albert Kowert, Felix Övermann und Henning Spreckelmeyer gleich sechs Sportler für diverse Weltmeisterschaften qualifizierten.

Seit 2011 ist nun Martin Schawe der leitende Trainer vor Ort, unter dessen Regie sich bereits Johann Wamhoff, Sebastian Schawe und

zuletzt auch Svenja Bredenförder und Hannah Kleine-Pollmann als Ersatzfrauen für die Junioren-WM empfehlen konnten.

Als Fazit dieses kurzen, die Chronik ergänzenden Rückblick ist festzuhalten, dass - egal wie die äußeren Rahmenbedingungen auch sein mögen - unser Verein immer talentierte Sportler an die Spitze führen kann und wird. Unbestritten ist dabei, dass die Schulen uns dafür

eine exzellente Basis liefern. Schwerpunkt unsere Ausrichtung sollte es also sein, die Schnittstelle Verein – Schule zu füllen und weniger, eine eigene, autarke Jugendabteilung aufzubauen. Insbesondere muss unser Augenmerk auch den Sportlern gelten, die dem Schulrunden entwachsen sind und sich im Bereich der zweiten Wettkampebene engagieren wollen.

Wir bedanken uns bei unseren Inserenten, ohne deren freundliche Unterstützung das Erscheinen der „skulls“ nicht möglich wäre. Wir bitten unsere Inserenten bei Kaufentscheidungen zu berücksichtigen.



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

Silber- und Bronzemedailien auf der World Masters Regatta

von Helga Kalk-Fedeler

Die diesjährige World Masters Regatta zeigte einmal mehr die mannschaftliche Geschlossenheit und technische Stärke der Doppelvierer- und Zweierteams des ORV in Kombination mit den Hannoverschen und Münsteraner Ruderclubs. Langjährige Erfahrung im Masters-Spitzenrudern paarte sich mit Unterstützung durch konkurrenzfähiges Bootsmaterial des Vereins und einer neu angebahnten Trainerbegleitung!



Vollgas am Start (v. l.): Susanne Imhof (HRC), Hans-Günther Tiemann, Andreas Bode & Helga Kalk-Fedeler

Sowohl das Paradeboot des ORV im Männer-Doppelvierer der Altersklasse B (36-42 Jahre) mit Ludger Rasche, Jörg Dellbrügger, Jonas Wenner und Christoph Spratte, als auch der Mixed-Doppelvierer (AK D, 49-54 Jahre) mit Helga Kalk-Fedeler am Schlag und Hans-Günther Tie-

mann und Andreas Bode im Mittel-schiff überzeugten durch zweite Plätze Teams aus der Schweiz bzw. Dänemark.

Starke Mannschaften aus Rudernationen wie Italien im Männerbereich und Brasilien und Großbritannien im Mixed-Rudern wurden jeweils erfolgreich nach der ersten Streckenhälfte angegriffen und bis zur Ziellinie klar geschlagen. Andere Boote aus Südamerika und osteuropäischen Ländern blieben bezüglich des Rennausgangs auf den vorderen Plätzen chancenlos.

Auch im Männer Zweier ohne Steuermann AK E versuchte Hans-Günther Tiemann mit seinem Partner Heinz-Jörg Stehr (Münster) noch einmal alles, um die physisch überlegenen Iren mit rudertechnischer Eleganz und Überraschungseffekt im Endspurt nieder zu ringen – gefeiert wurde vor einem polnischen Duo und anderen internationalen Teams!

Weitere gute 3. bis 5. Platzierungen gegen mannigfaltig anwesende klangvolle Namen in der Konkurrenz erreichten die ältesten Rennruderer des Vereins, Erhard Jagemann und Rolf Mrusek in der Altersklasse I.

Moselpokal und Bocksbeutelregatta

von Gisela Scholz und Rolf Mrusek¹

Der Herbst kann ja so schön sein! Am 26. September hatten wir zum Moselpokal in Bernkastel einen strahlend blauen Himmel, sommerliche Temperaturen, wenig Wind und eine Rekordbeteiligung – rund 220 Boote mit über 1.000 Aktiven hatten gemeldet – mit vielen „alten Bekannten“. Im Abstand von einer Minute ging es in Renn- und Gigbooten auf die 4.000m-Strecke. Wenn dann noch der Sieg im Gig-Doppelvierer der über 65-jährigen gelingt – Ruderherz was willst Du mehr, zumal gegen - von der Papierform und den bisher gemachten Erfahrungen – übermächtige Gegner, wie z.B. dem WSV Honnef und den Koblenzern., die wir alle deutlich hinter uns lassen konnten.



