Mitteilungen der Rudergesellschaft Speyer

Ruderblatt

Ruderblatt 2022 | Sommerheft

Inhalt

Vorstandsteam
Vorwort des Ersten Vorsitzenden ... 3
Bericht des Verwaltungsvorsitzenden ... 4
Vielen Dank an Beate! ... 6
Vielen Dank an Elke! ... 6
Martina Schott verlässt das Vorstandsboot ... 7

Leistungssport
13 Medaillen in der Deutschen Meisterschaftssaison 2022 ... 8
Trainingslager in Gent / Brügge, Belgien ... 12
Aus dem Reffenthal auf die Weltbühne des Rudersports ... 13
Regattaleben mit Leichtgewichten und solchen, die essen dürfen ... 14

AmateurChamps – Regatten
Endlich wieder EUREGA! ... 14
Langstrecke 2022 – die zweite und Sieg-Premiere für die RG Speyer ... 16
Telegramm der Früh- und Hauptsaison 2022 ... 17

Freizeitsport & Wanderfahrten
Unser Highlight im Corona-Winter ... 20
Gemeinsam durchstarten – Die 31-Tage-Challenge-2022 ... 21
RGS-Karfreitags-Ausflug zum „Griechen“ ... 22
Wanderfahrt „Märkische Umfahrt“ ... 23
Vogalonga: Der Löwe brüllt wieder! ... 24
Wanderfahrt Mecklenburgische Seenplatte ... 26
Ein Wanderfahrtklassiker: Der Weser blitzende Welle ... 27
1313 – Auf dem Hardangerfjord in Norwegen (24. Juni bis 4. Juli 2022) ... 29

Aus dem Vereinsleben
Schneewittchen und die sieben Zwerge ... 31
Herzlich Willkommen in der RGS! ... 31
10 Fragen an Werner Griesbach ... 32
Herzlichen Glückwunsch … ... 33
Was macht denn eigentlich … Hannah Wadle? ... 34
Rückmeldungen zu unserem Schnupperkurs ... 36
Vereinskleidung: Krawatte – Ja oder nein? ... 39
Gymnastikstunde der Frauen mit männlicher Verstärkung … ... 40
Glück oder doch kein Glück bei der 13. Kirchbootregatta ... 40
Ideen gefragt! ... 42
Nachruf Claus-Dieter Heller ... 42
Nachruf Uschi Burkhardt ... 43

Ziele und Projekte
Umweltzertifikat ... 44
Kirchboote wieder vermehrt im Reffenthal unterwegs und Aufruf ... 45

Sonstiges
Eure Bilder für das Winterheft! ... 46
Creme Dich ein! ... 46
Ukraine-Hilfe ... 46
Mein erstes Mal ... 47
Bootsnamen erklärt ... 48
Zum guten Schluß ... 48

Impressionen ... 50

Wir danken den Firmen Evonik Industries AG, Hilgard-Apotheke, Thomas Maier Media Design Lingenfeld, Sparkasse Vorderpfalz, Stadtwerke Speyer, Kurt Stahl GmbH, Physiotherapiepraxis Theraneos, Volksbank Kur- und Rheinpfalz für ihre Insertionen.

IMPRESSUM

Herausgeber:
Rudergesellschaft Speyer 1883 e.V.
Im Hafenbecken 11, 67346 Speyer
Erster Vorsitzender: Ingo Janz
Vorsitzender Verwaltung:
Ralf Burkhardt
Vorsitzende Sport: Dr. Claudia Mößner

Redaktion:
Gerd Jakobs, Dr. Franziska Küenzlen
Dr. Markus Prüfe, Dr. Martina Schott,
Angelika Schwager

Layout: Thomas Maier, Media Design, www.m-design.de

Homepage: www.rg-speyer.de

Auflage: 500 Exemplare

Bankverbindungen:
Volksbank Kur- und Rheinpfalz
DE72 5479 0000 0000 0277 07
Sparkasse Vorderpfalz
DE50 5455 0010 0000 0057 02

Bilder: Privat, epd

Vorwort des Ersten Vorsitzenden

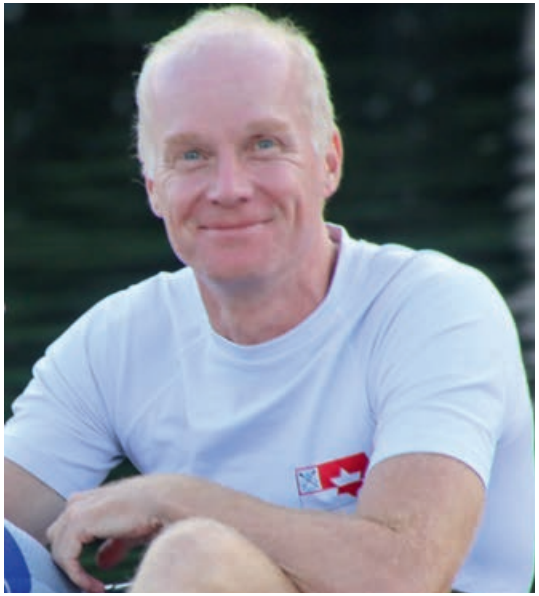
Liebe Mitglieder der
Rudergesellschaft Speyer,
zum Redaktionsschluss sind wir noch vor der geplanten Ordentlichen Mitgliederversammlung und daher sind uns die gewogenen Leser*innen bereits um ein Ereignis voraus. Die Rudergesellschaft Speyer ist wieder auf dem Weg sich neu aufzustellen und wir haben mehr als den halben Weg zu den Vorstandswahlen im nächsten Jahr hinter uns gebracht. Ralf Burkhardt wird ab der Mitgliederversammlung aus der Gremienarbeit aussteigen und Martina Schott und Norbert Herbel verlassen das Vorstandsteam. Herzlichen Dank an euch für eure hoch engagierte und sehr erfolgreiche Arbeit und eure Zeit für die RGS vor und hinter den Kulissen!
Prägend war in der Zusammenarbeit des Vorstandsteams die gute Repräsentation aller Aspekte des Vereinsbetriebs und des Sports. Daher möchte ich hier schon herzlich zu einem Treffen aller an der Vorstandsarbeit interessierten Mitglieder im Herbst dieses Jahres einladen, um Ideen und Macher*innen zu finden, die kleinere und auch größere Aufgaben übernehmen möchten. Der Spaß entsteht mit den neuen Erfahrungen und dem, was wir in die Rudergesellschaft gemeinsam einbringen.
Wenn wir mit offenen Augen und Ohren durch die RGS gehen, sehen wir, was mit Leidenschaft in den letzten Jahren entstanden ist. Eine, die immer auf Tuchfühlung mit der Mitgliedschaft war, auch in Bezug auf die Mitgliedsbeiträge, ist Beate Wettling, der ich herzlich für über 20 Jahre im Amt der Mitgliederverwaltung danken möchte. Eine von Beates letzten Amtshandlungen war, alle 70 Bewerber für Neuaufnahmen persönlich anzurufen! Christine und Falk Bodenstein haben die Aufgabe übernommen und sind Ansprechpartner in Angelegenheiten der Mitgliederverwaltung. Herzlichen Dank.

In sportlicher Hinsicht haben wir ein außergewöhnliches erstes Halbjahr verfolgen können. Wir können uns über die wiedergewonnenen Freiheiten auf unserem Vereinsgelände und im Trainingsbetrieb freuen, und die ersten Feste wie unsere Kirchbootregatta verliefen sehr gesellig. Erfolgreich verliefen die Trainings- und Mannschaftsbildungsmaßnahmen seit dem Winter. Unsere Ruderjugend war auf zahlreichen Regatten im Rennen und konnte bei der Deutschen Jugendmeisterschaft und beim Bundesentscheid im RGS-Trikot glänzen. Danke an das Trainerteam und alle, die in der Organisation dazu beitragen, dass unsere Jugend Orientierung im und Freude am Rudersport mit auf ihren Lebensweg nehmen. Besonders schöne Berichte finden sich in Harald Schwagers Schnellinfo 26/2022 zur Essener Hügelregatta und für die Freunde des fließenden Gewässers in der Schnellinfo 20/2022 zur EUREGA.
Wir sind eine starke Gemeinschaft, die auf den Grundlagen der vergangenen Generationen der Rudergesellschaft Speyer gegründet ist. Lasst uns weiterhin im Sinne der sportlichen Fairness und der Weltoffenheit unseren Sport leben und uns gegenseitig unterstützen.
Mit rudersportlichen Grüßen,

Ingo Janz

Bericht des Verwaltungsvorsitzenden

Liebe Mitglieder,
wie in der Schnellinfo 18/22 kommuniziert, wird mein offizielles Ende als Verwaltungsvorsitzender nach der OMV 2022 Wirklichkeit. Mein deutlich erweiterter Verantwortungsbereich im beruflichen Umfeld lassen eine Vereinsarbeit im geschäftsführenden Vorstand nicht mehr zu, gerne im persönlichen Gespräch mehr dazu.
Nachfolgend beschreibe ich, welche Aufgaben in den Verwaltungsbereich fallen und von mir die letzten Jahre durchgeführt wurden. Es sind sicher einige Aufgaben dabei, die auf mehrere „Schultern" in Zukunft verteilt werden können, und ich werde gerne im Hintergrund auch weiter mithelfen.



Aktuell vorhandene Organisation und Dokumentation:

- Alle wichtigen Verträge sind aktualisiert und im Original in einem eigenen Ordner und im digitalen Format vorhanden.
- Wichtige Dokumente, die unsere Standorte im Hafenbecken und im Reffenthal betreffen, sind im Original in einem eigenen Ordner und im digitalen Format vorhanden.
- Die Protokolle und Unterlagen der erweiterten Vorstandssitzungen und Mitgliederversammlungen sind seit 2017 im Original und digital vorhanden. Die OMV-Protokolle wurden bis 1992 zurück recherchiert und sind im digitalen Format vorhanden.
- Als Anstellungsverhältnisse haben wir Übungsleiter, Bufdis, Minijobber und Midijobber seit 2017 in verschiedenen Zeiträumen beschäftigt. Für die Beschäftigungsverhältnisse sind die Verträge vorhanden. Im Jahr 2021 wurde eine Prüfung der LVA bzgl. der Sozialversicherung durchgeführt und ohne Beanstandungen bewertet.
- Regelmäßiges Finanzcontrolling: Durch unseren großartigen Neubau im Reffenthal existieren Verbindlichkeiten bei der Sparkasse und der Volksbank. Mit einer regelmäßigen automatisierten Auswertung der Finanzsituation und einer Forecast-Betrachtung ist es über das ganz Jahr möglich, die Finanzsituation einzuschätzen.
- Der RGS-Parkplatz vor dem Porto Vecchio ist sehr wichtig und bedarf einer besonderen Aufmerksamkeit. Glücklicherweise übernimmt das ganze Management die Yachthafen GmbH um die Familie Gard. Vielen Dank, der Verein könnte dies nicht leisten.
- Die Steuererklärungen und Bilanzen seit 2017 sind im digitalen Format vorhanden und wurden kontinuierlich optimiert.
- Weitere nicht so wichtige Dokumentationen wie Kommunikation mit der Stadt, SWS, VBG, Knappschaft, Schnellinfos, Beschaffungsquellen usw. sind weitestgehend vorhanden.

Regelmäßige Aufgaben des Verwaltungsbereichs:

Die jährlichen regelmäßigen Aufgaben sind planbar, jedoch müssen diese in einem gewissen zeitlichen Rahmen durchgeführt werden (hier in den 4 Jahresquartalen beschrieben).

Quartal 1:

Abgabe der Vorsteuererklärung Q4 des Vorjahres beim Finanzamt (wenig Arbeit, muss aber pünktlich sein).
Im Januar sollte man die Mitgliederstatistiken archivieren, die Jubilarliste des Jahres zur Verfügung stellen, die Bestandserhebung für die Stadt Speyer abgeben, die Ruderblattrechnungen durchführen, den Mitgliedernachweis des DRVs wegschicken und die Spendenbescheinigungen des Vorjahres abschließen.
Ebenfalls im Q1 sollten der Jahresabschluss, die Bilanz (für die Banken notwendig), der Sozialversicherungsnachweis sowie die VBG-Meldung des Vorjahres erstellt werden.
Für das aktuelle / kommende Jahr ist das Budget / der Etat und die dazu notwendigen Automatisierungshilfsmittel auf das Jahr an-

zupassen.
Über das Q1 verteilt sollte man seinen OMV-Bericht, die Kassenprüfung und die Körperschaftssteuererklärung vorbereiten, dadurch kann man später in Ruhe die Themen in Q2 leichter finalisieren.

Quartal 2:
Abgabe der Vorsteuererklärung Q1 beim Finanzamt.
Vorbereitung der ordentlichen Mitgliederversammlung für den Verwaltungsbereich.
Abgabe der Körperschaftssteuerklärung beim Finanzamt und der Bilanzen bei den Banken.

Quartal 3:
Abgabe der Vorsteuererklärung Q2 beim Finanzamt und Erstellung der Ruderblattrechnungen.
Das Quartal 3 ist das ruhigste Quartal in der Verwaltung.

Quartal 4:
Abgabe der Vorsteuererklärung Q3 beim Finanzamt.
Am Anfang vom Quartal 4 sollte man schauen, welche Dinge, z.B. Anschaffungen, man noch in diesem Jahr auf den Weg bringen kann.
Ab Dezember sind die Spendenbescheinigungen zu erstellen und wegzuschicken. Wir als RGS dürfen die Spendenbescheinigungen digital erstellen und per Email verschicken, das erleichtert diese Aufgabe.

Unerwartete Aufgaben
Unerwartete Aufgaben kennt jeder aus seinem privaten Bereich. Hier ein paar Beispiele der vergangenen Jahre, die sich vom privaten Umfeld unterscheiden:

- Anfragen der SGD, der Stadt Speyer, der Knappschaft, der VBG und sonstiger Institutionen
- plötzliche Reparaturen, wie zum Beispiel: Regenabfluss Hafenbecken, Dachreparatur nach einem Sturmschaden und (sicherlich besonders) der Wasserrohrbruch 2019 vor der Trainingshalle
- plötzliche notwendige Handlungsaktivitäten, wie z.B. ein angeschwemmter Anglerkahn oder eine Beschädigung / Unfall, bei dem die RGS betroffen ist

Projektaufgaben
Bei den Projektaufgaben gibt es zwei Arten von Themengebieten.

1. Notwendige Themen / Projekte:
   Beispiele sind hier Reparaturen und Instandhaltungen, die Dachsanierung Porto Vecchio, die Fluchttreppe am Porto Vecchio, die neue Heizung der Trainingshalle, Beschilderungen, Fuhrparkanschaffungen usw.
2. Themen / Projekte zur Weiterentwicklung des Vereins:
   Beispiele sind hier Pergola der Terrasse des Porto Vecchio, Erweiterung der dritten Trainingshalle, Erneuerung Landzunge am Gedenkstein, Parkplatzmarkierungen Reffenthal, Bootsparkerweiterungen, Verbesserungen der Infrastruktur, Organisation von Zuschüssen etc.

Projektaufgaben sind von der zeitlichen Einteilung meist leichter, die Aufgaben sind gut planbar und man freut sich über das Geleistete und die Erfolge.

Aktuelles Verwaltungsteam

RGS-Liegenschaften	Rainer Bohn
Versicherungen	Peter Gärtner
Mitgliederverwaltung	Christine Bodenstein
Mitgliederverwaltung	Falk Bodenstein
Buchhaltung	Connie Cerin
Buchhaltung	Stephanie Lauer
Fahrzeuge & Hänger	Norbert Herbel
Rechtsberatung	Wolfgang Herrmann
Handwerksarbeiten aller Art	Frank Becker
Schlüsselverwaltung	Angelika Schwager
Kirchbootrechnungen	Susanne Burkhardt
Jubilarschreiben	Susanne Burkhardt
Minijob Abrechnungen	Connie Cerin
Rasender Achter Reffenthal	Andreas Walter
Vergabe und Abnahme Feierlichkeiten	Sabine Marczinke
Vergabe und Abnahme Feierlichkeiten	Connie Cerin
Kassenprüfer	Ottmar Gärtner
Kassenprüfer	Andreas Kabs
Projekt-Verantwortliche/r	unbesetzt!!

Gremien / Termine
Treffen mit den Vorstandskollegen, Treffen im Vorstandsteam, Sitzungen im erweiterten Vorstand, ordentliche Mitgliederversammlung, Termine wie Anrudern, Abrudern usw.
Selbstverständlich werde ich alle oben beschriebenen operativen Aufgaben bis zum Wahljahr 2023 / der OMV 2023 weiterführen, es wird nichts liegen bleiben. Aus den Sitzungen und Abstimmungsterminen werde ich versuchen mich zurückzuziehen.
Dem / der neuen Verwaltungsvorsitzenden werde ich auch jegliche Unterstützung zusichern und wenn er / sie möchte, auch ver-

schiedene Aufgaben im Hintergrund weiterführen.

Danke allen für die jahrelange erfolgreiche und perfekte, Arbeit

Ralf Burkhardt

Vielen Dank an Beate!

Aus der Erwachsenenausbildung für Ruderanfänger und der Betreuung der Schüler-AGs kennt jeder von euch Beate Wettling. Beate hat die letzten 24 Jahre auch die Mitgliederverwaltung der RGS verantwortet. Ihr habt richtig gelesen, 24 Jahre!!!
Unsere Mitgliederverwaltung hilft dabei, den Verein zu strukturieren und ihm eine Übersichtlichkeit zu verleihen. Aktuell haben wir ca. 350 Mitglieder, da gibt es immer etwas zu tun.
Aufgabe in der Mitgliederverwaltung ist vor allem die Stammdatenpflege bei Eintritten und Austritten. Ein- und Austrittschreiben sind zu erstellen und zu versenden. Dazu gehört die kontinuierliche Pflege der Stammdaten bzgl. des Anschriftenwesens, der Bankdaten usw. Im Rahmen der Mitgliederverwaltung werden auch die Vereinsbeiträge eingezogen und ggf. das Mahnwesen durchgeführt. Mitgliederlisten und Mitgliederstatistiken sind regelmäßig zu erstellen bzw. zu bearbeiten.
Beate hat die Mitgliederverwaltung in den ganzen Jahren kontinuierlich weiterentwickelt und war immer auf der Höhe der Zeit.

Bis vor kurzem wurde das Programm „Verein-2000“ von der Sparkasse verwendet. Zuletzt hat Beate im Jahr 2021 noch erfolgreich die Umstellung auf das online browserbasierte „S-Verein“-System durchgeführt und für die Zukunft ausgerichtet.
Beate kennt unseren Verein wie kaum jemand anderes, deshalb war und bleibt sie bei sehr vielen Themen eine wichtige Ratgeberin.
Nach 24 Jahren übergibt Beate die Mitgliederverwaltung an Christine und Falk Bodenstein.
Vielen Dank an Beate für die jahrelang erfolgreiche, perfekte Arbeit!

Ralf Burkhardt

Vielen Dank an Elke!

Elke Müsel war nicht nur durch ihre regelmäßigen rudersportlichen Erfolge bei World-, Euro- und German-Masters Regatten die letzten Jahre für die RGS aktiv.
Elke hat im Jahr 2016 die Buchhaltung von Jutta Kopf übernommen und mit der Einführung eines elektronischen Buchungssystems die RGS-Buchhaltung wesentlich weiterentwickelt.
Im Jahr 2015 waren für die RGS noch ca. 750 Buchungen zu erledigen. Durch die Erfolge der RGS sind die Buchungen bis 2019 auf ca. 1100 angestiegen. Elke hat auch bei unserem Neubau im Reffenthal buchhalterisch den Überblick behalten. Danke! Zusätzlich lag ihr stets ein sinnvolles Handeln bzgl. der Ausgaben am Herzen.