Der siegreiche Masters-Gig-Doppelvierer um Rolf und Erhard

¹ Anm. der Red: Dieser Artikel wurde aus zwei getrennt eingereichten Artikeln zum Moselpokal verknüpft.

OK - wenn wir einen eigenen ORV-Vierer zusammenbekommen hätten, wäre der Glanz für Osnabrück noch stärker gewesen. So teilen wir ihn uns mit dem RHTC Rheine, also mit Horst Veltmann und Wolf-Dieter Kampf und seiner Karin, die uns auf der Ideallinie über die Strecke gebracht hat. Die Siegerehrung wurde von der Weinkönigin von Bernkastel mit vielen tollen Preisen, darunter echten Moselweinen, gekonnt durchgeführt. Abends wurde auf der bekannten Rudererparty bei Live-Musik wie immer ausgiebig gefeiert.



Endlich gelang mal wieder ein Sieg beim Moselpokal: Rolf Mrusek (2. v. l.) und Erhard Jagemann (r.)

Am 17. Oktober waren wir, Erhard und Rolf dann in unserer „Doppelherz“ erneut gefordert. Nach längerer Pause hatten wir mal wieder für die Bocksbeutelregatta in Würzburg gemeldet. Starke Felder – und unter den älteren Semestern im MM 2x konnten wir sowohl Schuster/Sliwonik, Bierwerth/Gantar und Glock/Scheller hinter uns lassen

und am Abend im Julius-Spital mit unseren Mädels die Gläser klingen lassen.



Zur Siegesfeier gehört Wein!

Schon heute laden wir alle Masters, alle Aktiven und alle Jugendlichen ein, beim nächsten Moselpokal am 24. September 2016 mal einen Start über die 4 km zu wagen. Von allen Langstreckenregatten ist der Moselpokal mit dem ganzen Drum und Dran ein echtes Erlebnis. Und wenn man mit einer große ORV-Truppe bei so einer Regatta an den Start ginge, das wäre einfach toll!

Kinder-Lehrgang der Deutschen Ruderjugend in München

von Paul David Leerkamp

Durch meinen Sieg auf der Langstrecke des Bundeswettbewerbs der Kinder wurde mir die Möglichkeit gegeben, an einem Lehrgang meiner Altersklasse in München teilzunehmen.

Nach der Anreise wurden wir auf die jeweiligen Zimmer verteilt. Bei meinen Zimmergenossen handelte sich es um die Zweierfahrer des Hessischen Ruderverbandes. Der nächste Tag startete mit einer allseits beliebten Laufeinheit, danach gab es ein umfangreiches Frühstück. Zweiter Punkt auf der Tagesordnung war eine Ausfahrt mit Video-Aufnahmen durch Marcel Hacker auf der Olympia-Regattastrecke. Nach dem Training folgte die Auswertung.

Die dritte Einheit bestand wiederum aus einer Wassereinheit wo wir das zuvor Gelernte anwenden sollten.

Nach dem Abendessen ging es dann um 22:00 ins Bett.

Dieser Ablauf, der die Struktur des Trainingstages bildete, lag auch den folgenden Tagen zugrunde.

Ausnahmen bildeten eine Rudereinheit auf dem Starnberger See in mehreren Riemenbooten und eine Stadtrallye in München. Nach einer Woche folgte leider am folgenden Sonntag die Rückreise nach Osnabrück.

Tolle Zeiten beim Ergo-Cup

von Christian Vennemann

Nach einjähriger Pause fand am 12.12.2015 endlich wieder der Osnabrücker Ergo-Cup statt. Das Organisationsteam um Martin Schawe hatte ganze Arbeit geleistet: Die Technik und der Ablauf funktionierten reibungslos und es konnten viele tolle Zeiten errudert werden. Tagesschnellster war ORV-A-Junior Marcel Teckemeyer in starken 6:10 Minuten auf der 2000m-Distanz.



Der Ergo-Cup sorgte einmal mehr für eine volle Gymnastikhalle

Nach dem Ausfall im vergangenen Jahr war abzusehen, dass man

(noch) nicht die Teilnehmerrekorde der Vergangenheit erreichen würde, dennoch fand eine ansehnliche Zahl an Schul- und Vereinsrudernern aus der Region den Weg in die ORV-Sporthalle, darunter erstmals auch die noch junge Ruderriege des Gymnasiums Bad Essen.

Auch in der laufenden Wintersaison ist der Osnabrücker Ergo-Cup wieder Auftakt der niedersächsischen Ergometer-Landesmeisterschaft und des LRVN Talente-Cups. Im Januar und Februar kann man sich noch auf den Ergo-Cups in Hannover, Wolfsburg und Emden mit einer guten Zeit um den Landesmeistertitel bewerben. Kinder können am Talente-Cup teilnehmen und die Landestrainer so auf sich aufmerksam machen.

Erste „Duftmarken“ wurden bereits am 12.12. vor allem durch unsere A-Junioren gesetzt. Auch Youngster Paul David Leerkamp zeigte im Rennen der 14-Jährigen mit einer starken Zeit von 3:20 Minuten über 1.000m, dass mit ihm in Zukunft zu rechnen sein wird.

Man darf also sagen, der Neubeginn wurde gemeistert und die Verantwortlichen können frohen Mutes in die Zukunft blicken.

Ergebnisse der Herbstregatten²

Bundesfinale „Jugend trainiert für Olympia“ in Berlin (22.-24.9.2015):

- BUNDESSIEG im WK II-Schüler-Achter: Ratsgymnasium (Johannes Feisner, Justus Dauer, Lars Jung, Henning Köncke, Hinrich Riesmeyer, Marcel Teckemeyer, Jonathan Reitenbach, Lukas Frederichs, Stf. Caroline Duning)
- BUNDESSIEG im WK II-Schüler-Gig-Doppelvierer mit Stm.: Gymnasium Carolinum (Jonas Krimpenfort, Timo Strunk, Paul Seiters, Moritz Willmann, Stf. Cosima Seibert)
- 4. Platz im WK II-Schüler-Gig-Vierer mit Stm.: Gymnasium Carolinum (Robin Mahrig, Finn Emke, Jonathan Andres, Simon Weltzel, Stf. Katja Pfaffenrot)

Langstreckenregatta „Um den Grünen Moselpokal“ in Bernkastel-Kues (26.9.2015):

- SIEG im Masters-Gig-Doppelvierer AK G: Rolf Mrusek, Erhard Jagemann (in Rgm.)
- 3. Platz im Masters-Achter AK H: Erhard Jagemann (in Rgm.)
- 5. Platz im Masters-Einer AK G: Bernd Scholz

Norddeutsche Meisterschaften in Hamburg (26./27.9.2015):

- 4. Platz im Männer-Einer: Christian Vennemann

Herbst-Cup in Essen-Kettwig (17./18.10.2015):

- SIEG im Masters-Männerachter: Jonas Wenner (in Rgm.)

Fari-Cup in Hamburg (8.11.2015):

- 2. Platz im Männer-Doppelvierer mit Stm.: Tim Tolhuysen, Bernd Scholz, Michael Franke, Andreas Rechtien, Stm. Finn Köhne
- 2. Platz im Masters-Gig-Doppelvierer mit Stm. AK B: Christoph Spratte, Jonas Wenner, Ludger Rasche, Jörg Dellbrügger, Stm. Paul Leerkamp
- 2. Platz im Masters-Gig-Vierer mit Stm. AK H: Robin Ellinghaus (in Rgm.)



² Sofern kein gesonderter Bericht vorliegt.

NRW-Herbstlangstrecke in Oberhausen (22.11.2015):

- Platz 2 im Juniorinnen-Zweier ohne Stf. A: Svenja Bredenförder/Hannah Kleine-Pollmann
- Platz 3 im Junior-Zweier ohne Stm. A: Marcel Teckemeyer/Jonathan Reitenbach
- Platz 4 im Männer-Einer: Tim Tolhuysen
- Platz 8 im Juniorinnen-Zweier ohne Stf. A: Lena Löpker (in Rgm.)
- Platz 8 im Junior-Zweier ohne Stm. A: Moritz Willmann/Paul Seiters

DRV-Langstrecke in Dortmund (29.11.2015):

- Platz 16 im Frauen-Einer: Pia Greiten
- Platz 21 im Frauen-Zweier ohne Stf.: Johanna Heile (in Rgm.)