Nach sechs Jahren übergibt Elke Müsel die Buchhaltung an Connie Cerin und Stephanie Lauer.
Im Zuge der Übergabe stellen wir die Buchhaltung auf ein cloudbasiertes System um. Durch das Aufteilen der Aufgabe und das cloudbasierte System schaffen wir mehr Flexibilität und gehen den nächsten Schritt Richtung Digitalisierung.
Vielen Dank an Elke für die jahrelange erfolgreiche und perfekte Arbeit!

Ralf Burkhardt

Martina Schott verlässt das Vorstandsboot

Um mit der positiven Nachricht anzufangen: Martina bleibt weiterhin dem RGS-Team treu. Ihr Abschied aus dem Vorstandsteam bietet mir aber auch die Chance, zurückzublicken und zu reflektieren und über Herausforderungen und Erfolge nachzudenken.
Ich blicke zurück auf mehr als fünf ereignisreiche und sinnstiftende Jahre mit Martina im Vorstandsteam und möchte mich herzlich bei dir für deine Arbeit bedanken! Deine oftmals kämpferische Position und offenen wie differenzierten Worte haben mitgeholfen, wichtige strukturelle Verbesserungen einzuleiten, vor allem aber hast du auch erfolgreich Gesagtes umgesetzt:
Die Jugend- und Mädchenförderung in der RGS in technischen und Medienprojekten, die Kommunikation in neue Zielgruppen, um die RGS bekannt zu machen und neue Mitglieder zu erreichen, und insbesondere die zahlreichen erfolgreichen Einreichungen zu dotierten Wettbewerben im Verbands- und Unternehmensumfeld. Unser Vereinsmotto „Unser Rudern bewegt." war ein Ergebnis des Teams und spiegelt wider, dass wir bewegen und auch bewegen wollen – ob im Wanderrudern, Kirchboot oder im Rennboot. Und dass du selbst, Martina, dich fit hältst und gleichzeitig die Gesellschaft wach und gesund, bringt unseren Slogan auf den Punkt.
Ein ganz besonderer Meilenstein und ein Ereignis war auch die Verleihung des Vereinspreises des Deutschen Ruderverbands im Jahr 2020 zum Thema „Gendermanagement in der Rudergesellschaft Speyer". Im Antrag waren hervorragende Maßnahmen und das richtige Mindset zusammengetragen, die die RGS vordenkend in der Gesellschaft aufstellen. Im Wettbewerb „Sterne des Sports" erreichten wir das Bundesfinale mit dem Thema „GRIT – mit Hartnäckigkeit und Leidenschaft sind Mädchen erfolgreich", das die positiven Resonanzen des Sports auf die Persönlichkeitsentwicklung betrachtete. Ich freue mich auch weiterhin auf Kirchbootevents, Berichte aus dem DRV-Präsidium, deine Arbeit im Ruderblattteam und auf inspirierende Gespräche. Dein Rudern bewegt, liebe Martina!

Ingo Janz

13 Medaillen in der Deutschen Meisterschaftssaison 2022

Zwei Mal Silber für die Jüngsten beim Bundeswettbewerb in Bremen

Die Jüngsten waren die Letzten, die beim DRV-Bundeswettbewerb der Jungen und Mädchen um Edelmetall für die RGS rudern durften. In Bremen ging es für die Landesbesten der Ruderjugenden der Landesruderverbände über die Langstrecke von 2000 Meter und die Bundesregatta über 1000 Meter, daneben wurde erneut für die Teilnehmer ein allgemeiner Sportwettbewerb veranstaltet. Das A-Finale der Bundesregatta wurde über die Bestzeiten bei der Langstrecke gesetzt.

Erik Wolf war im Jungen-Einer 14 Jahre am Start und erreichte in der ersten Abteilung der Langstrecke einen guten vierten Platz, musste sich dann aber leider bei der Bundesregatta krankheitsbedingt abmelden. Beim allgemeinen Sportwettbewerb erreichte Erik Wolf den zweiten Platz. Im Leichtgewichts-Mädchen-Doppelzweier (12 / 13 Jahre) ruderten Nike Görtz und Charlotte Semmler, im Team der Ruderjugend Südwest am Start, über die Langstrecke ein ganz starkes Rennen und wurden verdient zweitschnellstes Boot. Damit war die erste Silbermedaille und der Platz im 6-Boote-Feld des A-Finales der Bundesregatta gesichert.

Auch über die 1000-Meter-Strecke zeigte das Duo Semmler / Görtz das gesamte in der Saison antrainierte Können und hielt sich immer mit an der Spitze des Feldes. Im Ziel hatte der RV Bochum, Ruderjugend NRW, mit Martha Findeisen und Emma Ziel den Bugball vorn. Die Zeit von 4:59,18 Minuten reichte den die Speyrer Domstadt vertretenden Mädels, um zum einen Silber zu sichern und zum anderen die Konkurrentinnen vom Hamburger Ruderinnen-Club, die nach 5:02,82 Minuten im Ziel ankamen, auf den Bronzeplatz zu verweisen.

„Besonders erfreulich war die sehr gute Stimmung und gute Zusammenarbeit im Team Süd-West. Ich bin sehr froh, dass unsere Nachwuchssportler bei sehr schweren Bedingungen mit starkem Wind und Wellengang sich so hervorragend präsentieren konnten“, war Trainer David Martirosyan sichtlich zufrieden.

Ein großes Dankeschön geht an Co-Trainer Nicolas Bohn, der regelmäßig in den Trainingseinheiten mithilft und in Bremen dabei war, und an Julia Hoffmann für die Organisation und insbesondere, dass sie den Bundeswettbewerb für die Ruderjugend zu einem spektakulären Event gemacht hat. Danke!

Sieben Medaillen bei der Deutschen Jahrgangsmeisterschaft in Köln

Nach dem famosen Auftakt in Vor- und Zwischenläufen durften sich unsere aktiven Ruderinnen und Ruderer unter Trainerin Julia Hoffmann bei den Deutschen Jahrgangsmeisterschaften in Köln über einen nie dagewesenen Medaillenregen und weitere tolle Ergebnisse freuen:

Maximilian Brill sicherte sich mit Bahne Schreiber, Mainzer RV, in 4:54,20 Minuten im Junioren-Doppelzweier B in einem hart umkämpften Rennen die Bronzemedaille. Die ersten fünf Boote des Finallaufes überquerten innerhalb von weniger als drei Sekunden die Ziellinie. Marlene Neubauer ruderte im Leichtgewichts-Juniorinnen-Doppelzweier A mit Lea Kaden, RV Treviris, im A-Finale über die 2000-Meter-Distanz in 7:45,34 Minuten auf Rang sechs. Leon Gronbach, am Start mit Alvar Flöter von der Frankfurter RG Germania, sicherte sich im Junioren-A-Zweier-ohne Steuermann im B-Finale einen völlig ungefährdeten Sieg vor der Renngemeinschaft RV Triton Leipzig/SC Leipzig.

Tim Streib durfte in zwei A-Finals ran. Im Leichtgewichts-Männer-Doppelzweier B mit Yannick Dörr, Bonner RG, blieb die Uhr nach hartem Bord-an-Bord-Kampf bei 6:49,84 Minuten stehen. Das bedeutete den undankbaren vierten Platz, nur um sieben zehntel Sekunden von Bronze entfernt, die Bronzemedaille ging an den Kieler RC / RC Allemannia (Hamburg). Der Leichtgewichts-Männer-Doppelvierer B ließ den vierten Platz vergessen. In der Renngemeinschaft RG Speyer / Bonner RG / Frankfurter RG / Kieler RC dominierte das Quartett um Tim Streib mit Yannick Dörr, Adrian Reinstädter und Oskar Kroglowski das Geschehen und holte in 6:02,51 Minuten die Goldmedaille vor der Renngemeinschaft RC Allemannia / Hürther RG / RTHC Bayer Leverkusen.

Ole Bartenbach durfte sich über einen Doppelschlag freuen: Im A-Finale des Männer-Zweier-ohne-Steuermann B mit Valentin Wierig, RV Treviris, erkämpfte sich das Duo die Silbermedaille und hielt dabei die Dritten Essen-Werdener RC / RC Hansa Dortmund mit einer Länge auf Distanz. Im Finale des Männer-Achter B ging es deutlich enger her. Die Renngemeinschaft RG Speyer / RV Treviris / RC Favorite Hammonia / RC Bergedorf / Dresdner RC / USV TU Dresden / Deutscher

VANS

M

erschaften 2022
DRV
Deutsche Meisterschaften 2022
DEUTSCHER MEISTER
KÖLN 2022

LRV

RC / RC Rapid Berlin um Ole Bartenbach zeigte ein starkes Rennen und durfte sich am Ende über Silber freuen, wurde doch das drittplatzierte Boot mit drei Zehntelsekunden hart umkämpft geschlagen.
Sowohl im Frauen-Vierer-B-mit-Steuerfrau und im Frauen-Vierer-B-ohne-Steuerfrau ruderte Jane Elsner in beiden A-Finals in der Renngemeinschaft RG Speyer / Verdener RV / RG München / Erster Kieler RC auf den fünften Platz. WM-Steuermann Elias Fabian hatte die Chance auf drei Medaillen und nutzte sie: Im Junioren-Vierer-A steuerte Elias Fabian die Renngemeinschaft RG Speyer / RC Nürtingen / Frankfurter RG / RG Eberbach zu Silber, jeweils durch eine Länge von Gold und Bronze getrennt. Im Junioren-Achter A ging es bei den ersten drei Plätzen eng zur Sache. Letztlich durfte sich Elias Fabian über Medaille zwei, es wurde die bronzene, freuen. Last but not least nutzte Elias Fabian im Männer-Vierer-mit-Steuermann auch die dritte Chance und gewann in 6:40,05 Minuten in der Renngemeinschaft RG Speyer / Frankfurter RG / Berliner RC erneut Bronze.
„Es ist schon ein phantastisches Ergebnis, dass wir mit sieben Aktiven zu sieben Medaillen rudern und darüber hinaus vier weitere Endlaufteilnahmen und einen Sieg im B-Finale mit nach Hause an den Dom nehmen dürfen. Das verdanken wir nicht zuletzt unserer Trainerin Julia Hoffmann“, zeigten sich die Speyrer Ruderer dankbar und glücklich.

Vier Medaillen bei Masters-Meisterschaften in Münster

Bei den Offenen Deutschen Masters Meisterschaften in Münster auf dem Aasee über die 1000-Meter-Strecke holten die beiden Masterinnen Corinna Bachmann und Elke Müsel drei Gold- und eine Bronzemedaille und reihten sich damit in den Meisterschaftssiegeszug der Speyrer Ruderer ein. Man darf sicherlich von den „Bachmann-Müsel-Festspielen“ sprechen.
Zum Auftakt durfte das Duo Bachmann / Müsel in der angestammten Bootsklasse, dem Masterinnen-Doppelzweier D, rudern. Das war schnell eine klare Sache, nur die Ruderinnen vom RC Würzburg, Astrid Freyeisen und Heidrun Hennings, konnten mithalten und wurden im Ziel mit 4,19 Sekunden, mehr als einer Bootslänge, auf Distanz gehalten. Gold für Speyer, Silber für Würzburg und Bronze für den RC Nürtingen.
Auch im Masterinnen-Einer D gab es kein Vorbeikommen an Elke Müsel: Sie dominierte das Rennen und lag im Ziel mehr als 10 Sekunden vor der Silbermedaillengewinnerin Inken Passe vom Hattinger RV.
Hart waren dann die Rennen im Masterinnen-Doppelzweier C, der jüngeren Altersklasse. Mit Platz zwei hinter dem RV Offenbach im Vorlauf ruderten die beiden Speyrerinnen ins Finale. Auch hier sortierte sich das Feld wie an einer Perlenkette. Vorne ruderten die Vorlaufsiegerinnen Katrin Martin und Sybille Roller vom RV Offenbach, gefolgt vom RC Würzburg und Speyer. Die Renngemeinschaft RC Hamburg / Hattinger RV und der Oldenburger RV lagen weit zurück. Das Bild änderte sich bis ins Ziel nicht und die bronzene „Perle“ war gesichert.
Im Masterinnen-Doppelvierer D saß Corinna Bachmann dann in der Renngemeinschaft RG Speyer / RV Offenbach / RC Aschaffenburg mit Katrin Martin und Sybille Roller, verstärkt mit Carola Bösinger, im Boot. Das Quartett machte ordentlich Dampf, setzte sich ab und siegte mit mehr als fünf Sekunden Vorsprung auf die Renngemeinschaft ARC Würzburg / RC Hamm / Kettwiger RG / Siegburger RV, die Bronzemedaillengewinner vom RC Möve Großauheim / WSV Offenbach-Bürgel kamen neun Sekunden nach den Siegerinnen ins Ziel.

Was als Nächstes?

Aufgrund der sehr guten Leistungen beim Bundeswettbewerb erhielten Nike Görtz und Charlotte Semmler sehr zur Freude von Trainer David Martirosyan eine Einladung des Deutschen Ruderverbandes zu einem Trainingslager nach Hannover. Bravo!
Für Tim Streib und Elias Fabian ging es bereits zu mehrwöchigen Vorbereitungen auf die Weltmeisterschaften im italienischen Varese nach Essen und München bzw. Berlin-Grünau. Zudem darf sich Ole Bartenbach über die Nominierung für den Männer-Achter B zur Europameisterschaft in Hazewinkel Anfang September freuen. Sowohl an Varese als auch Hazewinkel haben wir Speyrer Ruderinnen und Ruderer seit den World Masters Regatten 2013 mit vier und 2015 mit zwei Siegen eine sehr gute Erinnerung.
Die diesjährige World Masters Regatta findet in der zweiten Septemberwoche in Libourne, Frankreich, statt. Dort werden auch die Speyrer Masterinnen und Masters ganz bestimmt bei der Medaillenvergabe ein Wörtchen mitreden wollen.

Dr. Harald Schwager

THERANEOS
Richter & Konstantakis

Bei THERANEOS erhalten Sie eine individuelle, qualifizierte und nach den neuesten Erkenntnissen der Medizin ausgerichtete Behandlung.

THERANEOS bietet Ihnen ein erweitertes Spektrum moderner Behandlungsmethoden. Das Team von Physiotherapeuten, Sporttherapeuten, Ergotherapeuten und Osteopathen geht individuell auf Ihr Krankheitsbild ein. Sie werden kompetent beraten und betreut.

Angebote wie Medizinische Trainingstherapie oder Rehasport runden das breite Leistungsspektrum ab.

Unternehmen profitieren mit **THERANEOS** durch Betriebliche Gesundheitsförderung am Arbeitsplatz.

www.theraneos.de

Unsere Standorte

Speyer

Das Therapiezentrum | Obere Langgasse 5
Telefon 06232 77 555 | therapiezentrum@theraneos.de

Physiotherapie | Ärztehaus Medicus | Bahnhofstraße 49

REHA Sport | Judomaxx

Sturzprävention | Haus am Germansberg

Heim- und Hausbesuche | Speyer und Umgebung

Wellness Massagen & Spa | Sport- und Erlebnispark Bademaxx

Ludwigshafen

BASF SE | Gebäude H 306 / Ambulanz

LuMit | Das Mitarbeiterzentrum für Work-Life-Management

Außenstelle BASF Agrarzentrum

PHYSIOTHERAPIE

ERGOTHERAPIE

OSTEOPATHIE

AKTIV & FIT

BGF

Trainingslager in Gent / Brügge, Belgien

Dieses Jahr ging es für den Leistungssport der RGS vom 8. -18. April nach Belgien ins Trainingslager zur Vorbereitung für die kommenden Regatten. Als Trainerin war Julia Hoffmann dabei. Für die ersten Tage ist auch Andrea Vogel als Unterstützung dabei gewesen, jedoch früher abgereist. An Sportlern waren Marlene Neubauer, Lea Kaden (RV Trier), Eva Hohoff, Jane Elsner, Lisa Weber (RG München), Tim Streib, David Martirosyan, Erik Wolf, Leon Gronbach, Alvar Flöter, Johann Dennhardt und Elias Fabian dabei. Später dazu kam dann der Ruderverein aus Treis-Kaden mit ein paar Sportlern. Los ging es am Freitag um 13.30 Uhr im Reffenthal. Wir sind erst einmal nach Brügge in die Unterkunft gefahren und am nächsten Morgen alle nach Gent auf die internationale Frühjahrsregatta. Abends nach den vielen Senioren-, Junioren- und Kinder-Rennen ging es dann wieder in die Unterkunft. Die Regatta war dann sonntags zu Ende und wir packten unsere Sachen und haben den Hänger verladen.

Bevor wir zurückgefahren sind, gingen wir noch einmal in die Stadt und haben dort Mittag gegessen. Gent ist eine wunderschöne Stadt, jedoch sollte man aufpassen, wo man die bekannten belgischen Waffeln kauft. David hat leider den Fehler gemacht und 20 Euro für zwei Waffeln bezahlt.

Montags hatten wir dann noch eine Einheit in Gent geplant und wollten dann mit dem Hänger zurück nach Brügge. Als wir dann den Hänger anhängen wollten, haben wir bemerkt, dass der doch ganz schön kaputt war. Zurück mussten wir aber trotzdem, mit den Booten.

In Brügge angekommen ging das Trainingslager los. Drei von uns Sportlern konnten in ihren Trainingsgemeinschaften trainieren: Marlene mit Lea aus Trier, Leon mit Alvar aus Frankfurt und ich mit Lisa aus München.

Mit mehreren Einheiten am Tag und zwischendrin essen, ausruhen und vielleicht ein bisschen was für die Schule und Uni machen waren wir ziemlich beschäftigt. Mittags wurde selbst für das Essen gesorgt, morgens und abends wurden wir von der Unterkunft versorgt.

Die Zimmer waren für sechs Leute geplant, aber mit all unseren Taschen wurde es etwas eng. Das war aber kein Problem, die Unterkunft war schön und die Mitarbeiter waren

KURT STAHL
Holz- und Metallverarbeitung

Auestr. 16 67346 Speyer Tel: 06232-640622
www.kurt-stahl.de info@kurt-stahl.de

sehr freundlich und hilfsbereit. Wir haben uns sehr wohlgefühlt. Direkt vor der Unterkunft befand sich auch das Trainingsgebiet, was sehr günstig war, da wir nicht mit den Autos hinfahren mussten. Julia hat uns vom Fahrrad aus trainiert und dementsprechend sehr viele Kilometer auf dem Fahrrad gesammelt.
Am 16. April hatte Tim Geburtstag und wurde 21. Das mussten wir natürlich feiern. Dafür haben wir in der Stadt Ballons und eine Karte besorgt und ihn am Morgen beim Frühstück überrascht. Einen Glückwunsch hat sich auch Eva verdient, die im Trainingslager nach viel harter Arbeit ihre Thesis fertiggestellt und ausgedruckt hat.
Das Problem des Hängers hatten wir aber immer noch. Julia bat mich mit zur Werkstatt zu kommen, bei der wir den Hänger reparieren lasse wollten. Die Reaktion „Oh sh*t“ des Leiters hat dann viel über unser Problem ausgesagt. Sie meinten aber, es sei keine Ursache und sie würden es bis zur Abfahrt schaffen. Das Versprechen wurde glücklicherweise eingehalten und wir bekamen rechtzeitig unseren Hänger zurück. Somit wurde er am Sonntag nach der Abschluss-Belastung verladen.
Montagmorgen ging es für uns dann zurück ins schöne Speyer, um dann anschließend mit den Senioren nach Krefeld auf die Kleinbootmeisterschaft zu fahren.