ARTLAND
BRAUEREI

ORV-Regattaplan 2016

Wann?	Was?	Wo?	Wer?
31.1.	NWRV Indoor-Cup	Essen	
12.3.	NWRV-Langstrecke	Oberhausen	Leistungssport Jun. Riemen
12./13.3.	Heineken Roeivierkamp	Amsterdam	2. WKE-Jun./Sen./ Mast.
19./20.3.	Head of the River Amstel	Amsterdam	2. WKE Sen./Mast.
2./3.4.	DRV –Langstrecke	Leipzig	Leistungssport Jun. Skull/Sen.
9./10.4.	Internationale Regatta	Gent	Leistungssport/2. WKE/Jun./Sen./Kind.
15.-17.4.	Deutsche Kleinbootmeisterschaften/ Frühtest	Köln	Leistungssport Jun./ Sen.
6.-8.5.	Int. Junioren-Regatta	München	Leistungssport Jun.
7./8.5.	Regatta	Bremen	B-Jun./Sen./Kin./ Mast.
21./22.5.	Juniorenregatta	Köln	Leistungssport Jun.
28./29.5.	Kinder-Landesentscheid	Noch unklar	Kinder
28./29.5.	DRV Masters-Championnat	Werder	Masters
3.-5.6.	Int. Junioren-Regatta	Hamburg	Leistungssport Jun.
4./5.6.	Int. Regatta	Ratzeburg	Leistungssport Sen.
23.6.- 26.6.	Deutsche Jahrgangsmeyerschaften U17/U19/U23	Essen	Leistungssport Jun./Sen.
30.6.-3.7.	Bundeswettbewerb	Salzgitter	Kinder

Wann?	Was?	Wo?	Wer?
9./10.7.	Junioren-EM	Trakai	Nach Nominierung
6.-14.8.	Olympische Regatta	Rio de Janeiro	
20./21.8.	Landesmeisterschaften	Wolfsburg	Jun./Sen./Mast.
21.-28.8.	U23- und Junioren-WM	Rotterdam	Nach Nominierung
3./4.9.	Regatta	Leer	Alle
8.-11.9.	World Masters Regatta	Kopenhagen	Masters
24./25.9.	Norddeutsche Meisterschaften	Hamburg	Jun./Sen./Mast.
1./2.10.	Baltic Cup	Hamburg	Nach Nominierung
8./9.10.	Deutsche Großboot- und Sprintmeisterschaften	Krefeld	Jun./Sen./Mast.
15./16.10.	Herbst-Cup	Essen	2. WKE Jun./Sen./Mast.

**Die nächste Ausgabe der „skulls“ erscheint im Mai 2016
 Redaktionsschluss ist der 20.04.2016. Beiträge bitte an
skulls@orv.de oder durch Abgabe im Geschäftszimmer.
 Wir bitten insbesondere um Beiträge zum Titelthema
 „Bootsbau“.**

Leine los!

von Jochen Kruse und Michael S.

„Leine los“ hieß es am 14. Juni für die Mittwochs-Truppe gegen Mittag in Neustadt am Rübenberge. Zuvor hieß es jedoch, einen geeigneten Platz zum Einsetzen der Blauen Flotte zu finden, was sich als schwieriger erwies, als es Google Maps erahnen ließ. Letzten Endes konnten wir die Boote am südlichen Ende der Leinestraße nach Passieren einer Kuhweide an der steilen, zum Glück aber steinfreien Böschung der Leine zu Wasser bringen. Mit voller Besatzung und guter Strömung ging die Truppe, verstärkt durch Peter D., die ca. 50 km des ersten Wanderfahrten-Tag des Jahres bis Hodenhagen an.

Fast die einzige Möglichkeit zum „schlammfreien“ Anlegen und Aussteigen am Leineufer fand sich unter der Straßenbrücke bei Niederstöcken. Kurzweg wurde die Stelle dann auch für die anstehende Mittagspause genutzt, wo uns dann allerdings auch der einzige stärkere Regenschauer der Wanderfahrt überraschte. Die Leine-Landschaft gleicht einer Mischung aus oberer Ems (Greven – Emsdetten) und Hase: Sie ist ca. 5 m tief in die flache Landschaft eingeschnitten und mäandert recht stark. In Höhe der empfehlenswerten Sportpension in Hodenhagen, wo wir diesmal sehr komfortabel in Betten übernachteten, legten wir in einer kleinen Bucht an der Aller an und ließen die

Boote über Nacht in einer Mulde liegen, gut geschützt vor neugierigen Blicken von der nahe vorbeiführenden Straße, jedoch nicht ohne sicherheitshalber die Fahnen und Enterhaken mitzunehmen. Nach einem kurzen Fußweg erreichte die Gruppe die Pension, während die Fahrer die Autos nachholten. Der Tag zog sich recht lange hin, sodass wir erst gegen 21:00 Uhr beim Griechen zum Essen einkehren konnten.



Nach ruhiger Nacht und ausgiebigem Pensionsfrühstück sollte es am Sonntagmorgen weitergehen. Wie es sich für ein inzwischen eingespieltes Team gehört, wussten die Autofahrer, was sie nach ihrer Rückkehr vorfinden würden: Keine Ruderer, denn die hatten bereits Richtung Rethem abgelegt, stattdessen aber den komplett vorbereiteten „Onkel Walter“, mit dem sie umgehend die Verfolgung aufnehmen. Bevor sie aufschließen konnten, gab es bei herrlichem Ruderwetter Einiges zu sehen. Zur Belohnung für die schnelle Aufholjagd wurden bei Bosse die Boote auf dem Wasser verkeilt, um endlich die reichlich vorhandenen Prinzenrol-

len-Kekse – so viel Werbung muss sein! – zu verspeisen. Ein besonderes Highlight unterwegs war sicher eine Wasserbüffel-Herde, die sich wohligh im Wasser (wo sonst?) räkelte und die mit geringstem Abstand konfliktfrei passiert werden konnte. Etwas weiter stromab erfuhren wir an einem idyllischen Gasthof, der uns Steg und Wiese für die Mittagspause bot, auch die Zweckbestimmung der Tiere: Büffel-Burger, ganz oben auf der Speisekarte!

Am Ziel Rethem angekommen waren Dank der mittlerweile erworbenen Routine die Boote schnell verladen und auch das finale Waschen der Boote am Bootshaus ging schnell, sodass um 18:00 Uhr eine interessante, abwechslungsreiche und lehrreiche (...man kann auch dicht am Ufer in der Leine nicht stehen; anlegen immer gegen den Strom; die Boote treiben immer in die Außenkurve, ...) Wanderfahrt zu Ende ging.

Sieben Flüsse in zwei Tagen: Wanderfahrt Barßel, Friesland

von Sylvia Helmers

Die zweite Ruderwanderfahrt der „Mittwochsgruppe“ in diesem Jahr führte uns (Jochen, Hans-Günter, Dieter, Andreas S., Andreas R., Michael, Björn, Lukas, Charly und Sylvia) ins beschauliche Barßel nach Friesland. Für mich war es die erste

Wanderfahrt und von daher mit einer gewissen Aufregung besetzt. Mit gewohnt optimaler Vorbereitung starteten wir bei schönstem Sommerwetter am Freitag den 01.08. gegen 17:00 Uhr und erreichten Barßel planmäßig. Die „Blaue Flotte“ mit den Booten „Aller“, „Danzig“ und „Onkel Walter“ wurden zügig zusammengebaut. Nebenher wurde das gemütliche und komfortabel ausgestattete Bootshaus (eine Küche mit Geschirrspüler!) inspiziert und jeder konnte seinen Schlafplatz herrichten. Zum Abendessen kehrten wir im Restaurant „Pazifik“ (asiatische Küche) ein. Dieter hielt Wache am Bootshaus und „verholte“ sich zum Musikhören in sein Auto. Ein letztes Bier wurde draußen bei Gitarren- und Akkordeon-Klängen genossen. Für den kommenden Tag standen ca. 64 km an.

Nach einem ausgiebigen Frühstück legten wir pünktlich mit Hochwasser um 08:30 Uhr ab um die Tide optimal zu nutzen. Mir wurden Dieter und Hans-Günter für das Boot Aller zugelost. Der sogenannte „Kielschweinschein“ war bei Dieter abgelaufen, so dass Hans-Günter zunächst neben mir als Steuerfrau die Fortbewegung des Bootes übernahm. Das System erwies sich als kräfteschonend und effektiv. Es wurde rumgealbert und ein Jeder konnte seiner Fantasie freien Lauf lassen. Über das Barßeler Tief und die Dreyschlot erreichten wir die Leda, die sich durch die reizvolle

Landschaft schlängelte und so konnten wir unsere Seele baumeln lassen. Gegen 12:00 Uhr erreichten wir den Anleger in Leer (ca. 2,5 km vom Stadtzentrum entfernt). Beim Anlegen hatten wir mit der Strömung zu kämpfen, so dass ein zweiter Anlauf notwendig wurde. Die Krönung der anschließenden Mittagspause war ein von Lukas selbstgebackener Sandkuchen der leckerer nicht sein konnte. Vom Anleger machte sich ein Großteil auf zum Eis essen nach Leer. Gegen 14:30 Uhr wurde tidengerecht abgelegt und es ging mit dem auflaufenden Wasser zurück über die Jümme nach Barßel. Angeregt durch Dieter probierte ich mich als Kielschwein. Nachdem auch ich den Kielschweinschein erfolgreich absolviert hatte, machte das Rudern doppelt Spaß. Die letzten Kilometer ruderte ich die nun ruhige Besatzung zum Anleger des Rudervereins. Nach dem Anlegen nutzten alle (mit oder ohne Badehose) die Gelegenheit zu einem erfrischenden Bad in der Soeste. Frisch geduscht und hungrig machten wir uns auf zum Hafen Barßel. Jochen hatte für uns im Restaurant „Queen of Texas“ reserviert. Nach einigem Warten wurden wir dann aber mit guten Steaks und stilgerechtem Outfit der Bedienung (Cowboyhüte, Miniröcke, Stiefel) belohnt. Die meisten von uns verholten sich nach einem wunderschönen und erfüllten Rudern Sommertag noch vor Mitternacht in die Schlafsäcke.