Jane Elsner

Aus dem Reffenthal auf die Weltbühne des Rudersports

Gleich vier Athlet:inn:en aus der Speyrer Trainingsgruppe schaffen in diesem Jahr den großen Sprung auf die Weltbühne und zeigen ihr Können im internationalen Vergleich. Auf dem Weg zu diesem Ziel haben sie einige Hürden genommen und sich am Ende mit langem Atem und viel Ehrgeiz gegen starke Konkurrenz durchgesetzt.
Saisonauftakt im Oktober – es werden Langstrecken im Einer bei Minusgraden absolviert, 5000m-Werte auf dem Ergometer abgeliefert, gefolgt von 2000m-Test, Stufentests, Leistungsdiagnostiken und dann geht es schon ab ins erste Trainingslager. Dem folgen Krafttests, dann wieder 5000m-Ergometer und schon das nächste Trainingslager. Nebenbei werden natürlich Schule und Studium absolviert, Bachelorarbeiten geschrieben oder das Abitur abgelegt. Doch dann geht es erst richtig los, nämlich mit der zweiten Langstrecke, wieder bei Minusgraden, diesmal im März in Leipzig. Noch einmal über die 2000m auf dem Ergometer, dann noch ein Trainingslager und ab zum Frühtest.
Wer bis hierher durchgehalten hat – und von Corona verschont blieb – stellt sich hier auf der Deutschen Kleinbootmeisterschaft der nationalen Konkurrenz, und die Speyrer landen weit vorne! Das macht Mut und gibt den nötigen Schub für die weitere Saison. Denn nun geht es ab in die Mannschaftsbildung, Zweier werden formiert, getestet und wieder aufgelöst, Mannschaften umgesetzt und Boote umgestellt. Es folgen zwei internationale Regatten in Essen und Ratzeburg, noch eine Kleinboot-Rangliste in Hamburg und dann endlich, nach langem Weg, die Deutsche Jugendmeisterschaft.
Die Regattastrecke in Köln zeigt sich von ihrer besten Seite, liefert faire Bedingungen und damit spannende Rennen um die Medaillen, letztlich auch um die Nominierungen für Welt- und Europameisterschaften. Wieder sind die Speyrer vorne, doch die große Frage bleibt offen im Raum – darf ich denn nun in Nationalfarben an den Start gehen?
Das Nominierungskomitee tagt, sitzt über endlosen Datenbergen, gesammelte Werke von ca. 300 Sportler:inne:n ab Oktober bis Ende Juni. Doch welche Größe wiegt mehr? Welcher Erfolg, welche Niederlage gibt den entscheidenden Ausschlag? Montagabend ist es endlich soweit, der entscheidende Anruf erfolgt gerade noch rechtzeitig vor dem Meisterschaftsempfang und sorgt erneut für großen Jubel in Speyer.
Die Freude ist groß, die harte Arbeit und der lange steinige Weg haben sich gelohnt, die Reise geht weiter, die Mannschaften stehen fest. Doch nicht für alle, viele Sportler:innen haben sich dem Qualifikationsprozess gestellt, viele warten vergeblich auf den Anruf der Bundestrainer. Absagen gibt es natürlich keine und so platzen einige Träume still und leise. Für diese Athlet:inn:en gibt es kaum Halt und Unterstützung, hier sind die Vereine ebenso gefragt wie Familien und Freunde. Und dann heißt es durchatmen, Schwung holen und im Oktober beginnt das Spiel erneut.
Wir freuen uns unglaublich für unser Team und gratulieren Tim, Ole, Elias und Eva zu

ihren Nominierungen von ganzem Herzen!
Daumendrücken wird übrigens verlangt:
U19-Weltmeisterschaft in Varese, Italien,
vom 25.-31.07.2022 für Elias Fabian
U23-Weltmeisterschaft in Varese, Italien,
vom 25.-31.07.2022 für Tim Streib
U23-Europameisterschaft in Hazewinkel
vom 3.-5.09.2022 für Ole Bartenbach
Europameisterschaft in München
vom 8.-14.08.2022 für Eva Hohoff und Trainerin Julia Hoffmann.

Julia Hoffmann

Regattaleben mit Leichtgewichten und solchen, die essen dürfen

Dass Rudern ein vielfältiger Sport ist, der wirklich jedem und jeder etwas bieten kann, ist allseits bekannt. Dieser Vielfalt fügt das Leichtgewichtsrudern eine weitere Dimension hinzu. Diese Dimension als Außenstehender zu beobachten, kann manchmal zermürbend, immer aber amüsant und oft einfach nur urkomisch sein. Zum Beispiel, wenn eine Sportlerin auf der neunstündigen Anreise nach Ratzeburg fröhlich die Frühstück-Mittag-Abendessen-Zeit verkündet und dann breit grinsend eine Käselaugenstange und 300ml Wasser zu sich nimmt, oder aber, wenn der leichte Zweier beim Abendessen verzweifelt versucht zu berechnen, wer denn nun wem wie viel Gramm zum Mannschaftsschnitt geben kann und wie viele Nudeln man dann noch essen könne. Anstrengend wird das Ganze, wenn sich die Schwergewichte einmischen und mit dem belegten Brötchen in der Hand gute Ratschläge geben oder versuchen, das Gewicht einer Reiswaffel zu schätzen. Auch kuriose Dinge darf man im Regattaalltag erleben, so zum Beispiel, wenn an der Waage die laminierte Liste der Kleidungstücke und deren Gewicht, natürlich aufs Gramm genau abgewogen, aus der Tasche gezogen wird. Zum Alltag gehört dagegen bereits, dass die Sportler:innen immer und überall mehrere Waagen mit sich herum tragen, sei es die Küchenwaage für die passgenaue Nahrungszufuhr oder seien es mehrere Körperwaagen zum Quervergleich und natürlich zum Abgleich mit der Regattawaage, die übrigens immer ein paar Gramm weniger anzeigt, wenn man sich etwas weiter auf die linke, vordere Ecke stellt. Das Beste folgt natürlich, wenn die Hürde geschafft und das Gewicht offiziell eingetragen wurde – für viele oft der erste Sieg des Tages. Dann gilt es, schnell verdauliche Kalorien in verträglichen Mengen zuzuführen, zum Beispiel in Form von Gummibärchen, Schokolade oder ähnlichen Naschereien. Generell darf man sich über den Geschmack so einiger Leichtgewichte nicht wundern. Das Glas Apfelmus mit Nutella kann es da gut aufnehmen mit der Tabasco-Gemüsebrühe oder Ähnlichem.
Die Liste solcher Anekdoten lässt sich endlos fortsetzen, doch natürlich lohnt auch ein etwas ernsterer Blick auf die Thematik. Und das immer dann, wenn es um die Gesundheit geht, wenn Athlet:inn:en ihr Wettkampfgewicht zugunsten des Wasserhaushalts erreichen, wenn dem Körper langfristig wertvolle Nährstoffe fehlen und der Kreislauf leidet. Denn nicht zu vergessen ist, dass eine Stunde nach der Waage die Ampel auf grün springt und es gilt, die 2000m-Strecke im Höchsttempo zu absolvieren. Also liebe Leichtgewichte, achtet auf euch und euren Körper und denkt immer daran, die Waage kommt selten überraschend und Vorbereitung ist alles!

Julia Hoffmann

Endlich wieder EUREGA!

Am Samstag, den 7. Mai 2022, war es nach zwei Jahren corona-bedingter Abstinenz wieder soweit: die EuropäischeRheinRegatta (EUREGA), veranstaltet vom Bonner Ruder-Verein 1882 e.V., fand mit insgesamt 52 gestarteten Teams, darunter drei Booten aus Speyer, statt. Die Vorfreude aller Teilnehmer auf dieses Ereignis muss wohl auch Petrus gespürt haben, denn er hat alle Teams mit traumhaftem Wetter und Rahmenbedingungen auf die Regattastrecke geschickt.
Für die ‚kürzere' der beiden ausgeschrieben Strecken, nämlich vom Neuwieder Pegelturm bei Rheinkilometer 608 bis 45 Kilometer stromabwärts nach Bonn, haben sich die drei Speyrer Teams Anfang April angemeldet:
Unter dem Mannschaftsnamen „4tune" (Nomen est Omen – soviel sei hier schon vorweggenommen) haben sich in der Gruppe Mixed Masters C (zwei gemeldete Teams) Christine Bodenstein, Gerd Jakobs, Falk Bodenstein und Canan Dockendorf zusammengefunden. Das Team wurde von Norbert Herbel gesteuert.
In der Abteilung Herren Masters E (zwölf gemeldete Teams) sind letztendlich Markus Prüfe, Gunther Piller, Andreas Walter und

Gerhard Kayser angetreten. Gesteuert wurde das Team von Frank Durein. Warum „letztendlich“? Bis buchstäblich zum Vorabend der Regatta gab es in den Tagen davor einige corona-bedingte Umstellungen der Mannschaft und das damit zusammenhängende Suchen und Nachmelden von Ersatzruderern. Einen Tag vor der Regatta schien dann alles endlich in trockenen Tüchern zu sein, bis von einem der auch kurzfristig eingesprungenen Kollegen nachmittags die Meldung eines positiven Corona-Testergebnisses und damit für ihn leider das Aus für die Regatta kam. Und zu diesem Zeitpunkt stand nun auch die Teilnahme des Teams insgesamt in Frage. Also, nochmal ein letzter Anlauf, um jemanden zu finden, der so kurzfristig einspringen kann und auch bereit ist, sich die 45 Rheinkilometer „anzutun“. Dann schließlich spät am Vorabend der Regatta kam von Gerhard Kayser die Zusage!

Die Teilnahme war dank Gerhards Einstieg ins Boot in letzter Minute gerettet, was vom gesamten Team, inklusive allen anderen, die nicht antreten konnten, mit großem Respekt und Dank anerkannt wurde. Nicht unerwähnt sollte an dieser Stelle bleiben, dass Gerhard zuvor noch nie an einer EUREGA teilgenommen hatte!

Das dritte Speyrer Boot in der Kategorie Frauen Masters E (insgesamt drei gemeldete Teams) ist angetreten mit Sabine Marczinke, Gabriele Mülberger, Cornelia Cerin und Monika Wels, gesteuert von Claudia Mößner.

Die Wochen und Tage vor der Regatta waren geprägt von Trainingseinheiten im Reffenthal und vielfältigen anderen organisatorischen Fragen, wie beispielsweise bekommen wir die Logistik geregelt, sind für alle Boote die passenden Wellenbrecher da, muss noch etwas verändert, angepasst, ausgetauscht werden etc. Viele Fragen um das eigentliche Rudern herum, die aber am Ende des Tages alle erfolgreich gelöst wurden. Unterstützt wurden die Teams dankenswerter Weise von Frank Paßberg, der den Teambus gefahren, und Alex Wels, der den Bootshänger von und nach Speyer gezogen hat.

In Neuwied am Regatta-Tag angekommen, ging es sofort ans Riggern und Vorbereiten der Boote. Bei bestem sonnigen Wetter war auf dem Regattaplatz ein munteres Treiben. Die Vorfreude von allen Teilnehmern nach zweijähriger Pause hat alle erfasst und für gute Laune vor dem Start gesorgt, selbst bei etwas aufgeregten EUREGA-Novizen wie beim Autor dieses Beitrags.

Nach nicht allzu langer Wartezeit gingen die drei Speyrer Teams auf die 45km lange Reise von Neuwied nach Bonn mit allem, was bei einer Rheinregatta dazu gehört: wechselndes Wasser, Wellen, Berufsschifffahrt, Begleitboote der DLRG, Wasserschutzpolizei, andere Teams, die man überholen konnte, darunter auch Teams, die Stunden zuvor in St. Goarshausen für die lange 100km-Strecke (!!) gestartet sind und von allen mit großem Respekt bedacht wurden.

Nach 45 geruderten Kilometern sind die drei Speyrer Teams mit mehr oder weniger intensiven ‚Verschleißerscheinungen‘, aber alle gesund und nach Erholung von den Strapazen zufrieden in Bonn angekommen. Nicht nur zufrieden, sondern auch siegreich und super happy war das Team 4tune mit Christine Bodenstein, Gerd Jakobs, Falk Bodenstein, Ca-

nan Dockendorf und Norbert Herbel mit der schnellsten Zeit in der Kategorie Mixed Masters C (02:42:53).
Auch die beiden anderen Speyrer Boote haben sich mit passablen Zeiten in ihren Kategorien geschlagen (Herren Masters E mit 02:37:34 und Frauen Masters E mit 03:10:08). Für alle drei Teams gleichermaßen war es ein tolles gemeinschaftliches Erlebnis nach der Corona-Abstinenz, das auf dem Gelände des Bonner Ruder-Vereins noch etwas gefeiert und genossen wurde, bevor es abends erschöpft, aber zufrieden und glücklich wieder nach Speyer ging.

Dr. Markus Prüfe

Langstrecke 2022 – die zweite und Sieg-Premiere für die RG Speyer

Bereits eine Woche nach der EUREGA stand am 14. Mai 2022 die zweite Langstrecken-Regatta „Rund um den Kühkopf“ an, durchgeführt mit viel Empathie und Engagement vom Ruder-Club „Neptun“ e.V. Darmstadt. Auch hier haben sich aus dem AmateurChamps-Lager drei Speyrer Mannschaften gefunden, um auf die 23 km lange, abwechslungsreiche und sehr schöne Strecke zu gehen.
Als erstes RGS-Boot gingen Michael Picht, Bernd Fleddermann, Gerhard Kayser und Norbert Herbel, gesteuert von Christine Bodenstein auf die Regattastrecke, gefolgt von dem Damen-Vierer mit Connie Cerin, Monika Wels, Michaela Maier und Gabi Mühlberger, gesteuert von Claudia Mößner. Der zweite Herren-Vierer mit Markus Prüfe, Markus Konieczny, Klaus Guth und Hubert Doser, gesteuert von Canan Dockendorf, bildete den Abschluss des Speyrer Starter-Trios.
Gestartet wurde am idyllisch gelegenen Bootshaus des RC Darmstadt auf dem Erfelder Altrhein. Dieser führt nach ca. 8,5 km auf den Rhein. Von dort geht es 5,6 km stromaufwärts bis zur Einfahrt in den Altrheinarm, der wiederum nach 9 km zum Startpunkt zurückführt. Aufgrund eines sehr niedrigen Wasserstandes erforderten insbesondere die enge Einfahrt in den Altrhein, aber auch die letzten 9 km die volle Aufmerksamkeit und Konzentration der Steuerleute. Canan konnte sich vor dem Steuern des zweiten RGS-Vierers bereits einen Eindruck von den Herausforderungen des niedrigen Wasserstandes verschaffen, als sie selbst rudernd zuvor im Dreier für den Creuznacher Ruderverein gestartet ist.
Ähnlich wie bereits eine Woche vorher auf der EUREGA waren die Bedingungen für die insgesamt 25 gestarteten Boote ideal. Sowohl für im Ziel angekommene als auch auf den Start wartende Mannschaften war auf dem kleinen, aber feinen Gelände des RC Darmstadt bestens gesorgt und mit ausreichend Beschattung auch Schutz vor der sehr präsenten Sonne gegeben. Eine Besonderheit dieser

Regatta liegt darin, dass sowohl das jeweilige Alter als auch das Geschlecht einer jeden Besatzung in einen Faktor umgesetzt wird, der die tatsächlich gefahrenen Zeiten entsprechend anpasst und somit die Ergebnisse aller Teams vergleichbar macht. Ein vertrautes Regelwerk für viele Speyrer Teams der vergangenen Jahre, zählt doch der „Kühkopf“ zu den Standardterminen der RGS unter den Langstrecken-Regatten.

Im Vergleich zu den vielen Teilnahmen in vorangegangenen Jahren sollte die Teilnahme 2022 aber eine besondere sein! Denn zum ersten Mal hat die RG Speyer in der Geschichte der „Kühkopf“-Regatta den Gesamtpokal gewonnen! Für den Premierenerfolg ‚verantwortlich‘ war der Masters Doppelvierer, gesteuert von Christine Bodenstein, mit Michael Picht auf Schlag, Bernd Fleddermann auf Drei, Gerhard Kayser auf Zwei und Norbert Herbel im Bug.

Mit einer gefahrenen Zeit von 1:47:77 und einer Faktor-korrigierten Zeit von 01:30:32 war der Gesamtsieg damit für die RG Speyer gesichert. Die Freude war riesengroß und ebenso verdient. Mit bereinigten Zeiten von 01:40:20 (gefahren 02:00:31) und 01:42:02 (gefahren 01:50:36) sind der RGS Damen-Doppelvierer und der zweite RGS Herren-Doppelvierer auf die Gesamtränge 10 und 11 gefahren.

Nach gemeinsamer Feier des RGS-Sieges in schöner und familiärer Atmosphäre auf dem Gelände des RC „Neptun“ Darmstadt hat sich die Speyrer AmateurChamps-Gruppe wieder zufrieden und glücklich über das Erreichte auf den Heimweg gemacht.