Der Nordloher Kanal

Am Sonntag hieß es dann nochmals ablegen zu einer Rundtour um Barßel (Soeste – Jümme - Aper Tief - Nordloher Kanal - Barßeler Tief - Soeste) und zurück zum Bootshaus (26 km).

Die Verlosung teilte mir Onkel Walter zu und ich versuchte mich zunächst als Steuerfrau.

Auch am Sonntag ruderten wir bei bestem Wetter eine Tour in wundervoller abwechslungsreicher Landschaft, trafen ab und zu auf Paddelboote und Angler. Die Ruhe wurde allenfalls durch wenige Motorboote gestört.



Die Blaue Flotte auf der Soeste am Barßeler Hafen

Trotzdem war ich froh gegen Mittag das Bootshaus in Sicht zu haben, zumal meine Hände die eine oder andere Blessur aufzeigten und das

Sitzen zusehends schmerzvoller wurde.

Es war eine optimal vorbereitete und tolle Ruderwanderfahrt in harmonischer Gemeinschaft.

Ich kann nur jedem empfehlen mitzukommen. Vielen Dank das ich dabei sein durfte.

Erstlingsfahrt auf der Ruhr

von Regina Ehlers

Nach im Sommer 2014 erfolgreich absolviertem VHS-Anfängerkurs entschied ich mich, dem ORV beizutreten.

Als dieses Jahr im Sommer der Wiedereinstieg geschafft war, hörte ich von dieser Wanderfahrt. Das Interesse war geweckt, aber eine genaue Vorstellung hatte ich nicht. Bei einem unserer wöchentlichen Rudertreffen wurde ich von Jochen angesprochen, ob ich nicht Zeit und Lust hätte an der Wanderfahrt auf der Ruhr teilzunehmen. Es wären

noch einige Plätze frei. Nach etwas Bedenkzeit und einigen Zusprüchen anderer Ruderer (das ist eine wunderschöne Tour) war ich mutig und sagte zu.

Nach und nach wurden die Details der Tour bekannt: Insgesamt fast 60 km Rudern an zwei Tagen (bislang war ich nur 10 – 20 km in der Woche gerudert). Hatte ich mir da nicht doch zu viel zugemutet und würde ich die anderen Mitrunderer im Zweifel nicht nur aufhalten? Solche Gedanken gingen mir durch den Kopf. Endlich war es soweit, das Ruderwochenende rückte näher. Diverse Wetter-Apps machten im Vorfeld Hoffnungen auf ein warmes, trockenes, sonniges Wochenende zu Nichte. Kälte verbunden mit viel Regen war angekündigt. Leise Bedenken, ob ich die richtige Entscheidung getroffen hatte, machten sich breit. Aber kurzfristig absagen wegen schlechtem Wetter – da hat man doch so seinen Stolz. Also stand ich am Samstagmorgen mit elf weiteren Mitrunderern



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

(Anja, Christiane, Vera, Claudia, Jochen, Björn, 2 x Andreas, Michael, Rüdiger und Peter) etwas verschlafen auf dem Parkplatz beim ORV.Gepäck und Personen wurden auf die Autos verteilt und es ging los Richtung Herdecke. Nach ca. zwei Stunden Fahrzeit war der Startpunkt erreicht. Es war kaum zu glauben, die Sonne schien durch die Wolkenfelder. Nach ca. 45 Minuten lagen die vier Boote der Blauen Flotte im Wasser.

Dann gab es die große Losrunde, wer mit wem im Boot saß. Vier Profis waren gesetzt. Bei dieser Glücks-

runde (allesamt sehr sympathische Mitrunderer) konnte man aber nur gewinnen. Ich war mit Björn und Andreas im Boot, beides erfahrene Ruderer. Erleichterung machte sich breit. Björn und ich machten den Anfang beim Rudern, während Andreas steuerte. Kurz nach dem Start fuhren wir unter dem sehr imposanten Ruhrviadukt in Herdecke durch. Danach mündete die Ruhr in den Hartkortsee. Große Flächen des Sees waren leider mit zahlreichen Wasserpflanzen angereichert, die das Rudern um einiges erschwerten.



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

Dazu kam auch der erste kurze Schauer. Am Ende des Sees lag die Stadt Wetter, wo uns auch das Erste der zahlreichen Stauwehre (Wasserkraftwerk Wetter) erwartete. Es hieß aussteigen, das Boot aus dem Wasser holen, auf den mitgeführten Bootswagen hieven und vorbei am Wehr zur Einstiegsstelle rollen.



An der Staustufe in Wetter

Hier wurde mir bewusst, wie schwer die Boote der blauen Flotte eigentlich sind. Im Nachgang vermutete, dass ich den Muskelkater im Schulterbereich nicht vom Rudern hatte, sondern von dem vielfachen Tragen der Boote und des Gepäcks. Nachdem die erste Hürde geschafft war, ging es weiter auf der Ruhr in Richtung Witten. Wir fuhren durch eine sehr idyllische Flusslandschaft mit vielen Wasservögeln. Man war sich überhaupt nicht mehr bewusst war, dass man sich mitten im Ruhrgebiet befand. Gegen Mittag erreichten wir den Ruderclub Witten, der direkt am nächsten Wehr (Wasserkraftwerk Hohenstein) lag. Das Umtragen der Boote gestaltete sich

hier schwieriger, da es sich um eine Böschung mit Gefälle handelte.



Umtragen in Witten

Nach der Mittagspause starteten wir als erstes Boot. An das Steuern musste ich mich zunächst gewöhnen, auch weil es kurz nach dem Start einige leichte Strudel gab. Nach ca. einer Stunde erreichten wir die Herbeder Schleuse und die Boote mussten wieder mit dem Bootswagen transportiert werden. Mittlerweile hatte es kräftig und ausdauernd angefangen zu regnen. Aber es gab auch noch ein paar weitere Leidensgenossen auf der Ruhr in Form von durchnässten Kanufahrern, die sich das Wetter durch diverse mitgeführte Getränke etwas verschönerten. Schnell ging es weiter und nach kurzer Zeit erreichten wir den Kemnader See. Da der See nicht gerade klein ist, stellte sich für uns die Frage wo es entlang gehen sollte. Jedes Boot hatte einen detailliert ausgearbeiteten Routenplan von Jochen erhalten. Dieser Plan lag praktischerweise bei uns irgendwo zwischen unserem Gepäck und war

somit nicht erreichbar. Also steuerte ich das Boot glücklicherweise an der rechten Seite des Sees entlang. Das uns folgende Boot wählte die linke Seite und hatte hier mit vielen Wasserpflanzen zu kämpfen. Am Ende des Sees erwartete uns das Kemnader Wehr, diesmal mit Bootsgasse. Für mich war es eine Premiere und ich war schon etwas aufgeregt, was mich da erwartete. Nach dem Motto „Augen zu und durch, wird schon schief gehen“ es soweit ganz gut bis auf einen kleinen Auslegerwand mit der Betonwand. Die anderen drei Boote folgten und es ging weiter.



„Sauwetter“ vor Herbede

Nach kurzer Zeit erreichten wir das nächste Wehr (Schleuse Blankenstein). Diesmal mussten die Boote wieder transportiert werden. Das Ganze zog sich etwas, da sowohl der Weg länger als auch die Stelle zum Wiedereinsetzen nicht so ideal waren. Aber immerhin hatte es aufgehört zu regnen. Hattingen, unsere Übernachtungsstelle rückte näher.

Aber es gab noch eine Prüfung für uns. Starkregen!

Gefühlte Stunden später erreichten wir, als erstes Boot die Anlegestelle des Hattinger Rudervereins. Den mussten wir allerdings etwas suchen, weil der Routenplan von Jochen weiterhin zwischen dem Gepäck weilte. Nach und nach trudelten auch die anderen Boote ein. Alle waren nass und unterkühlt. Jeder wollte nur noch schnell ins Vereinsheim und duschen. Aber wo war das Vereinsheim? Oben auf dem Berg, ach was. Und unsere Boote? Auch die mussten auf dem Berg. Es war nicht zu fassen. Mit einer alten Seilwinde (geschätzt aus den 40er- oder 50er-Jahren) mussten die Boote auf dem Bootswagen nach oben gezogen werden. Das war schon sehr anstrengend. Aber immerhin erwartete uns ein gemütliches warmes Vereinsheim mit guten sanitären Anlagen (die vermisse ich beim ORV). Die heiße Dusche weckte wieder die Lebensgeister und es ging zum gemütlichen Teil in ein nahe liegendes Restaurant. Wir ließen uns es gut gehen. Nach dem Essen machte sich allerdings die Müdigkeit breit und bald darauf erfolgte die Rückkehr ins Vereinsheim. Der Tag war sowohl körperlich als auch wettertechnisch eine echte Herausforderung.