Dr. Markus Prüfe

Telegramm der Früh- und Hauptsaison 2022

Schon am 26. März ging's los! Der Langstrecken-Kleinboottest in Breisach stand auf dem Programm +++ Leon Gronbach ruderte im Zweier-ohne mit seinem neuen Partner Alvar Flöter, Frankfurter RG, auf Platz acht +++ Im Einer waren Elias Fabian, Maximilian Brill, Marlene Neubauer und Tom Pietsch unterwegs, dabei erzielte Tom Pietsch mit Rang fünf im Leichtgewichts-Junioren-Einer B das beste Ergebnis +++ Mit kleiner Mannschaft war die RGS bei der Internationalen Belgischen Meisterschaft, der Gent International Spring Regatta, in 19 Rennen vertreten +++ Eva Hohoff siegte im Leichtgewichts-Frauen-Einer in 8:19,45 Minuten vor der Niederländerin Alex Supit +++ Neben dem Sieg gab es je drei zweite und dritte Plätze +++ Bei den Deutschen Kleinbootmeisterschaften in Krefeld konnten sich unsere Ruderinnen und Ruderer gut in Szene setzen +++ Im Frauen-Einer A sicherte sich Alicia Bohn den Sieg im C-Finale in 8:04,59 Minuten mit mehr als vier Sekunden Vorsprung auf Lena Wölke vom SC Magdeburg +++ In ganz herausragender Form präsentierte sich Tim Streib, Lohn der Mühe lautete: 6. Platz bei der B-Finalteilnahme, damit zählt Tim Streib nun zu den Besten seines Fachs im Leichtgewichts-Einer +++ Bei der 40. Oberrheinischen Frühregatta in Mannheim gab es für unsere Nachwuchsruderer drei Siege, vier zweite und drei dritte Plätze zu feiern +++ Siegreich gestalteten Nike Görtz und Charlotte Semmler ihr Langstreckenrennen im Leichtgewichts-Mädchen-Doppelzweier (12 / 13 Jahre) mit einer Zeit von 15:25,53 Minuten +++ Über die 1000-Meter-Distanz tat es Erik Wolf im Jungen-Einer den Mädchen gleich und siegte mit über einer Länge Vorsprung +++ Nike Görtz und Charlotte Semmler ließen auch über die 1000-Meter-Strecke in 4:41,15 Minuten nichts anbrennen und hielten die Zweitplatzierten vom RC Nürtingen auf Distanz +++ Bei der EuropäischenRheinRegatta, kurz EUREGA, waren drei RGS-Boote am Start +++ Steuermann Norbert Herbel peitschte seine Crew „4Tune“ mit Christine Bodenstein, Falk Bodenstein, Canan Dockendorf und Gerd Jakobs in 2:42,53 Stunden über die 45 Rheinkilometer durch Wind und Wellen, das reichte zum Sieg mit 15 Minuten Vorsprung vor dem Kölner RV +++ „Wir sind mit dem ersten Auftritt der Junioren im Großen und Ganzen zufrieden“, kommentierte Trainerin Julia Hoffmann den Erstaufschlag der Juniorinnen und Junioren bei der Internationalen Junioren-Regatta in München +++ Zwei Siege im Achter, dazu vier zweite und einen dritten Platz lautete die „Treppchenausbeute“ +++ Maximilian Brill zeigte zwei sehr starke Rennen im Junior-B-Einer +++ Nach langer Führung musste er den Sieg im Endspurt abgeben, verteidigte aber seinen Ein-Längenvorsprung auf Slowenien. Auch im zweiten Lauf gab es erneut Platz zwei +++ Elias Fabian, unser WM-Steuermann, peitschte seine Achter-Crew „Südteam“ zum hart erkämpften Sieg +++ Noch spannender wurde es im Endlauf des zweiten Regattatages: Elias Fabian hatte seine acht Ruderrecken im Griff und steuerte die Goldmedaille an, das gelang vor der Ukraine und Großbritannien +++ Bei der Langstrecke

„Rund um den Kühkopf“ gingen drei RGS-Vierer ins Rennen +++ Der Masters-Doppelvierer mit Norbert Herbel, Gerhard Kayser, Michael Picht, Bernd Fleddermann und Steuerfrau Christine Bodenstein lieferte mit 1:47,47 Stunden die schnellste geruderte Vierer-Zeit ab, das war nach Handicapfaktor die beste gewertete Zeit +++ Zum ersten Mal überreichte der Veranstalter den Kühkopf-Pokal an eine Speyrer Mannschaft +++ Bei der Essener Hügelregatta kamen unsere Seniorinnen und Senioren B zum Einsatz und schnupperten an der Weltelite +++ Tim Streib nutzte die Chance, sich im 17-Boote-Feld des Leichtgewichts-Männer-Doppelzweiers zu zeigen, im Endlauf erkämpfte das Duo Streib / Dörr in 6:59,92 Minuten den siebten Platz +++ Jane Elsner war in der Renngemeinschaft im Seniorinnen Vierer-ohne Steuerfrau und Achter unterwegs +++ In den A-Finals gab es je den achten Platz +++ Im Finale Männer-Zweier-ohne-Steuermann erlebte Ole Bartenbach den Albtraum eines jeden Ruderers, einen Dollenbruch, an Weiterrudern war nicht zu denken +++ Aus Albtraum wurde Traum: Nach überstandener Vorlaufqualifikation lagen Ole Bartenbach und Steuermann Elias Fabian neben dem Deutschland-Achter im Starterfeld des Finales +++ Es tat wenig zur Sache, dass der Deutschland-Achter erwartungsgemäß „sein Ding abspulte“ und mit zwei Längen siegte, die jungen Speyrer zeigten ein famoses Rennen und besiegten den zweiten „jungen“ deutschen Achter +++ Bei der Kölner Junioren-Regatta gelangen zwei Siegen, vier zweite und ein dritter Platz +++ Im Junioren-Doppelzweier B zahlte sich für Maximilian Brill die Spontanität, mit Bahne

Schreiber vom Mainzer RV an den Start zu rudern, aus +++ Im gesetzten Lauf kämpfte das Duo hart, der Zielrichter stoppte 5:17,59 Minuten: Sieg! +++ Im Leichtgewichts-Einer Juniorinnen A ruderte Marlene Neubauer der Konkurrenz in 8:36,44 Minuten auf und davon +++ Bei der 2. Kleinbootüberprüfung in Hamburg Allermöhe Jane Elsner, Tim Streib und Ole Bartenbach am Start +++ Ole Bartenbach und sein Partner Valentin Wierig, RV Treviris, erzielten mit Rang vier im A-Finale das beste Ergebnis +++ Bei der 63. Internationalen Ratzeburger Ruderregatta konnten sich Jane Elsner, Tim Streib und Ole Bartenbach erneut toll in Szene setzen +++ Im A-Finale des Leichtgewichts-Männer-Doppelzweiers B lieferte sich das Duo Tim Streib und Mirko Rahn von der RG Wiking Berlin einen harten Kampf mit den anderen vier gesetzten DRV-

Doppelzweiern im 7-Boote-Feld, nach 7:09,83 Minuten bedeutete das den dritten Platz +++ Ein weiterer dritter Platz gelang Tim Streib im Leichtgewichts-Männer-Doppelvierer B +++ Mit dem DRV-Achter B war Ole Bartenbach unterwegs und durfte sich an beiden Tagen hinter dem britische Achter über Silberplätze freuen +++ Bei der Heidelberger Regatta konnten acht Siege aus dem Neckar gefischt werden +++ Daran waren alle Altersklassen, von den Jungen und Mädchen bis zu den Masters, beteiligt. Komplettiert wurde das Bild durch sieben zweite, einen dritten und einen vierten Platz +++ „Dass wir immer ganz vorne dabei waren, hat uns schon sehr gefreut und zeigt den guten Leistungsstand der gesamten Mannschaft“, kommentierte Trainer David Martirosyan +++ Bei der Internationalen DRV-Juniorenregatta auf der Duisburger Wedau-Regattastrecke gelangen zwei Siege +++ Im Junioren-Doppelzweier B ruderte Maximilian Brill mit Bahne Schreiber, Mainzer RV, im zweiten gesetzten Lauf mit einem gut gesetzten Endspurt den Vorsprung von 1,390 Sekunden ins Ziel +++ Im Juniorinnen-Doppelzweier A Leichtgewicht kämpfte Marlene Neubauer mit ihrer Partnerin Lea Kaden, RV Treviris, um den Sieg, am Ende gelang ein guter zweiter Platz +++ Im Junioren-Zweier ohne Steuermann A ruderten Leon Gronbach und Partner Alvar Flöter in den Endlauf und dort auf Platz sechs +++ Im Junioren-Achter A gab es für Elias Fabian als Steuermann den zweiten Speyrer Sieg, in 5:43,810 Minuten steuerte er seine acht Recken ins Ziel +++ Der Saarburger Ruderclub 1925 e.V. richtete den Landesentscheid Südwest im Kinderrudern aus +++ Im Jungen-Einer qualifizierte sich Erik Wolf mit der Silbermedaille in 14:48 Minuten für den Bundesentscheid +++ Gold und Qualifikation waren der Lohn für ein tolles Rennen von Nike Görtz und Charlotte Semmler im Leichtgewichts-Mädchen-Doppelzweier +++ An der traditionellen Saar-Ruder-Regatta griff auch Trainer David Martirosyan ins Renngeschehen ein und zeigte seinen Schützlingen, wie es geht: Sowohl ein klarer Sieg im Männer-Einer als auch ein hart erkämpfter erster Platz im Männer-Doppelzweier +++ Im Juniorinnen-Einer B siegte Leni Stahl in der guten Zeit von 1:47 Minuten +++ Im zweiten Lauf dann: Sieg für Anna Müsel vor Mainz und Platz zwei für Leni Stahl hinter Mainz +++ Ihrem Sieg beim Landesentscheid ließen Nike Görtz und Charlotte Semmler auch über die Sprintstrecke eine weitere Me-

daille folgen, Charlotte Semmler komplettierte das Bild und siegte im Mädchen-Einer völlig verdient +++ Bei den Deutschen Jahrgangsmeisterschaften Meisterschaften in Köln freuten sich unsere Ruderer über einen nie dagewesenen Medaillenregen und weitere tolle Ergebnisse +++ „Es ist schon ein phantastisches Ergebnis, dass wir mit sieben Aktiven zu sieben Medaillen, darunter Gold für Tim Streib im Leichtgewichts-Männer-Doppelvierer B, rudern und darüber hinaus vier weitere Endlaufteilnahmen und einen Sieg im B-Finale mit nach Hause an den Dom nehmen dürfen +++ Das verdanken wir nicht zuletzt unserer Trainerin Julia Hoffmann", zeigten sich die Aktiven dankbar und glücklich +++ Bei den Offenen Deutschen Masters Meisterschaften in Münster auf dem Aasee über die 1000-Meter-Strecke holten Corinna Bachmann und Elke Müsel drei Gold- und eine Bronzemedaille und setzen damit den Meisterschaftssiegeszug der Speyrer Ruderer fort +++ Bei der Offenbacher-Regatta waren Marion Peltzer-Lehr und Ralf Burkhardt über die Sprintdistanz am Start im Mixed-Masters Doppelzweier D und landete einen ungefährdeten Sieg +++ Leider fanden die Masters-Vierer und -Achter – wie schon der Achter in Heidelberg – keine Gegner, so mussten Ralf Burkhardt und Marion Peltzer-Lehr die Regatta alleine bestreiten +++ Beim Bundeswettbewerb der Jungen und Mädchen in Bremen ruderten im Leichtgewichts-Mädchen-Doppelzweier (12 / 13 Jahre) Nike Görtz und Charlotte Semmler sowohl über die 2000-Meter-Langstrecke als auch bei der Bundesregatta über 1000 Meter zur Silbermedaille +++

Dr. Harald Schwager

Unser Highlight im Corona-Winter

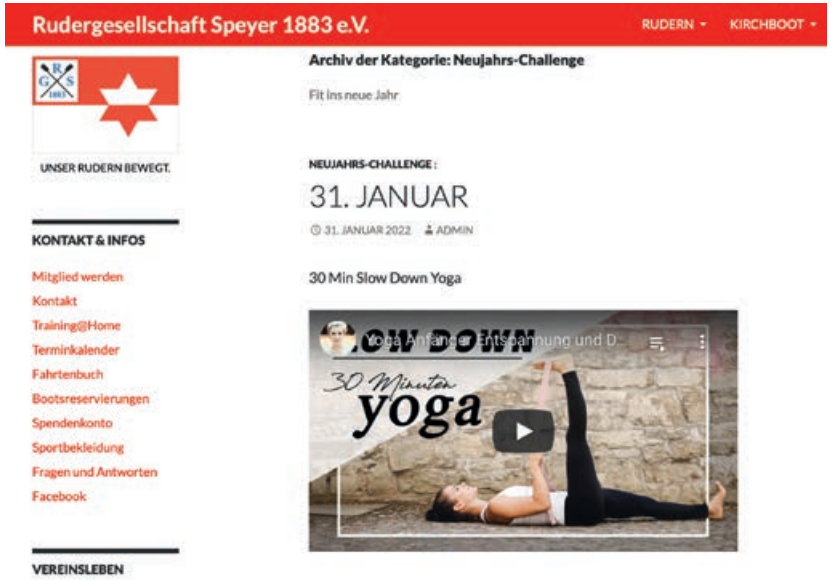
Schon am Wochenanfang hat sich im vergangenen Winter die Frauen-Ergometergruppe auf jeden Dienstagabend gefreut. Punkt 19 Uhr ging es auf den Ergometer. Jeweils acht bis elf Frauen scheuten sich nicht vor der notwendigen Corona-Testpflicht. Sie waren froh, nach dem vorherigen Winter mit Online-Training, sich endlich wieder persönlich zu treffen, um gemeinsam Sport zu treiben.
Gut gelaunt, gut gelüftet und musikalisch bestens unterstützt wurde trainiert. Obwohl das Ergometerfahren nicht zu den Lieblingsdisziplinen einer Ruderin gehört, war die Gruppe aufgrund eines abwechslungsreichen Pro-

gramms jeden Dienstag hoch motiviert. Von Woche zu Woche wurden die persönlichen Leistungen gesteigert.
So waren wir nach Neujahr für die Womens-Ergometer-Challenge optimal vorbereitet. Dafür wurde über vier Wochen in einer Zeit von zunächst 8 min, dann 16 min, dann 22 min und schließlich 30 min eine maximale km-Leistung errudert. Unter allen teilnehmenden Rudervereinen wurde anschließend ein Concept-Ergometer verlost. Leider hat es diesmal nicht geklappt, aber nächsten Winter geben wir erneut Gas.
Dieser Wettbewerb hat den Ehrgeiz aller geweckt, mit viel Spaß haben wir uns gegenseitig angefeuert. Ganz besonders gefreut hat die Gruppe die Unterstützung der Gymnastik-Frauen und der Jung-Masterinnen Steffi und Danika. Trotz allem waren die Frauen nach 45 Minuten froh vom Ergo absteigen zu dürfen. Eine kurze Pause wurde zum Reinigen der Ergos genutzt. Danach ging es gleich mit Fitness und Mobilitätstraining weiter. So sind wir gut über den langen Corona-Winter gekommen und konnten im Frühjahr direkt ins Boot.
Als neue Herausforderung für die kommende Wintersaison stellen wir uns dem Teamtraining auf den neuerworbenen Slice, die am letzten Trainingsabend bereits erfolgsversprechend ausprobiert wurden.
Wir freuen uns schon heute auf unser nächstes gemeinsames Dienstagabend-Ergometer-Training.

Moni Wels und Andrea Vogel

Gemeinsam durchstarten: Die 31-Tage-Challenge 2022

Die Weihnachtszeit vorbei, die Corona-Zahlen klettern in schwindelerregende Höhen, das Wetter ungemütlich – das alles schreit danach, sich auf dem Sofa unter der Decke zu verkriechen.
Nicht aber bei der RG Speyer, denn der Januar ist bekanntlich auch der Monat der guten Vorsätze und so hatte Julia Hoffmann die tolle Idee, uns mit einer 31-Tage-Challenge auf Trab zu bringen.
Jeden Tag im Januar wurde ein Link zu einem 15minütigen Sportvideo auf die RGS Homepage und in die eigens dafür eingerichtete WhatsApp-Gruppe gestellt. Und so kam am Neujahrsmorgen um 9 Uhr der erste Post mit



der netten Einladung zum ersten Link und einem Foto von einer Gymnastikmatte, einer Kaffeetasse und Julias Füßen – der Startschuss für die 31-Tage-Challenge 2022. Im Laufe des Tages folgten dann immer weitere Fotos von Matten und Füßen und motivierende Worten der Mitstreiter:innen. So etwas spornt natürlich an und so sollte das die kommenden Wochen auch bleiben.
Das Schöne: Jede/ jeder konnte zu der für sich passenden Zeit trainieren, auch mal einen Tag aussetzten, das Video bei Bedarf langsamer abspielen oder – wenn es gar nicht gepasst hat – auf ein anders Video zurückgreifen.
Die Challenge war thematisch in vier Blöcke eingeteilt. Im ersten Block ging es vor allem um Beweglichkeit und Flexibilität, im zweiten Block um Kräftigung und Stabilität, im dritten Block um Ausdauer und Fitness und die letzten acht Tage gab es in Block vier täglich

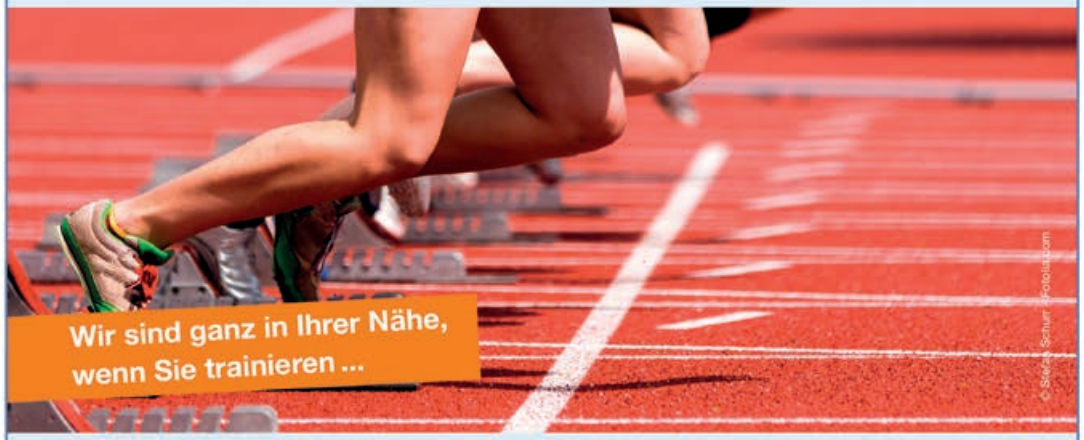
ein Video zu Entspannung und Gelassenheit. Es war wirklich für alle etwas Passendes dabei und so wurden bestimmt viele Videos zu den persönlichen Favoriten dazugefügt, um sie auch weiterhin in den Trainingsalltag zu integrieren.
Vielen lieben Dank – es hat wirklich Spaß gemacht!

Britta Gronbach

RGS-Karfreitags-Ausflug zum „Griechen“ …

… natürlich nicht zu irgendeinem „Griechen“, sondern zu einem besonderen in unserem „Ruderrevier“. Die meisten werden es sich denken, das Ziel war die Altrheinklause im Otterstädter Altrhein.
Aber mal von vorne: Steffi Haase-Goos hatte mal wieder alles perfekt durchgeplant, einschließlich der Bootsbesatzungen der vier Vierer. Der Wettergott hatte wohl auch einen perfekten Tag für uns, anscheinend hatte DER Freude am Zuschauen, was wir da so treiben. Leider konnte Steffi selbst nicht teilnehmen, aber die gute Organisation und die erfahrenen Leute in den Booten ließen auf einen entspannten Tag hoffen.
Im Otterstädter Altrhein waren wir schnell, dann erst mal an der Kneipe vorbei – da es noch nicht „Griechisch“ gerochen hat, sind wir noch eine gute Stunde im Otterstädter kreuz und quer herumgefahren und haben die Landschaft genossen. Das anschließende Essen & Trinken war eine sehr frohe und lustige Angelegenheit, mit erstaunlich vernünf-

Unsere Power für Sie!



... mit unserer Energie
Wo unser Strom fließt, sind Sporthallen, Übungsräume und Stadien gut ausgeleuchtet.

... mit unserer Wärme
Wir liefern das Erdgas, das Sporthallen beheizt, damit Sie auch in der kühlen Jahreszeit fit bleiben.

... mit unserem Wasser
Unser Wasser ist ein Lebenselixier. Ob im Trinkglas, aus der Dusche oder im Schwimmbecken – es hält Sie fit.

... mit unserer Verantwortung für die Jugend
Sportsponsoring ist für uns eine Investition in die Zukunft. In Sportvereinen reifen Jugendliche mit Ausdauer und Teamgeist.

Weitere Informationen:
Tel. 06232/625-0

www.stadtwerke-speyer.de StadtwerkeSpeyer
STADTWERKE SPEYER GMBH

tigem Genuss von alkoholfreiem Gerstensaft, wohl wissend, dass es noch stromauf geht.
Dabei hat dann tatsächlich in meinem Boot das Suppenkoma den Rhein hoch bis zum Ketscher Altrhein zugeschlagen. Dort hatten dann offensichtlich alle die Verdauung abgeschlossen, alle Storchennester auf den Bäumen gezählt und das Blut war wieder da, wo es beim Rudern hingehört, nämlich in den Muskeln. Der Rest zurück war dann noch „Formsache“ – alle kamen wieder munter und happy zurück.
Fazit: So was kann man durchaus öfter machen!! Vielen Dank an die nette Truppe!