Der nächste Morgen startete mit einem schönen gemütlichen Frühstück in geselliger Runde. Es fehlte an nichts, weil Peter frische Brötchen mitbrachte und Jochen an alles

gedacht hatte. Auch der Himmel schien nicht mehr ganz so trüb, wie am vorherigen Tag zu sein.

Ruck-zuck erwartete uns die erste Herausforderung des Tages. Die Boote und alles was dazu gehörte, musste wieder vom Berg hinunter zum Anlieger transportiert werden. Ich glaube, in Hattingen wäre ich kein Rudermitglied geworden...

Kurz vor dem Start wurde wieder gelost. Björn und ich saßen wieder zusammen in einem Boot, aber wir hatten einen neuen dritten Mann, Jochen. Angesichts der geballten Ruderkompetenz an Bord machte ich mir um die nächste Bootsgasse an der Schleuse Hattingen, die direkt nach dem Start folgte, keine Sorgen mehr. Hier gab es im Vorfeld von einem Mitglied des Hattinger Rudervereins den Hinweis, nicht die Bootsgasse zu nehmen, da sie zu gefährlich sei. Unser Boot machte die Vorhut und ruderte langsam an die Bootsgasse heran um sie zu begutachten. Von Jochen kam das okay und los ging es. Es machte richtig Spaß. Nur der Vollständigkeit halber, ich steuerte. Auch die anderen drei Boote folgten unserem Beispiel und rutschten die Bootsgasse problemlos herab. Wenig später kam die nächste Herausforderung. Die Ruhr wurde etwas wild. Strömungen und einige Strudel erforderten erhöhte Konzentration beim Steuern. Aber auch hier hatte ich beste Unterstützung von Jochen. Danach wandelte sich die Ruhr in ein Naturparadies. Wir fuhren durch

den Ruhrbogen in das Naturschutzgebiet „Ruhraue Hattingen-Winz“. So viele verschiedene Wasservögel (Kormorane, Fischreiher und sogar einen Eisvogel) an einem Fluss mitten im Ruhrgebiet, kaum zu glauben! Das war eine entspannte Fahrt und es regnete auch nur wenig. Auch die Passage der drei folgenden Bootsgassen an der Schleuse Dahlhausen, am Wehr an der Horster Mühle und der Schleuse Spillenburg klappten problemlos.



Bootsrutsche am Spillenburger Wehr

Dort tauschte ich mit Björn und ruderte mit Jochen zusammen bis zum Anfang des Baldeneysees. Hier beschlossen wir eine Mittagspause bei einer der zahlreichen Wassersportvereine einzulegen. Dann begann unsere letzte Etappe über den Baldeneysee. Von diesem See hatte ich schon einiges gehört, aber ihn noch nie gesehen. Landschaftlich ein Highlight. Die berühmte Villa Hügel der Familie Krupp habe ich leider nicht ausfindig machen können.

Kurz bevor wir unsere Ausstiegsstelle erreichten, wurde es plötzlich sehr dunkel. Wer hätte es gedacht, noch einmal zum Abschied ein kräftiger Regenguss. Nach dem Verladen verließen wir Essen dann bei blauem Himmel und Sonnenschein. Das hätte ich mir auch während unserer Zeit auf dem Wasser gewünscht. Am späten Nachmittag erreichten wir wieder Osnabrück. Nach kurzer Reinigung der Boote ging es dann nach Hause.

Im Nachhinein hat mir, trotz des sehr bescheidenen Wetters, diese Wanderfahrt sehr gut gefallen und der Spaß kam auch nicht zu kurz. Das lag an den sympathischen Teilnehmern dieser Tour und auch an der Superorganisation von Jochen.

Vielen Dank.



Laden im
App Store

ANDROID APP BEI
Google play



GiroLive

Alle Vorteile mobil erleben!
Mit der GiroLive-App.

 **Sparkasse
Osnabrück**

Erleben Sie mehr Leistung, mehr Service, mehr Vorteile – mit der GiroLive-App auch mobil. GiroLive- und GiroLive young-Kunden entdecken ihre Vorteile, erfahren die neuste Informationen und erhalten die beste Übersicht über alle exklusiven Leistungen. Die GiroLive-App gibt es kostenlos fürs iPhone und für Android-Smartphones. Einfach im Apple App Store oder bei Google play vorbeischaun und los geht's! www.sparkasse-osnabrueck.de/girolive-app



RUDERSCHUHE

www.ruderschuhe.com



ab 80,99 €

Hochwertige Klettverschlüsse

Stabile & biegsame Sohle

Korrosionsbeständige Metallösen

Hoodie

ab 39 €



Hochwertige Materialien

Hoher Tragekomfort

Kultiges Ruderdesign

www.jlsport.de

info@jlsport.de

Tel.: +49(0)7541/978 26272