Jürgen Prüfe

Wanderfahrt „Märkische Umfahrt“

Diese Wanderfahrt wurde zweimal direkt hintereinander angeboten. Beim ersten Termin (30. April bis 7. Mai) waren von Speyrer Seite Andrea Vogel und Petra Bohland dabei, vom 7. bis 15. Mai Wolfgang Hermann und Beate Wettling, und ab 12. Mai Jürgen Prüfe, der dann noch bis zum 18. Mai mit dem Fahrtenleiter weiterruderte.
Die Truppe der ersten Woche machte nahezu die gleiche Tour wie die zweite Truppe. Bei meiner Tour waren auch zwei Italiener von Torino, eine Belgierin und eine Französin an Bord.
Meistens versuchten wir uns auf Englisch zu verständigen, was in den Schleusen oftmals nicht ganz so einfach war, aber immer wieder für herzliche Lacher sorgte. Unsere Schleusenwärter hatten bei dem französischen, italienischen, englischen und nicht zuletzt pfälzischen Kauderwelsch sicher manchmal den Eindruck, einen etwas verwirrten Haufen in ihrer Schleusenkammer zu bewegen.
Es ging los in Klein Köris, wo die Boote ausgeliehen und auch einigermaßen heil wieder zurückgebracht wurden. Klein Köris ist ein Verein mit 30 Mitgliedern und ungefähr ebenso vielen Booten. Super nett teilten sie ihren beinahe zu 100 % aus Holzbooten bestehenden Bootspark mit uns.
Mit zwei Vierern und einem Doppelzweier/mit sowie zwei ständig wechselnden Personen, die jeweils zum Landdienst verdonnert wurden, ging es nach einem köstlichen selbstgemachten Frühstück über den Kleinköriser See los.
Die Touren waren jeweils ca. 30 km bis zu 56 km lang und jeden Tag waren auch zwei bis drei Schleusen zu bewältigen. Insgesamt keine schwere, aber meistens ausreichende Tour für einen Tag, da die alten schweren Boote erstmal zum Laufen gebracht werden mussten.
Die Unterkünfte, die wir beinahe täglich wechselten, waren sehr unterschiedlicher Ausstattung. Die erste Nacht verbrachten wir in einem Raum mit Stockbetten für 20 Personen, einem Waschtrog im Freien und einem Toiletten-Bauwagen, wie wir ihn vom Brezelfest her alle gut kennen. In Beeskow hatten wir aber auch ein wunderschönes Hotel,

direkt am Wasser. Die Verpflegung war auch total unterschiedlich, aber immer gut: Es gab Frühstücksbuffets, aber auch selbstgemachtes Frühstück mit Geschirrspülen in der Waschschüssel auf dem Tisch, liebevoll von unserem Landdienst angerichtete Picknicks auf der Wiese, aber auch Gaststätten mit guter meist einfacher, aber schmackhafter Landkost. Abends waren wir immer gemeinsam in einem Lokal essen. Auch hier waren wir nie enttäuscht.
Unser Fahrtenleiter Detlef Döhnert (von der Truppe liebevoll „VL“ abgekürzt) hatte, wie immer bei seinen extrem gut geplanten Wanderfahrten, auch wieder einen kulturellen Teil für uns vorgesehen. Wir durften in Beeskow ein Museum für mechanische Musikinstrumente mit Führung besuchen. Willi Faber (der Vater unseres Mitglieds Peter Faber) und mit 83 Jahren der älteste Teilnehmer dieser Wanderfahrt, bewies bei dieser Besichtigung, dass er als echter Pälzer Bu noch zu allen Schandtaten bereit ist und spielte uns ein flottes Lied mit Tanz-und Showeinlage.
Insgesamt war die Tour 261 km lang. Dazu kam für fünf verrückte Ruderer (ich zähle mich dazu) ein Ausflug auf den Storkower See morgens um 5 Uhr früh. Wir wollten den Sonnenaufgang genießen!
Bei tollem Mitwind flott gestartet, waren wir mitten auf dem See gelandet, als wir Blitze am Himmel sichteten. Ohne Sonnenaufgang, aber mit entsprechendem Gegenwind und einem Sturzbach aus den Wolken traten wir sofort den Rückweg an. Gegen 6.30 hatten wir den schweren Kahn wieder in der Bootshalle, waren wirklich wach, und das Frühstück für alle war fertig. Wir auch!
Erwähnenswert ist noch unsere Rundfahrt durch Berlin. Ähnlich wie bei der Vogalonga dürfen an einem Tag im Jahr Ruderer und Paddler Berlin umfahren. Dies ist sonst wegen der vielen großen Touristen-Ausflugsschiffe nicht mehr möglich. Es ging los an der Oberbaumbrücke, durch die gut gefüllte Mühlendammschleuse, vorbei am Dom, der Museumsinsel, dem Reichstag, dem Regierungsviertel, dem Hauptbahnhof, in den Landwehrkanal zur Tiergartenschleuse, zum Urbanhafen bis zur Schleuse Neukölln. Bis wir wieder, noch vorbei an der Olympiastrecke von 1936 in Grünau, an unserer Unterkunft in Schmöckwitz ankamen, waren wir 56 km gerudert.
Insgesamt war es wieder einmal eine toll organisierte Wanderfahrt mit lauter netten Leuten (Ruderern halt) und vielen neuen Eindrücken auf und abseits des Wassers. Unserem VL ein dreifach kräftiges „Hipphipp Hurra“!

Beate Wettling

Vogalonga: Der Löwe brüllt wieder!

„Die Vogalonga ist eine Liebesbezeugung gegenüber der Stadt Venedig und dem Wasser, das sie umgibt, gegenüber der Lagune und ihren Inseln, gegenüber dem Rudern und seinen Booten, und sie hält über die Zeiten das Ziel aufrecht, für das sie geschaffen wurde: die Verbreitung der Kenntnis und der bewussten Achtung der Natur und der Kultur unserer Stadt.“ (www.vogalonga.com, Übersetzung F.K.)
Venedig, die ‚Serenissima‘ genannte Stadt, und ihre Lagune sind von vielen Seiten bedroht. Eine ganz große Gefahr stellt der von den viel zu vielen viel zu großen Motorschiffen verursachte Wellenschlag dar.
Am 8. Mai 1975 regte sich zum ersten Mal sichtbarer Widerstand dagegen. Die im Januar desselben Jahres geborene Idee einer nichtkompetitiven Regatta, in der sich alle Liebhaber der Fortbewegung mit Rudern gegen den Niedergang der Stadt vereinen sollten, wurde mit überraschend überwältigendem Erfolg umgesetzt: Ca. 1500 Teilnehmer aus verschiedenen Städten Norditaliens in 500 Booten begaben sich auf die 30 km lange Strecke vom Dogenpalast vorbei an der Isola S. Erasmo hinaus in die Lagune und über die Inseln Burano und Murano wieder zurück nach Venedig, um am Canale di Cannaregio ins Stadtgebiet

einzufahren und zum krönenden Abschluss den Canale Grande hinunter zu rudern.
Seither findet die Vogalonga (‚das lange Rudern') jährlich am Pfingstsonntag statt und hat nicht nur die Tradition des venezianischen Ruderns (stehend in Fahrtrichtung) erfolgreich wiederbelebt, sondern sich auch zu einem internationalen Bootsfest entwickelt: 2019 gab es 2000 Boote und 7527 Teilnehmer, davon 5111 aus dem Ausland – und dann kam Corona und verhinderte zwei Jahre lang die Austragung dieses Ereignisses.
In diesem Jahr konnte die Vogalonga am 5. Juni endlich wieder stattfinden. Da Pfingsten dieses Jahr spät lag, war es bereits sehr heiß, aber das Erlebnis, durch die Lagune von Venedig zu rudern, ist einfach unvergleichlich. Die Organisation dieses Events ist nicht ganz einfach: die Einschreibung, das Finden eines geeigneten Quartiers, der Bootstransport, die Logistik vor Ort (Parkplatz für den Hänger, Einsatzstelle). Ich hatte das Glück, dass ich

mich an unseren befreundeten Ruderverein S.N.U.B. aus Brüssel hängen konnte, der jedes Jahr zur Vogalonga fährt, sodass ich mich nur um die An- und Abreise nach und von Venedig kümmern musste (von Speyer mit der Bahn durch die Schweiz über Lugano und Mailand in die Innenstadt Venedigs in etwas weniger als 10 Stunden – schneller als mit dem Auto, nur wenig langsamer als die Gesamtreise mit dem Flieger, und wesentlich umweltfreundlicher als beides). Und als ich dann im Boot vor dem Dogenpalast auf den Böllerschuss wartete, der traditionell um Punkt 9 Uhr die Vogalonga startet, war mir wieder einmal fast andächtig zumute …

Dr. Franziska Küenzlen

PS: Wer sich genauer informieren und / oder inspirieren lassen will, kann das auf der Website (www.vogalonga.com) des Veranstalters tun, von der auch ich die Informationen zur Geschichte der Vogalonga sowie den eingangs zitierten Text entnommen habe.

Wanderfahrt Mecklenburgische Seenplatte

An dieser Wanderfahrt, organisiert von Bernd Attner vom Karlsruher Ruderverein Wiking, nahm von Speyrer Seite Steffi Haase-Goos teil, den Bericht schrieb unsere Ruderkameradin Ulrike Diener vom Karlsruher Rheinklub Alemannia, den wir leicht gekürzt übernommen haben:

Sechs Ruderer auf dem Weg nach Mirow, mit großen Befürchtungen, dass die Züge mit dem 9-Euro-Ticket überlastet wären. Zu unser aller Überraschung waren die Züge leer. Es hat alles super geklappt, bis auf Berlin, dort haben wir unverschuldet eine Ehrenrunde mit der S-Bahn gemacht. Eine Stunde Sightseeing kam dabei heraus.
In Mirow haben wir ein wunderschönes Klinkerboot übernommen, plus ein Fahrrad mit Anhänger. Die Besonderheit bei dieser Tour war der Landdienst mit dem Fahrrad. Wir hatten jeden Tag zwei Schichten, in der Pause wurde übergeben.
Übernachtet haben wir bei drei Rudervereinen und auf zwei Campingplätzen. Die Tour ging von Flecken Zechlin über Rheinsberg, Fürstenberg und den Naturcampingplatz Ellbogensee wieder zurück nach Mirow.
Wir hatten fast jeden Tag drei Schleusen auf unserem Weg. Mit den Yachten und Hausbooten war die Wartezeit extrem lange. Wir haben schnell dazugelernt. Für nicht motorisierte Boote hieß es: frei weg an die Pole-Position. Dann war die Reihenfolge in der Schleuse wieder anders, zuerst motorisiert, dann Muskelkraft.
Das Wetter war klasse, bis auf den ersten Tag: An jeder Schleuse hatten wir Regen, und nicht genug, auch ein kurzes schweres Gewitter. Wir saßen stoisch in unserem Boot. Unsere gute Laune blieb, ein Kaffeeangebot von den Yachten vor und hinter uns hingegen blieb aus.
In Flecken Zechlin hat Steffi für unser Abendessen gesorgt. Wir konnten die Küche vom Ruderverein nutzen. Rosmarinkartoffeln, Grillkäse und Würstchen. So einfach und so lecker. Wir bekamen noch einen Ruder-Tipp für den nächsten Tag: durchs Unterholz an den Kagarsee. Sehr eng, sehr abenteuerlich und wunderschön.
Der Ruderverein in Rheinsberg war für mich schon etwas hanseatisch geprägt. Wir saßen beim Frühstück im Clubhaus mit Blick auf den See. In den beiden Vereinen davor hatte man den Mitgliederschwund bemerkt.
Die nächste Etappe ging nach Fürstenberg auf den Campingplatz. Ich bin an diesem Tag die erste Etappe geradelt und habe mich von der DDR-Pflasterung durchschütteln lassen. Das Anlegen in der Pause war nicht immer einfach. War es dort verboten, wo es angedacht war, wurde es am Ende – dem Landdienst sei Dank – immer zu einem Highlight: einmal ein Seerosenteich mit Kiosk und Fischbrötchen am Campingplatz Eckernkoppel und zum anderen die Marina in Canow mit Fischgeschäft.
In Fürstenberg mussten alle ihr Zelte aufbauen, auch die, mich eingeschlossen, die bis dato die einfache Variante der Vereinsheime vorgezogen hatten. Der Kaffee am Morgen war klasse, da es nicht im Service vom Campingplatz vorgesehen war, wir aber trotzdem zwei volle Thermoskannen bekamen.
Auf dem nächsten Campingplatz war für den Nachmittag eine Pause geplant und dafür eine Rudereinheit ohne Gepäck mit Bugprinzessin (Kielschwein) am späten Nachmittag. Bernd hat uns auf viele Vögel aufmerksam gemacht, auch auf die, die man nicht sah. Wir hatten das Glück, einen Seeadler zu sehen.
An dieser Stelle ein großes Lob an Bernd als Wanderführer. Immer gut gelaunt, immer die Ruhe weg, aber auch konsequent in der Ansage, wenn es um die Disziplin im Boot ging. Wir haben uns alle sehr gut verstanden, nur einmal ging es mit der verbalen Ruderbegeisterung durch.
Wieder in Mirow hatten wir einen tollen Ruderabschluss in der Gaststätte Entenhausen in Granzow. Steffi hat wunderschöne Aquarelle in Postkartenformat gemalt. Wir haben uns mit einem Aquarell bei Bernd für diese klasse Tour bedankt. Skål! und vielleicht bis nächstes Jahr bei der geplanten Norwegen-Tour.

Ulrike Diener (KRA)

Ein Wanderfahrtklassiker: Der Weser blitzende Welle

Über Fronleichnam war eine Wanderfahrt auf dem Oberlauf der Weser geplant: Treffpunkt am Mittwochabend war Kassel, von dort aus sollte am Donnerstag auf der Fulda mit einigen Schleusen bis nach Hannoversch-Münden gerudert werden, wo sich aus dem Zusammenfluss von Fulda und Werra die Weser bildet, ab Freitag dann weiter auf der Weser bis Beverungen, samstags bis Bodenwerder, um am Sonntag in Hameln zu enden. Zusammengefunden hatte sich eine Gruppe von zwölf Personen, sodass immer zwei gesteuerte Vierer auf dem Wasser und zwei Personen mit dem Vereinsbus des Wormser RC als Landdienst unterwegs sein sollten. Die Boote – der „Phoenix“ aus blauem Kunststoff und das Holzklinkerboot „Juffi Falke“ – waren vom Ruderverein Bodenwerder geliehen, der auch den Bootstransport übernahm, die

Boote nach Kassel fuhr und am Sonntag in Hameln wieder abholte, sodass sie in Kassel nur abgeladen und aufgeriggert, in Hameln abgeriggert, gereinigt und auf den bereitgestellten Hänger geladen zu werden brauchten. Klingt, als könnte nichts schief gehen – wenn da nicht immer noch das überaus lästige Corona-Virus unterwegs wäre, und auch die Deutsche Bahn hat uns an diesem verlängerten Wochenende das Leben nicht gerade leicht gemacht.

Am Mittwochabend in Kassel trafen nämlich nur acht Leute ein und der letzte auch erst um 23.45 Uhr statt um 19.32 Uhr – Letzteres war die Bahn. Corona aber hatte dafür gesorgt, dass drei Leute sehr kurzfristig absagen mussten und ein weiterer erst am Donnerstag kommen konnte, weil dann seine Quarantäne abgelaufen war. Eine Teilnehmerin konnte nach negativem Testergebnis wenigstens am Freitagabend nachkommen. Wir mussten also beide Vierer mit Loch fahren, und auch der Landdienst war alleine unterwegs. Und die Rückfahrt mit der Bahn am Sonntag gestaltete sich vor allem für eine Teilnehmerin aus Kitzingen und einen Teilnehmer aus Brüssel ausgesprochen lange – Ankunft erst deutlich nach Mitternacht …

Aber das hielt uns überhaupt nicht davon ab, die gemeinsamen Tage zu genießen! Kann einer erst am Donnerstag kommen, legt man halt später ab und isst das von der Jugendherberge Kassel zur Verfügung gestellte Picknick im Boot. Gibt es Stau vor einer Schleuse, trägt man eben mit Hilfe eines Bootswagens um und ist damit nur minimal langsamer als die geschleusten Boote. Steigt das Wasser im „Juffi Falke“ bis zu den Stemmbrettern, wird eben geschöpft und abends ein Tape-Verband angelegt, der das eindringende Wasser zumindest zurückdrängt. Wird eine ‚technical pause‘ notwendig, rudert man eben bis zum nächsten Steg, den es an der Weser dankenswerter Weise in regelmäßigen Abständen gibt. Sind für den Samstag deutlich über 30 Grad angekündigt, legt man eben möglichst früh ab – und mir, die ich Hitze nun wirklich nicht gut vertrage, wird am Nachmittag der Landdienst überlassen, der auch ein Erlebnis ist: Das Weserbergland heißt nicht umsonst ‚Bergland‘, auf schmalen Sträßchen ohne Mittellinie geht es teilweise in Haarnadelkurven steil bergauf und bergab, hinzu kommen die entgegenkommenden Motorradfahrer, die die Strecke attraktiv finden …

Es ist diese Gelassenheit, die diese Weserwanderfahrt zu etwas Besonderem macht, das mit großer Selbstverständlichkeit ausgelebte freundliche und kameradschaftliche Miteinander. Natürlich gibt es auch hektische Momente, in denen etwas nicht gleich klappt, aber die sind selten und auch schnell wieder vergessen. Ansonsten genießt man die malerische Landschaft mit den grünen Wiesen und Bäumen, den Bergen, all den Wasservögeln und den Fachwerkdörfern und -städtchen, und ist positiv überrascht von der Rücksichtnahme der motorisierten Wasserfahrzeuge.

Besonders erwähnenswert für mich ist auch das erfolgreiche Bemühen um Nachhaltigkeit: 1,5 l-Plastikwasserflaschen sind zu Beginn der Fahrt in ausreichender Menge gekauft, ein Edding zur Beschriftung der Flaschen liegt bereit. Wer will, kann sich jeden Tag eine neue Flasche holen, aber die ausgegebene Parole lautet, dass man eingeladen

ist, die Plastikflaschen am Wasserhahn im Hotel wiederaufzufüllen. Mitzubringen zur Fahrt waren eigenes Geschirr und Besteck für die Picknicks. Man rechnet fürs Picknick mit zwei Brötchen pro Person – wer mehr will, sagt Bescheid. Der Landdienst kauft verpackungsarm und nur sehr wenig Kühlpflichtiges ein, es gibt viel in mundgerechte Stücke geschnittenes Obst und Gemüse – und frische Erdbeeren, denn an der Weser ist die Saison in vollem Gang. In Hameln werden nach dem Verladen der Boote gemeinsam die Picknickreste vertilgt. So mussten wir keine (!) Lebensmittel wegwerfen und produzierten auch sonst sehr wenig Müll.
Gemütlich waren die Abende: Der Braukeller in Hannoversch-Münden, der Garten vor der Burg in Beverungen, der Biergarten vor dem Hotel in Bodenwerder. Bei einem kühlen Gehopften und anderen angenehmen Gaumenschmeichlern klangen die Tage mit anregenden und unterhaltsamen Gesprächen aus.
Vielen Dank an Ingrid Kramer-Schneider vom Wormser RC, die diese Wanderfahrt sorgfältig geplant und trotz der coronabedingten Absagen eben nicht ganz abgesagt hat – es wäre so schade gewesen!

Dr. Franziska Küenzlen

1313 – Auf dem Hardangerfjord in Norwegen

24. Juni bis 4. Juli 2022

Was lange währt wird endlich gut – diesmal sogar richtig gut: Die von unserem beliebten Fahrtenleiter Detlef Döhnert und seiner norwegischen „Assistentin“ Natasza Sandbu schon vor Corona geplante Ruderfahrt auf dem Hardangerfjord findet mit zwei Jahren Verspätung tatsächlich statt!
Schwierig war die Neuplanung der Unterkünfte, da die ursprünglichen nicht mehr zur Verfügung standen z.B. durch einquartierte ukrainische Flüchtlinge. Günstig war, dass wir nicht mit dem Kirchboot ohne Rollsitze und mit bleischweren Riemen rudern mussten – wir konnten es ausprobieren und sind sicher: damit wären wir nicht weit gekommen.
Am 24.6. treffen wir uns erstmals nach unterschiedlicher Anreise mit Minibus und Bootshänger, Flug, öffentlichem Bus und Fähre in unserem angenehmen ersten und dann wieder letzten Quartier – Hardanger Akademiet in Jondal – zum gemeinsamen Abendessen. Unsere tüchtigen und ehrenamtlichen (!) Gastgeber merken sehr schnell, dass Ruderer extrem hungrige Menschen sind und versorgen uns rundum und reichhaltig – Frühstück, Lunchpaket, Abendessen – mit leckeren landestypischen Nahrungsmitteln und Gerichten.
Am nächsten Tag beginnt bei herrlichem Wetter unser straff geplantes Sport- und Kulturprogramm: Wir verteilen uns auf 15 Bootsplätze (1 Inrigger 4+, 1 4+, 1 4x+ aus Oslo geliehen) und 3x Landdienst mit umfangreichen Aufgaben: Anlegestellen für die Pausen finden, später auch einkaufen, kochen, Gepäck befördern. Insgesamt rudern

wir im Schnitt 173 km (ohne Extratouren, die es auch gab) auf stehendem Wasser, gelegentlich bei Wind und Wellen, am letzten Tag zum Abschied dann bei Wind, Wellen, Regen und Kälte, die Boote mussten ja zum Hänger zurück. Gleich am zweiten Tag war der Nachmittag für eine wunderschöne Wanderung reserviert und am dritten Tag besuchen wir eine historische Wasser-Sägemühle, die extra für uns in Betrieb genommen wird, und einige Runensteine mit Ritzungen aus der Wikingerzeit. Einige Tage später besichtigen wir noch das Schiffbaumuseum und besuchen einen Apfelhof mit Abendessen und Cidre-Verkostung.

Am dritten Rudertag habe ich Landdienst. Wir queren den Fjord mit dem Minibus voll Gepäck, finden einen Supermarkt, kaufen ein, ab sofort müssen wir uns selbst versorgen, finden die neue sehr urige Unterkunft mitten in der Wildnis, kochen ein mehrgängiges Abendessen und eilen dann den Ruderern zu Hilfe, die den Fjord mit den Booten überquert haben und anlegen wollen.

Ablegen und Anlegen muss man sich so vorstellen: Es gibt zwischen den aufsteigenden Felswänden kleine Kiesstrände mit wenigen (!) großen Steinen. Dort watet man mindestens knietief im erfrischend kühlen Wasser – Kneipp-ähnlich, das soll ja sehr gesund sein – und versucht, ohne auszurutschen ins schwimmende Boot zu gelangen oder aus diesem heraus. Die Boote werden dann auf die nächste höher liegende Wiese getragen, meistens gibt es irgendwo eine, und dort möglichst schonend und vor der Tide sicher abgelegt.

Es wundert nicht, dass wir nicht nur die weit und breit einzigen Ruderer waren, auch die allgegenwärtigen Paddelboote waren dort nicht unterwegs.

Der landschaftliche Höhepunkt unserer Tour ist der enge von steil aufragenden Felswänden und Wasserfällen begrenzte Fyksefjord. Ich rudere ihn zweimal bis zum Ende und der Landdienst des vorhergehenden Tages lässt lieber ein Museum aus um dieses Erlebnisses willen.

Wir ziehen noch zweimal um, nicht alle Unterkünfte sind komfortabel, dafür aber tief im Wald gelegen. Die Landdienste übertreffen sich mit dem Zubereiten der Abendmahlzeiten: Es gibt Fisch-, Schaf- und sogar Rentierspezialitäten der Region. Oder war das Elch? Für mich als Vegetarierin wird liebevoll gesorgt.

Stress am letzten Tag: Die Gletscherwanderung wird wegen des nun einsetzenden Schlechtwetters abgesagt. Da am Vortag das Unglück am Marmolata-Gletscher passiert war, sind wir nicht so unglücklich, haben plötzlich viel Respekt vor den Naturgewalten. Und die Fluglotsen streiken – die Heimreise wird für einen Teil der Gruppe zum Abenteuer. Für uns Minibusfahrer wird sie einfach nur lang: Boote in Oslo aufriggern, samt Hänger abliefern. 1x übernachten. Fahrt nach Kristiansand, Fähre nach Hirtshals, 1 Übernachtung in Dänemark. Am 3. Reisetag kommen auch wir wohlbehalten zuhause an.

Norwegen ist ein grandios schönes Land, besonders wenn man wie wir im Sommer kommt – es wurde ja gar nicht richtig dunkel – und Glück mit dem Wetter hat. Dabei waren:

- Detlef und Willi aus Ludwigshafen
- Heidi und Hans aus Erlangen
- Michael, Inge und Harald aus Heidelberg
- Steffi, Georg, Reinhold und Wolfgang aus Speyer
- Wolfgang aus Koblenz
- Holger aus Nordenham
- Stefano aus Turin
- Natasza, Jan, Arjen und Jakob, die „echten Norweger“ aus Oslo

Auch wenn man die Gesamtlebenszeit 1313 durch die 18 Teilnehmer teilt und da im Schnitt eine ansehnliche Zahl herausbekommt: Wir waren eine fitte und starke Truppe. Gerne mal wieder!

Danke an Detlef, Natasza und alle Teilnehmer*innen für die schöne Zeit.

Steffi Haase-Goos

Schneewittchen und die sieben Zwerge

Wir wissen zwar nicht genau, wer das Schneewittchen war, aber dafür waren die Zwerge fleißig: Dreck-weg-Tag im äußersten Norden von Speyer. An einem Samstag im März versammelten sich Ulla, Steffi, Christine, Falk, Andreas, Britta, Natascha, Claudia – mit freundlicher Unterstützung von Mops Tilly – zum gemeinsamen Müllsammeln im Reffenthal. Dabei ging es vor allem um das Gelände außerhalb der RGS, denn vor dem Haus soll's ja auch schön sein (wie die schwäbische Kehrwoche).
Ausgestattet mit Säcken, Handschuhen und Müllzangen machten wir uns auf, den Unrat rund um das Gelände zu beseitigen und fanden dabei so manch Kurioses – alte Kochplatten, Stühle usw. Letztlich kamen in relativ kurzer Zeit einige Säcke Müll und Sperrmüll zusammen.
Zum Abschluss durften Brezeln und Getränke auf der Terrasse nicht fehlen und die Sonne bestrahlte uns zufrieden.

Britta Gronbach und Dr. Claudia Mößner

Herzlich Willkommen in der RGS!

Wir begrüßen in diesem Jahr die folgenden neuen Mitglieder in der Rudergesellschaft Speyer und wünschen ihnen viel Spaß, Erfolg und viele tolle Erlebnisse beim Rudern!
Markus Eggersmann, Wolfgang Eiberger, Stephan Lang, Michael Mechnich, Günter Modzel, Ines Pietsch, Klaas Pietsch, Simon Scherner, Petra See, Markus Uhde, Theresa Amberger

Einige Stimmen unserer neuen Mitglieder zu ihrer Motivation und ersten Erlebnissen in der RGS:

Petra See

Ich fand Rudern schon immer spannend und wärmte mich im Fitnessstudio gerne auf dem Ruderergometer auf. Nach dem Schnupperkurs meine Erkenntnis: Schlecht rudern hab ich schnell gelernt, richtig rudern ist ein neues Lebensprojekt, der Ehrgeiz ist geweckt!

Michael Mechnich

Was gibt's Schöneres als in der Natur Sport zu machen. UND in unserem Verein habe ich mich gleich als „Familienmitglied" gefühlt. Einen besonderen Dank an die geduldigen und netten Trainer/innen!

Markus Uhde
Nachdem vor zwei Jahren mein erster Versuch mit dem Rudern zu starten coronabedingt gescheitert war, freue ich mich umso mehr, in diesem Jahr Teil der Rudereinsteigergemeinschaft zu sein. Christine und Falk und das gesamte Ausbildungsteam haben uns in den ersten Ruderwochen toll an die Hand genommen. Ein großes Dankeschön dafür!
In den letzten Jahren habe ich mich sportlich im Triathlon und im Radrennen betätigt. Nun möchte ich zum Rudern wechseln und würde mich freuen, wenn ich auch als Senior noch die ein oder andere Regatta mit euch fahren kann. Ich freue mich jedenfalls auf unsere gemeinsame Zeit auf dem Wasser und bin über jeden Tipp und Trick dankbar.

Markus Eggersmann
Da unser Sohn vom Rudern so begeistert ist, habe ich am Schnupperkurs teilgenommen. Dieser war toll organisiert und hat auch bei mir die Freude am Rudern geweckt.

Fragen an Werner Griesbach

Seit wann in der RGS?
Im Jahr 1953 bin ich durch Horst Bohrer, einen Schulfreund aus unserer Gymnasialklasse des humanistisch altsprachlichen Gymnasiums am Kaiserdom, zum Rudern gekommen. Mein Mitgliedsausweis trägt die Nummer 493 und ist auf den 12. Juni 1953 datiert. Vorsitzender war damals Rudolf Zechner und Rudolf Johner war Schriftführer.

Sportliche Aktivitäten und Erfolge?
Unsere Ruderausbildung erfolgte in Gig-Booten im Alten Hafen, der damals noch komplett zu befahren war. Relativ schnell kam es zur Ausbildung von Rennmannschaften unter den Trainern Erich Stopka und Werner Stan-

ge. Als Rennruderer war ich im sogenannten „Gmelch-Vierer“ aktiv (zusammen mit Alois Gmelch, Gerhard Weber, Jürgen Große und Steuermann Erich Spengler). Gleich 1954 konnten wir fünf Rennen mit Siegen für unser Team entscheiden. Bis zum Abitur und Beginn des Studiums bzw. der Berufsausbildung waren wir im süddeutschen Raum noch auf vielen Regatten erfolgreich.

Funktionen im Verein?
Nach meiner Rückkehr vom Studium war ich nur noch im Freizeitsport aktiv. In den 80-iger Jahren hatte ich zum Beispiel das Amt des Aktivensprechers. Gerudert bin ich meist mit den Ruderkameraden des „Freitagstammtisches“. Mit dieser Gruppe fanden auch regelmäßige Ski- und Wandertouren in das Haus des leider schon verstorbenen Ruderkameraden Wolfgang Noe im Schwarzwald statt.

Besondere Erlebnisse im Verein?
Nächstes Jahr werde ich 70 Jahre Mitglied der RGS sein. Ich habe in dieser Zeit so viele schöne Ereignisse erleben dürfen, dass es den Rahmen dieses Interviews sprengen würde.

Was bindet an den Verein?
In der RGS haben meine Familie und ich seit meiner Jugendzeit Kameradschaft erlebt und Freunde gefunden. Auch meine verstorbene Ehefrau Lilo und meine drei Kinder haben rudern gelernt. Heute rudert noch immer die Familie meiner Tochter.

Was kann man verbessern?
Meiner Meinung nach haben die RGS‘ler bisher meistens ihr Bestes gegeben, das soll auch so bleiben.

Früher war alles...
… einfacher, vielleicht auch aufgrund meines Gesundheitszustandes. Die RGS hatte aber schon immer engagierte Mitglieder und ein reges Vereinsleben. Außerdem hat sich die Trainingsmethodik geändert. Liegestützen wurden früher teilweise durch einen vollen Bierkasten auf dem Rücken erschwert. Für erfolgreiches Hochstemmen wurde einem ein Bier versprochen. Durch den Trainerfuß auf dem Kasten wurde dieses Ziel jedoch leider von keinem erreicht.

Blick in die Zukunft?
Mit meinen fast 70 Jahren Mitgliedschaft habe ich die Entwicklung der RGS lange verfolgt. Sie war und ist positiv. Mittlerweile haben wir sogar zwei Bootshäuser und im Reffenthal ein sehr schönes Ruderrevier für alle. Leider kann ich nicht mehr in ein Ruderboot steigen. Ich wünsche der RGS in Zukunft weiterhin viele engagierte ehrenamtliche Mitglieder, die den Verein voranbringen.

Lebensmotto?
Zufriedenheit und immer weiter so!

Persönliche Wünsche?
Ich wünsche allen Gesundheit und Frieden und dass die RGS ihre positive Entwicklung beibehält.

Die Fragen stellte Angelika Schwager

Herzlichen Glückwunsch

… zu langjähriger Mitgliedschaft in der RGS:

25 Jahre:
Andrea Barkow
Thomas Grebner
Kathrin Josy
Danika Seibert

50 Jahre:
Claudia Mößner
Dieter Rauschelbach

… zur Verleihung der Rennruderernadeln:

Bronzene Rennruderernadel:
Alexander Martirosyan

Silberne Rennruderernadel:
Marion Peltzer-Lehr
Arndt Garsuch
Ole Bartenbach

Goldene Rennruderernadel:
Corinna Bachmann

… zu einem besonderen Geburtstag:

50 Jahre:
Cornelia Cerin
Peter Faber
Thomas Maier
Ines Pietsch
Andreas Poth
Kathrin Stahl

60 Jahre:
Andrea Flörchinger
Ottmar Gärtner

Stefan Köffler
60 Jahre:
Bernd Peters
Alexander Wels

70 Jahre:
Reinhold Eppel
Cornelius Freyer
Gerhard Kayser

80 Jahre:
Jutta Kopf
Hedi Schädler
Rolf Wessel

81 Jahre:
Dorle Gmelch
Günther Schuff
Hildegard Strauch

82 Jahre:
Norbert Franz
Friedrich Jung
Christa Kreckel
Evi Kretz
Hartmut Schädler

83 Jahre:
Helmut Kopf
Hannelore Neubauer
Dorothea Schuff

84 Jahre:
Dieter Daut
Peter Gdanietz
Horst Neubauer

85 Jahre:
Ilse Daut
Horst Kreckel
Ursula Rauschelbach

86 Jahre:
Werner Griesbach

87 Jahre:
Jürgen Große
Dieter Rauschelbach

88 Jahre:
Herbert Peters
Winhard Schott

89 Jahre:
Gertrud Wiemer

94 Jahre:
Helmut Müller
Gustl Seelinger

95 Jahre:
Renate Bohn

100 Jahre:
Margarete Boiselle

Ingo Janz

Was macht denn eigentlich … Hannah Wadle?

Liebe Ruderfamilie,
wer kennt das nicht: man sitzt gemütlich zusammen, redet über Dies und Das und plötzlich stellt einer die Frage: „Was macht denn eigentlich …?“
In dieser neuen lockeren Reihe wollen wir eben diese Frage stellen und fangen an mit unserem Mitglied Hannah Wadle (Jg. 85). Sie kam als Zehnjährige in den Verein, drehte anfangs jeden Dienstag im Alten Hafen im Einer unter Alfred Zimmermanns strengen Traineraugen ihre Runden und hält der RGS bis heute die Treue.

Wie viel RGS gibt es bei dir noch im Alltag?
Wenn ich ein paar Tage in Speyer bin, versuche ich immer ein paar Mal aufs Wasser zu gehen. Wenn es Feste gibt und ich bin in Speyer, bin ich auch gerne dabei, feiernd oder als Helferin.

Wie erfährst du etwas über die RGS?
Zum einen über Dr. Harald Schwagers verlässliche RGS Schnell-Info, aber auch über die Whatsapp-Gruppe der Masters und das „Ruderblatt“.

Was machst du beruflich?
Ich bin Dozentin und Forscherin. Nach der Promotion an der University of Manchester (mit einem Jahr Feldforschung in Masuren, Polen) und einigen Jahren der Selbständigkeit als Lehrbeauftragte, Kulturproduzentin und Künstlerin in GB bin ich seit 2019 Assistenzprofessorin für Sozialanthropologie an der Adam-Mickiewicz-Universität in Poznań, Polen. Dort unterrichte ich B.A.- und M.A.-Studierende auf Englisch und Polnisch. Kursthemen sind z.B. Qualitative For-

schungsmethoden der Sozialwissenschaften, Anthropologie des Tourismus, Sozialanthropologische Perspektiven auf Europa, Polens Gesellschaft im Postsozialismus, Berufsorientierung für Sozialanthropolog:inn:en.
Meine Forschungsbereiche: Tourismus, Kulturerbe, Sehnsucht und Sehnsuchtsorte, Post-WWII, Post-Cold War, Europa, Kulturproduktionen in Krisensituationen.

Familie?

Habe ich in vielen Orten – meine Eltern sind in Speyer und meine RGS-Ruderfamilie auch. Ich habe meine polnisch-deutsche Kultur-Familie rund um das Schloss in Sztynort (ehm. Steinort) in Masuren, wo ich jedes Jahr im August das 7-tägige STN:ORT Festival organisiere. Meine Wissenschaftsfamilie der Anthropologie ist in Europa und auf der ganzen Welt verstreut. Zur Familie gehören auch meine Freunde aus London und Hebden Bridge. Meinem Partner will ich die RGS auch gerne bald einmal zeigen und ihm als ehemaligem Basketballer einen Crashkurs im Rudern geben.

Hast du neue Sportarten für dich entdeckt?

Segeln, Surfen, Kajakfahren – Wasser ist immer was Schönes. Und natürlich Schwimmen. Ansonsten auch gerne bergauf und bergab auf dem Fahrrad – in der Pfalz oder den Yorkshire Dales. Wettkämpfe mache ich eigentlich nur im Rudern – nur manchmal undercover im Schwimmbad oder auf der Radspur.

Sind Kameraden im Boot Freunde fürs Leben?

Ja, auf jeden Fall. Mit meiner Doppelzweierpartnerin Kristina (Dr. Kristina Wagner-Jörgens) bin ich nach wie vor eng befreundet und wir halten auch nach unserer Ruderlaufbahn zusammen. So haben wir uns während unserer Doktorarbeiten und in persönlichen Krisen unterstützt und gehen auch gern gemeinsam aus und genießen das Leben. Meine Freundin Paula (Dr. Paula Bednarz), Biologin und talentierte Sportlerin, der ich in Poznań während meines Erasmus-Studiums Rudern beigebracht habe, habe ich nach über zehn Jahren dort wiedergefunden, als ich dort meine Stelle an der Uni bekommen habe. Jetzt lebt sie in Frankreich und rudert dort, ich

hoffe sie bald zu besuchen. Mit meiner Rudercrew aus Manchester bin ich weiterhin über soziale Medien in Verbindung. Zu Beginn des Krieges in der Ukraine hatte ich viel Kontakt zu Lars und Danika, weil wir überlegten, zwischen Speyer und Poznań eine Hilfsaktion zu starten. Ralf Burkhardt, Martin Gärtner und Jockel Huck haben mich zu unterschiedlichen Zeiten trainiert, anfangs auch noch Herrmann Fuchs, Alfred Zimmermann, Christoph Vollmer und Beate Wettling, eine Zeit lang Volker Kalus, manchmal ist auch noch Frank Becker eingesprungen – sie bleiben alle meine TrainerInnen, denen ich dankbar verbunden bin. Wenn ich heute ab und zu wieder zum Beispiel mit Ralf, Frank oder Harald aufs Wasser gehe, die ich alle sehr lange kenne, ist das sehr schön und vertraut, ein bisschen wie Family. Ich hoffe darauf, dass ich auch in Zukunft neue Freunde durchs Rudern gewinnen kann. Zu Zeiten von Social Media ist es außerdem spannend, Ruderclubs und ihren Teams aus aller Welt zu folgen.

Was hat dir das Rudern / die RGS fürs Leben mitgegeben?

Rudern:

- Eine außergewöhnliche Perspektive – vom Wasser aus und rückblickend die Schönheit verschiedener Tages- und Jahreszeiten auf dem Wasser kennenzulernen.
- Als jugendliche Rennruderin Deutschland vom Wasser aus entdecken zu dürfen und Gewässer zu erleben.
- Immer wieder Alleinzeit auf dem Wasser schätzen zu lernen, Gedanken fließen oder wegfliegen zu lassen, zu mir zu kommen.
- Harmonie und Gleichgewicht mit der Natur und anderen Ruderinnen und Ruderern zu erleben.
- Vertrauen, anstrengende und große Aufgaben mit ausreichend Vorbereitung schaffen zu können.
- Was es heißt, für eine andere Person oder ein Team eine gute, verlässliche und starke Partnerin zu sein – mitzuziehen, sich gegenseitig zu motivieren, mit vereinten Kräften voranzukommen und ein Ziel zu erreichen.

Die RGS:

- Stabilität und Erdung, über Jahre Mitglied einer Gruppe und damit auch Teil von Speyer sein zu können, sich gegenseitig reifen zu sehen
- Es ist möglich, unterschiedliche Ansichten und Lebensentwürfe zu haben, an Land auch mal zu diskutieren und sich uneinig zu sein; man kann trotzdem im Boot zusammen weiterkommen und gemeinsam etwas erreichen.
- Im Verein entwickelt man gemeinsame Werte, eine kleine Mikrogesellschaft und Vertrauen füreinander.
- Gerade beim Rudern sind wir so eng mit dem Reffenthal verbunden wie ein eigener kleiner Stamm, eine kleine „Ethnie“. Wir haben unsere Werkzeuge, unsere eigenen Ruder-Techniken, kennen jede Biegung, jeden Windeinfall, unsere Rituale. Und immer wieder Fehden mit den Motorisierten. Manchmal denke ich beim Rudern an die Einheimischen, die vor den Römern auf ihren Booten durch die verzweigte Flusslandschaft kreuzten und dort zuhause waren, und überlege, ob wir nicht ein bisschen so sind wie sie.

An wen aus der RGS denkst du jetzt und warum?

Vielleicht aktuell an Dr. Claudia Mößner, Ralf Burkardt und Ingo Janz, unsere tolle Vereinsspitze. Alle drei haben mich immer auf ihre eigene Weise inspiriert – zu Land und zu Wasser. Und an unsere Ruderdiaspora in China, also Dr. Nils Seibert und Familie – er hätte doch sicher auch viel Spannendes zu erzählen.

Hannah Wadle
Die Fragen stellte Angelika Schwager

Rückmeldungen zu unserem Schnupperkurs

Ich wollte mich erst einmal ganz herzlich bei euch allen bedanken, die ihr den Kurs möglich gemacht und euch so viel Mühe gegeben habt!
Den Kurs fand ich sehr gut aufgebaut – die Dreiteilung mit Freitag Theorie (Boote, Skulls, Einsteigen, …), Samstag „Reinschnuppern“ auf dem Wasser und Sonntag das Erfahren der ersten richtigen Kilometer! Es wurde jeder mitgenommen und integriert und konnte so in die Materie entspannt reinschnuppern.
Aber ganz besonders schön fand ich eure sehr nette und freundliche Art, uns Neuen das Gefühl zu geben, willkommen zu sein!

Dr. Wolfgang Eiberger

Ein Beitrag für den Klimaschutz.

Morgen kann kommen.
Wir machen den Weg frei.

www.vvrbank-krp.de/klima-initiative

Klima-Initiative Morgen kann kommen

Wir spenden für das Baumpflanzprojekt „Wurzeln“ Setzlinge aus den Reinertragsmitteln des Gewinnsparens.

Vereinigte VR Bank
Kur- und Rheinpfalz eG

Nachdem ich immer wieder mal über Rudern als Sport nachgedacht und mich durch Zufall mit Sabine Marczinke darüber unterhalten hatte, war ich Feuer und Flamme für den Schnupperkurs. Corona hatte nun endlich Erbarmen (oder die Regierung) und dieses Jahr klappte es nun auch.
Was soll ich sagen? Es hat mir wirklich viel Spaß gemacht! Ich hatte drei sehr entspannte Tage mit ebenso entspannten, erfahrenen, geduldigen und freundlichen Ausbildern. Ich bekam ein bisschen Einblick in das Clubleben und so viele Erläuterungen zur Technik, zu den Gerätschaften und zum Ruder-Universum, wie ich haben wollte. Es gab immer Platz für Fragen. Jeder Ausbilder erklärt anders und das Rudern hat auch immer besser geklappt.
Meine Erwartungen wurden erfüllt und ich habe für mich eine Sportart gefunden, der ich sicherlich treu bleiben werde. Auf zu den nächsten Trainingseinheiten!

Petra See

Das Schnupperrudern hat uns super gefallen. Die Trainer haben die Freude am Rudern sehr gut rübergebracht und die Lust auf mehr bei uns geweckt. Es war sehr schön, dass man am zweiten Tag nochmal neue Kombinationen ausprobieren konnte. Das Ergebnis ist ein angenehmer Ganzkörpermuskelkater!

Ines und Klaas

Besonders gut gefiel mir, mit wie viel Engagement und Begeisterung die vielen Betreuer dabei waren. Ich war auch beeindruckt von der Anzahl.
Am Freitag hat man einen guten Überblick über das Rudern, die Technik, die Boote, das Gebäude, etc. bekommen. Gut fand ich die Vorstellungsrunde und die Namensschilder. Gerne wäre ich am Freitag schon ein paar Züge gerudert, aber das hätte sich wahrscheinlich nicht gelohnt. Eine Info, dass wir am Freitag noch nicht rudern, hätte uns die Überlegungen erspart, welche Sportsachen wir anziehen.
Es war super, dass auf jedem Boot Betreuer mit dabei waren und direkt vor Ort Erläuterungen gegeben haben. Die Ruderzeiten waren passend, nicht zu kurz, nicht zu lang.
Am nächsten Dienstag kann ich leider nicht kommen, habe aber das Training für die kommende Woche schon fest im Kalender vermerkt.

Markus Eggersmann

Gefallen hat mir die gute Organisation und dass es viel Praxis und wenig Theorie gab. Außerdem hatte ich immer das Gefühl, dass auf meine Wünsche eingegangen wurde. Dass für die Betreuung danach sowohl Gruppen- wie auch Einzelbetreuung möglich ist, finde ich ebenfalls gut.
FAZIT: Ich bin überzeugt, dass ich mein Ziel, schnellstmöglich und selbstständig Einer fahren zu können, mit euch umsetzen kann.
Dennoch: Sicher werde ich auch in einem Zweier oder Vierer zurechtkommen.

Stephan Lang

Nach dem Schnupperkurs bin ich nachhaltig beeindruckt vom Wesen des Rudersports und vom Team der RG Speyer. Beeindruckt bin ich von der hervorragenden Organisation so-

wie der ruhigen und professionellen Durchführung des Kurses. Die Struktur des Kurses in Theorie, Praxis und Vertiefung war gut aufgebaut und ich hätte nie gedacht, dass ich an meinem ersten Ruderwochenende schon 22km rudern würde! Mein Lob geht außerdem an unsere Trainer Christine und Falk, die ihren ersten Kurs als Trainer solide und sehr sympathisch gemeistert haben!
Alles in Allem kann ich den Kurs nur weiterempfehlen! Kleiner Verbesserungsvorschlag: In der finalen Mail mit dem Zuschlag würde ich den genauen Zeitplan aller drei Tage nochmals angeben – oder habe ich den übersehen?
Was das Rudern selbst angeht, möchte ich mir vor einer Entscheidung noch das Paddeln ansehen und mich erst dann festlegen. Außerdem kann ich momentan den Dienstag noch nicht immer freischaufeln.
Als Sport ist Rudern auf jeden Fall ein super Ausgleich zum Radsport! Die gleichmäßige Bewegung hat sogar was Meditatives ...

Tilo Arnold

Vereinskleidung: Krawatte – Ja oder nein?

Kein Witz, in den sechziger Jahren soll es einmal den sogenannten ‚Krawatten-Vierer' gegeben haben, junge Athleten, die spaßeshalber den ‚Kulturstrick' zu ihrem Ruderdress trugen. Leider habe ich kein Foto von dieser lustigen Truppe. Für alle ‚Neuankömmlinge' in der RGS: Keine Angst, Krawattenzwang gibt es bei uns nicht. Aber wir haben Vereinskleidung, und wie ihr die bekommen könnt, zeigen wir euch hier und auf unserer Homepage (rg-speyer.de/rudern/sportbekleidung): Rennsportbekleidung gibt es über einen WebShop bei der Firma NewWave, Trainings- und Freizeit-T-Shirts über die Firma werbewelt-pfalz – und dann gibt es noch die Brustring-T-Shirts.
Für mich war 1970 beim Eintritt in die Rudergesellschaft der Erwerb des begehrten Brustring-Trikots, damals noch bei „Hut Niemand" auf der Maximilianstrasse, wie ein Ritterschlag. Damit gehörte ich ‚dazu' zur großen Ruderfamilie, bei der ich mich noch immer sehr wohlfühle. Nebenbei: Laut Ruderordnung § 11 ist die „offizielle Ruderkleidung der RGS […] das weiße Trikot mit rotem Brustring". Bei Regatten und „offiziellen Auffahrten" ist die vom Verein festgelegte Ruderkleidung sogar Pflicht.
Ich persönlich finde beim Spaziergang am Rheinufer den Anblick von Booten mit einer Mannschaft in einheitlicher, offizieller Ruderkleidung einfach schön. Er sieht halt klasse aus, unser traditioneller Brustring, bis vor kurzem noch das Erkennungszeichen der Deutschen Nationalmannschaften, zu Wasser und zu Land! Apropos: Bei Ausfahrten auf dem Rhein wirkt das Piktogramm mit unse-

rem Vereinsnamen auf dem Rücken auch wie ein „Nummernschild“, was im Zweifelsfall von Nutzen sein kann. Also, liebe Ruderkameradinnen und -kameraden, zeigt mit dem Vereinstrikot eure Zugehörigkeit zur RGS, auf die wir alle stolz sein können!
Die Brustring-T-Shirts gibt es auf Anfrage bei mir im Reffenthal, Anprobe nach Voranmeldung dienstags oder donnerstags.
Mit rudersportlichen Grüßen,

Angelika Schwager

Gymnastikstunde der Frauen mit männlicher Verstärkung …

Im Januar 2018 fällt der Startschuss für die Gymnastik der Seniorinnen in der RGS. Die Bewegungseinheiten überbrücken die Zeit im Winter und bereiten auf die Sommersaison im Boot vor.
Zehn trainingswillige Ruderinnen treffen sich montags um 9.30 Uhr, zusammen mit ihrer Trainerin Usch Herbel wird eine Stunde ausführlich gedehnt und gekräftigt. Von Oktober bis April gibt es dieses „Trockentraining“, dann kommt Corona und bremst uns aus. Mit dem Lockdown läuft zunächst gar nichts mehr, denn alle Aktivitäten mit Gruppen in geschlossenen Räumen sind untersagt. So vergeht der Winter. Im Juni 2020 holen wir einen Teil der ausgefallenen Stunden im Rheinstadion unter freiem Himmel nach. Im Oktober 2021 beginnt das Training mit einer Neuerung: auf Anfrage eines Ruderers zur Teilnahme verstärken ab sofort auch Männer die Gruppe.
Mittlerweile zählt die Truppe 13 Teilnehmer:innen. Leider gibt es im darauffolgenden Winterhalbjahr wieder Corona-Einschränkungen. Ein „harter Kern“ der Gymnastik-Teilnehmer ist bereit, sich vor Beginn der Stunde vor aller Augen zu testen. März 2021 dann die erfreuliche Meldung: Training ohne Corona-Regeln wieder möglich!
Übers Jahr gibt es aber auch gesellschaftliche Treffen wie zum Beispiel eine Radtour mit Picknick am See, Wanderung in der Pfalz, Glühweinwanderung im Dudenhofener Wald, sowie Geburtstags- und Einstandsfeste, so vergeht der Sommer und alle freuen sich immer wieder auf den Beginn des gemeinsamen Fitnesstrainings im Stammhaus.

Usch Herbel

Glück oder doch kein Glück bei der 13. Kirchbootregatta

Das Wetter war perfekt, die Organisatoren hatten ganze Arbeit geleistet, die Helfer standen bereit, die Zuschauer hielten die Hände zum Klatschen bereit, die 24 Teams waren motiviert und durch die Trainings gut vorbereitet, um nach zweijähriger coronabedingter Pause die 13. Auflage der Speyrer Kirchbootregatta bei viel Spaß und guter Laune zu genießen.
Die ersten Rennen verliefen, kompetent kommentiert von Spitzenruderin und Kirchbootregatta-Moderatorin Alicia Bohn, sogleich auch spannend. Doch der Kampf Schwarz gegen Rot, besser bekannt CDU gegen SPD, nahm einen kuriosen Verlauf, die SPD führte deutlich, dennoch gewann die CDU. Was war passiert? Nach etwas mehr als zwei Drittel der Strecke tat es einen dumpfen Schlag, die SPD-Recken waren einfach zu stark, die Bordwand riss auf nahezu zwei Metern auf, an ein kraftvolles Weiterrudern war nicht mehr zu denken.
Organisator Felix Gard und sein Team ließen sich schnell etwas einfallen, riefen alle Obleute zusammen. Die Vereinbarung war schnell gefunden, jedes Team durfte zwei Mal gegen die Zeit rudern, die beste Zeit entscheidet über die Siegerboote.
Somit konnte das von der roten, ähm rohen Wucht zerstörte Kirchboot durch die ebenfalls teilnehmenden Bestatter Zerf, die die Wertung für die originellste Mannschaft erhielten und insgesamt 9. Boot in 48,30 Sekunden wurden, zu Grabe gerudert werden. Dies geschah unter dem Gejohle und Klatschen der vielen Gäste.
Spannend blieb es allemal, das Team „Irish Pub Outside“ hatte mit 46,9 Sekunden eine tolle Zeit vorgelegt, die dann von dem Team „BASF Technical Trainees“ mit 46,2 Sekunden deutlich unterboten wurde. Es lief Rennen um Rennen, keine Mannschaft kam an die tolle Zeit heran. Knapp wurde es, als das Newcomer-Team „Thor GmbH“ angriff. In exakt 47,0 Sekunden bedeutete dies Platz eins unter den Kirchboot-Novizen und in der Gesamtwertung Rang vier. Auch die „Diakonissen“, am Ende das schnellste Mixed-Team und Gesamt-Sechster, kamen in 47,3 Sekunden nahe ran.

Hapag-Lloyd
seaco

Die „BASF Technical Trainees“ begannen sich schon zu freuen, stand kurz vor 18 Uhr doch nur noch ein Boot aus, der Hockey-Club Speyer. Und was legte das Hockey-Team für einen perfekten Lauf hin, die Stimme der Moderatorin Alicia Bohn begann sich vor Begeisterung zu überschlagen „das Team rudert technisch einwandfrei zusammen, lässt das Boot laufen, was für eine Geschwindigkeit, bing bing, jetzt ist es geschafft“. Mit dem letzten Rennen, dem letzten Schlag hatte das Hockey-Team alle vorherigen Zeiten komplett pulverisiert: 42,80 Sekunden, das bedeutet umgerechnet eine ganze Bootslänge, eine Welt, vor den bereits hervorragenden Zweiten. Die 13. Kirchbootregatta sah einen verdienten Sieger: Hockey-Club Speyer.
Die Zahl 13 löste dann doch noch Freude aus, das von Ralf Mattil gesteuerte Team „SoroptimistClub Speyer“ gewann als reines Damenboot die Frauenwertung und lag mit tollen 49,2 Sekunden auf Rang 13 der Gesamtwertung.
Nicht verschweigen wollen wir auch, dass sich die SPD noch gegen die CDU durchsetzte und in den Zeitrennen 1,6 Sekunden schneller war. Die Parteien-Bootsspitze hatten jedoch die Grünen vorn, die sich zeitgleich mit dem Kanuclub den 15. Platz in 49,60 Sekunden teilten.
Nach dem letzten Rennen kam noch eine Crew im Kirchboot von Karlsruhe kommend auf dem Weg nach Neuss den Rhein heruntergerudert. Speyer war der Zielpunkt des Tages. Wenn die Crew doch nur einige Stunden früher aufgebrochen wäre, war sie doch in einem baugleichen Kirchboot wie die Speyrer Zwillinge „Charlie“ und „Konrad“ unterwegs. Ja, wenn.
Ein großes Dankeschön geht an die vielen Helferhände, die es ermöglicht haben, die Trainings durchzuführen, die Kuchen gebacken und verkauft haben, Motorboote über den Rhein ins Bootshaus transferiert haben, die Anmeldungen organisiert und entgegen genommen haben, den Auf- und Abbau geleistet haben, in der prallen Sonne Start und Ziel verantwortet haben, sich der Verantwortung gestellt haben, Geschirr gespült haben, aufgeräumt haben, Spaß haben nicht vergaßen und alle hier nicht aufgezählten Helferaktivitäten auch erledigt haben.
Es war wie bei jeder Kirchbootregatta erneut ein großer Kraftakt!
Vielen Dank!

Dr. Harald Schwager

Ideen gefragt!

Liebe Ruderkameradinnen und Ruderkameraden, endlich läuft unser Vereinsleben wieder nahezu normal: Trainingsgruppen treffen sich, Regatten werden unter erfolgreicher Speyrer Beteiligung abgehalten, Vereinsevents finden statt. Das macht uns allen viel Freude, bringt aber auch viele Aufgaben mit sich, für die viel ehrenamtliches Engagement notwendig ist. Habt Ihr Ideen, wie wir mehr Vereinsmitglieder dazu ermutigen können, beim Kindertraining, bei der Jugend-Regattabetreuung und bei unseren Vereinsevents mitzuhelfen? Habt Ihr Tipps, wie wir Dinge vielleicht organisatorisch anders machen könnten, damit sich mehr Menschen einklinken können? Bitte meldet euch über ruderblatt@rg-speyer.de oder sprecht das Redaktionsteam einfach direkt an. Jede Idee zählt! Oft sind es Kleinigkeiten, die den erwünschten Erfolg bringen.
Wir freuen uns schon auf Eure Anregungen.

Euer Ruderblatt-Team

Nachruf Claus-Dieter Heller

Unser am 10. März 2022 verstorbener Ruderkamerad Claus-Dieter Heller, genannt „Kadschi“, Jahrgang 1950, war nach seinem Eintritt in die RGS am 1. Januar 1968 einige Jahre mit mir in der Rennruderer-Trainingsgruppe unter Trainer Werner Stange. Sofern er nicht an Verletzungen laborierte, erzielte er

in verschiedenen Bootsklassen einige Erfolge. Als gelernter Bauzeichner und – darauf aufbauend – studierter Architekt arbeitete er damals natürlich im Baugewerbe und war der Rudergesellschaft eine große Hilfe z.B. beim Hochwasser im Jubiläumsjahr 1983.
Auch nach seiner aktiven Trainingszeit hielt er immer losen Kontakt zu seinem Verein, feierte oft mit seinen früheren Kameraden u.a. seinen Geburtstag auf dem Brezelfest. Lange Jahre war Kadschi ebenfalls Mitglied der Freitags-Volleyball-Gruppe („die Jungen"). Zur anschließenden Durstbekämpfung mit Diskussionsrunden in seiner Gaststätte „Eulenspiegel" saßen dann alle Sportler zusammen.

Ab dem Zeitpunkt des Grundstückserwerbs im Reffenthal gab es dann verschiedene Treffen im „Eulenspiegel" in Sachen Neubau, Planung, Ausschreibung, Bauüberwachung etc. Dieses im Jahr 2017 eingeweihte Trainingszentrum als gelungenes Beispiel seines Könnens wird uns immer an unser Mitglied Claus-Dieter Heller erinnern.
Wir werden ihm ein ehrendes Andenken bewahren.

Alfred Zimmermann
für die Rudergesellschaft Speyer

Nachruf Uschi Burkhardt

Am 6. Juni 2022 traf uns die Nachricht, wegen der Vorgeschichte nicht ganz unvorbereitet, aber trotzdem wie ein Paukenschlag, dass unsere liebe Freundin den Kampf gegen ihre Krankheit nicht bestanden hat.
Uschi, deren von Epfenbach, wie wir sie von Anfang an, als sie mit ihrem Mann Dieter nach Speyer kam, nannten, war eine liebe und hilfsbereite Freundin. Sie war trotz der vielen Operationen, die sie überstehen musste, immer lustig und zufrieden.
Von Anfang an hat sie sich in der Rudergesellschaft und in dem Freundschaftskreis der Freitagsabendstammtischler wohlgefühlt. Sie war immer hilfsbereit und eine gute Gastgeberin. Für die Rudergesellschaft war sie immer bereit zu helfen.
Sie war stolz, in dem Verein Mitglied zu sein, in dem ihr Mann sich viele Jahre um die Mit-

gliedsbeiträge bemühte und ihr Sohn Ralf als erfolgreicher Ruderer viele Siege einfuhr und sich dann ins Vorstandsteam wählen ließ.
Wir vermissen sie sehr und werden immer an sie denken.

Helmut Kopf
für die Rudergesellschaft Speyer

Umweltzertifikat

Liebe Ruderkameradinnen und Ruderkameraden,
im letzten Sommer berichteten wir über die Umweltinitiative von Lars Seibert und Arndt Garsuch im Reffenthal. Tatkräftig unterstützt von Rainer Bohn, Claudia Mößner, Steffi Haase-Goos … legten die beiden damals ein erstes Blumenbeet an, das unseren Sommergast-Bienen als besondere Futterquelle dienen soll. Hinzu kamen ein Insekten- und Kleintierhotel, Unterschlupfmöglichkeiten aus Schwemmholz, Nistkästen, weitere Staudenbeete und die Wiederaufforstung des Geländes mit einheimischen Bäumen.
Durch diese und weitere Umweltschutzaktionen gehört die Rudergesellschaft seit Mai 2022 zu den wenigen Vereinen in Deutschland, die durch den DRV umweltzertifiziert worden sind. Und dies passt wunderbar zu unserem Claim „Unser Rudern bewegt." Natürlich ist Rudern die wichtigste Nebensache der Welt, aber unser Verein ist so Vieles mehr – Gemeinschaft, gesellschaftliches Engagement und nun eben auch bewusst praktizierter Umweltschutz.
Die RGS hat neben den oben genannten Maßnahmen im Reffenthal weitere Bausteine zu einem Nachhaltigkeitskonzept zusammengefügt, das letztlich zur verbandlichen Würdigung führte:

- Verzicht auf Pestizide
- die Einführung von „Rainers Knoten" – eine Seilkonstruktion an allen Bootshaustüren, um das „Offenstehen" und damit unnötigen Wärmeverlust im Winter zu vermeiden
- regelmäßige Reinigung des Vereinsgeländes
- das Kooperationsprojekt mit Greenpeace im Jahr 2019
- weitestgehender Verzicht auf Plastikgeschirr bei Veranstaltungen
- die bewusste Entscheidung mit Bus und Bahn zu Regatten und in Trainingslager zu fahren
- die Bildung von Fahrgemeinschaften und die Anmietung von Bussen, um die Fahrten mit privaten PKW auf ein Minimum zu beschränken
- der Betrieb einer Solaranlage im Reffenthal

Zukünftig wollen wir die Benzinmotoren der Trainerboote durch Elektromotoren ersetzen und Schulungen für Wanderruderinnen und - ruderer zum Thema „Aktiver Gewässerschutz" anbieten, um ein paar Beispiele zu nennen.
Wir können stolz auf uns und unsere RGS sein! Dieses Engagement ist ein weiterer Baustein zur Zukunftssicherung unseres Traditionsvereins. Deshalb an dieser Stelle herzlichen Dank an alle, die sich für die oben genannten Aktionen eingesetzt haben, besonders aber an euch beide, Lars und Arndt.
Übrigens, wenn Ihr Ideen zum Umweltschutz habt, meldet Euch bei mir, lasst uns an dem Thema dranbleiben: martina.schott@rudern.de

Dr. Martina Schott

Kirchboote wieder vermehrt im Reffenthal unterwegs und Aufruf

Auch nach der Kirchboot-Regatta in diesem Jahr – unzweifelhaft das Highlight der RGS in dieser Bootsklasse – sind aber auch danach immer wieder Kirchboot-Teams im Reffenthal unterwegs gewesen und werden es über den Sommer hinaus auch noch sein. Die gelockerten Corona-Bedingungen haben viele externe Interessenten genutzt, um mit ihren Mitarbeitern, Geschäftspartnern, Freunden etc. ein Kirchboot-Event bei der RG Speyer zu buchen und durchzuführen.
Um das Interesse an solchen Veranstaltungen auch über die durchgeführte Qualität seitens der RGS zu fördern, werden immer wieder Helfer aus den Reihen der Rudergesellschaft benötigt. Norbert hatte bereits im Vorfeld der jüngsten größeren Einsätze ein Helferteam angeschrieben. Wer Interesse hat, sich zukünftig hier unterstützend einzubringen, möge sich bitte mit Norbert Herbel in Verbindung setzen.
Einige der Veranstaltungen der vergangenen Wochen seien an dieser Stelle genannt:

- 20. Juni: BASF Team, 12 Personen
- 29. Juni: ANICURA-Team (Tierarztpraxis Speyer-Nord), 25 Personen
- 30. Juni: LANXESS-Team, 25 Personen
- 6. Juli: BASF-Team, 45 Personen

Weitere geplante Kirchboot-Einsätze sind auf der Homepage der RGS zu finden.

Die extern gebuchten Kirchboot-Veranstaltungen sind eine klassische „win-win-Situation“ für beide Partner. Die buchende Gruppe erhält ein nicht alltägliches, individuell zugeschnittenes und nachhaltiges Team-Erlebnis – es gibt zu allen Veranstaltungen inzwischen zahlreiche positive Rückmeldungen und bei Bedarf besteht auch die Möglichkeit eines professionell begleitendenden Teambuilding-Events – und für die RG Speyer ist es eine Möglichkeit, über die darüber generierten Einnahmen den Bootspark auf der Höhe der Zeit und interessant zu halten.

Daher möchten wir Euch gerne ermuntern, die positiven Eigenschaften eines gemeinschaftlich erlebten Ruder-Events – wir sitzen buchstäblich und physisch alle in einem Boot und funktionieren als Team erfolgreich- in Eurem beruflichen Umfeld zu streuen und dafür zu werben. Die Erfahrung zeigt, dass sowohl Buchende als auch Durchführende jede Menge Spaß dabei haben und jede einzelne Veranstaltung auf beiden Seiten in guter Erinnerung bleibt.

Dr. Markus Prüfe

Eure Bilder für das Winterheft !

Für die Winterausgabe des „Ruderblattes“ planen wir eine Bilderstrecke von möglichst vielen – am besten allen! – RGS-Mitgliedern. Aber nicht einfach nur ein Bild von Euch würden wir gerne aufnehmen, sondern gleich zwei! Das erste Bild sollte aus dem Jahr Eures Eintritts in die RGS stammen, das zweite ein aktuelles aus diesem Jahr sein.
Je mehr sich daran beteiligen, desto spannender wird es und es gibt für die kommenden langen Winternächte jede Menge zu blättern und zu schauen.
Also, wir freuen uns auf jedes eingereichte Bilderpärchen. Bitte schickt die Bilder an die Email-Adresse des Redaktionsteams:
ruderblatt@rg-speyer.de

Creme Dich ein!

Und hier noch ein Tipp aus der Gesundheitsecke: Eines unserer Mitglieder geht regelmäßig zum Hautscreening, um vor bösen Überraschungen sicher zu sein. Bei dieser Gelegenheit unterhielt sich ein Ruderkamerad auch mit dem Arzt seines Vertrauens und wurde etwas überrascht, als sich dieser mit großer Leidenschaft zum Rudersport äußerte. Laut Dr. Krekel sind wir ganzjährig zu fleißig und zu ungeschützt und deshalb gehören wir zu einer besonders gefährdeten Spezies von Sporttreibenden. Die Kombination aus wenig Haut bedeckender Kleidung und dem fleißigen, sprich stundenlangen Training auf dem reflektierenden Wasser macht uns, mehr als andere, zu möglichen Hautkrebs-Patienten.
Doch Ihr könnt etwas tun! Auch wenn der Himmel bedeckt ist: Mütze aufsetzen, eincremen, eincremen, eincremen, idealerweise Sportbekleidung mit Lichtschutzfaktor nutzen und das Anlege-Bierchen im Schatten genießen. Und auch an das Hautscreening denken, dann können wir den schönsten Sport der Welt praktizieren, bis wir hundert sind.

Dr. Martina Schott

PS: Sonnenschutzkleidung mit mindestens LSF 50 wird im Internet vielfach angeboten. An der Idee, Sonnenschutzkleidung in unser Angebot an Vereinskleidung aufzunehmen, sind wir dran!

Ukraine-Hilfe

An dieser Stelle wollen wir von der Ukraine-Hilfsaktion unseres Mitglieds Thomas Franck-Schultz berichten. Thomas gehört die Hilgard-Apotheke in Speyer. Und direkt an dem Tag, an dem die ersten Hilfskonvois von Speyer in die Ukraine gingen, entschloss er sich, alle Medikamente, die er vorrätig hatte, zum Selbstkostenpreis abzugeben, wenn man sie für die Ukraine spenden wollte. Ich selbst war an diesem Tag da und konnte dabei zusehen, wie Thomas und sein Team alle Schubladen leerten, um jedem Spendenwilligen eine „Bunte Tüte“ sinnvoller Medikamente und Verbandsmaterialien zusammenzustellen. Auf Gewinn verzichtet, ins Schwitzen gekommen, riskiert eigene Kundinnen und Kunden zu brüskieren und konkrete Hilfe geleistet. Danke Thomas!

Dr. Martina Schott

Mein erstes Mal

Liebe Ruderkameradinnen und Ruderkameraden,
man sollte ja glauben, dass mir nach 15 Jahren der Stoff für meine Kolumne „Mein erstes Mal“ ausgeht. Aber so einfach scheint das beim Rudern nicht zu sein. Was ist dieses Mal neu und wirklich ein erstes Mal? Zum einen die Verleihung von Medaillen als Mitglied des DRV-Präsidiums auf einer internationalen Regatta. Angetan im offiziellen Dresscode – blaues Sakko, helle Hose, Bundesadler – wurde ich in Essen auf der Hügelregatta gebeten Medaillen zu verleihen. Als Breitensportlerin war diese Regatta als solche für mich schon eine Premiere, denn bisher habe ich unsere Leistungssportlerinnen und Leistungssportler noch nie auf eine „echte“ Regatta begleitet. Um es kurz zu machen: Falls Ihr das noch nicht erlebt habt, unbedingt ausprobieren! Die Atmosphäre ist beeindruckend – ein Ruderfest.
Und dann die Verleihung selbst. Zunächst musste ich einen kleinen Einführungskurs machen – in welcher Reihenfolge wird auf das Podium gelaufen, erst die Medaille oder der Handschlag oder die Rose? Das hat alles seine feste Reihenfolge.
Und dann die Überraschung – Endorphine. Ich will nicht sagen, sie troffen den Ruderinnen und Ruderern aus den Poren, aber sie waren deutlich spürbar. Nach der dritten Verleihung fühlte ich mich so beseelt und begeistert, als wäre ich selbst gerudert. Es erfüllt mit Freude und Stolz, so hautnah dabei zu sein, wenn die Athletinnen und Athleten die Belohnung für hartes Training und Nerven im Wettkampf einfahren und es dann genießen. Ein tolles erstes Mal!
Das andere erste Mal hat auch mit meinem Amt im Präsidium zu tun. Zum ersten Mal habe ich den DRV auf einem Vereinsjubiläum vertreten. Wieder im vollen Ornat und mit einer passenden Rede zum Anlass. Was mich daran begeistert hat, ist der Umstand, dass dort ein hundertjähriges Vereinsjubiläum begangen wurde. Klar, im Vergleich zu unseren

Auch wenn alles aus dem Ruder läuft, sind wir für Sie da
• Vorbestell-Service
• Bring-Service
Hilgardstraße 30
67346 Speyer
Telefon: (0 62 32) 9 90 83 83
E-Mail: Hilgard-Apotheke@web.de
hilgardapotheke
Thomas Franck-Schultz
…am Diakonissen-Stiftungs-Krankenhaus

beinahe 140 Jahren ist das fast nichts. Im Vergleich dazu, dass das Internet erst seit knapp 30 Jahren allen zur Verfügung steht und kommerziell genutzt wird, bekommt diese Zahl schon einen anderen Charme. 100 Jahre einen Verein am Leben erhalten, erfolgreiche Athleten zu finden und zu binden, den Rudersport bekannt zu machen, zwei Weltkriege zu überstehen und Corona „abzuwettern", das schafft nicht jeder Verein. Und wenn wir daran denken, welche wichtigen Angebote wir Rudervereine machen und wie wichtig es ist, Kindern und Jugendlichen etwas fürs Leben mitzugeben, dann ist das ein Anlass zum Feiern. Bei den Ruderfans in Lahnstein genauso wie bei uns in Speyer.

Dr. Martina Schott

Bootsnamen erklärt

„Pullmann"

Dieser 2005 angeschaffte Empacher-Doppelzweier wurde in Anlehnung an die „Pullman"-Stretchlimousinen von Mercedes Benz, die diese extra langen Fahrzeuge zum Beispiel für die Bundesregierung und für den Papst produzieren, so getauft.
Wenn auch unser „Pullmann" etwas länger ist als die Karosserie dieser Autos und weder Seine Heiligkeit noch ein Politiker, außer vielleicht dem rudernden Bundeskanzler Olaf Scholz, einsteigen wird, trifft der Name, mit dem in der Ruderei gern benutzten Wort „pullen" für „kräftig ziehen", den Kern der Sache. Also: einsteigen, technisch sauber pullen und am Siegersteg anlegen, alles klar?

„Schnitzel", „Sahnetörtchen" und „Riesling"

Diese drei Bootsnamen lesen sich wie die Speisekarte in einem gutbürgerlichen Restaurant, entspringen aber den Vorlieben einiger Ruderer für eben diese Lebensmittel.
Der Einer „Schnitzel" wurde 2008 für Tim Lauer angeschafft, der in seiner aktiven Zeit tolle Siege u.a. beim Baltic Cup errang. Jetzt weiß auch jeder, was Trainer Tim gerne isst …
Der Zweier „Sahnetörtchen" aus dem gleichen Jahr hat die Namensgeberinnen der damaligen Juniorengruppe wohl durch seinen sahnig-weißen Bootskörper mit dem himbeermarmeladefarbenen Streifen zu diesem Namen inspiriert. Der Doppelvierer ohne Steuermann „Riesling", privat angeschafft von einer Freundesgruppe im Jahr 2009, erhielt seinen Namen wegen deren Vorliebe für Riesling als Elektrolytspender nach den gemeinsamen, schweißtreibenden Rudertouren.
Na denn: „Zum Wohl, die Pfalz"!

Angelika Schwager

Zum guten Schluß

„Wie viele Nicht-Ruderer Ihnen versichern werden, sind Ruderer nicht besonders lustig. Das liegt daran, dass Ruderer immer nur übers Rudern reden wollen. Sobald zwei oder mehr Ruderer im selben Raum sind, schweift das Gespräch unweigerlich von so herkömmlichen Themen wie Arbeit oder Wetter ab und kreist nur noch um Boote, Blasen, Riemen, Griffe, Ergos, Blattabdrehen, Training, Setzen, Ausheben, Freilauf, Splits, Sitze, Schläge, Rollschienen, Starts, Schlagzahlen, Sprints und ob das Wasser wirklich „glatt" war oder nicht. Dann geht es meistens damit weiter, was bei der letzten Fahrt falschgelaufen ist und was bei der nächsten falschlaufen könnte und wer daran Schuld hatte, beziehungsweise haben wird. Irgendwann strecken die Ruderer ihre Hände aus und machen einen Schwielenvergleich. Und wenn man so richtig Pech hat, schließen sich etliche Minuten andächtiger Ehrfurcht an, in denen einer von ihnen das perfekte Rudererlebnis schildert, bei dem sich alles leicht anfühlte." (Bonnie Garmus: Eine Frage der Chemie, München: Piper 2022)
Na, liebe Ruderkameradinnen und -kameraden, kommt das jemandem bekannt vor? Mir schon, aber so was von …

Angelika Schwager

Weil Sport uns alle verbindet,

engagiert sich die Sparkassen-Finanzgruppe ganz besonders in diesem Bereich. Ob alt oder jung, Hobby- oder Leistungssportler:in, Menschen mit oder ohne Behinderung: Wir bringen mehr Bewegung in unsere Gesellschaft.

Mehr Infos unter:
mehralsgeld.sparkasse.de/sportfoerderung

Wenn's um Geld geht – Sparkasse.

Sparkasse
Vorderpfalz

Row to Tokyo

SPEYER

SPEYER
RG SPEYER

TRUE LEADERSHIP ISN'T ABOUT GIVING ORDERS. IT'S ABOUT SHARING PASSION.

Wir bei Evonik gehen jeden Tag über die Chemie hinaus, um innovative, wertbringende und nachhaltige Lösungen zu schaffen – von umweltfreundlicher Mobilität über kratzfestere Beschichtungen bis hin zu wirksameren Impfstoffen. Mit allem, was wir tun, verfolgen wir ein Ziel: das Leben zu verbessern – heute und morgen. **Jetzt mehr herausfinden auf leadingbeyondchemistry.com**

EVONIK
Leading Beyond Chemistry