# Der Ruderer

Zeitung des Deutschen Ruder-Clubs von 1884 e.V. Hannover Nr. 258









Aaron Erfanian und Paul Krüger (Magdeburg)gewinnen Gold im Doppelzweier auf den Junioren-Europameisterschaften



DRC Männer Achter beim Leine Head



#### Ideen erwünscht für ein gemeinsames Clubleben

Liebe Clubfamilie,

zum Ende des Jahres ist es an der Zeit, zurück zu blicken auf das vorolympische Jahr 2019. Zu ereignisreich war allerdings auch dieses Jahr in vielerlei Hinsicht, um hier alles aufzuzählen. Lest dafür gerne die Berichte der Mitglieder auf den folgenden Seiten.

Zunächst das Wichtigste: der Rudersport. Nicht selten gab es Wochenenden in diesem Jahr, an denen unser Bootshaus leergefegt war. Zum Teil waren DRC-Mannschaften aller Altersund Leistungsgruppen auf vier (!) Regatten "weltweit" unterwegs.

Unsere Trainer\*innen und Sportler\*innen haben dabei dieses Jahr wieder auf nationaler und internationaler Bühne ganze Arbeit geleistet: Im Spitzensport waren insgesamt sieben Sportler\*innen im Nationaldress auf Europa- und Weltmeisterschaften unterwegs. Auch darüber hinaus gab es die unterschiedlichsten sportlichen Ziele: Der Bundeswettbewerb bei den Kindern, die Runder-Bundesliga bei den 2. WKE Frauen, Henley Royal Regatta bei den 2. WKE Männern, die Regatta Budapest für die 2.WKE/Masters, die World Masters in Ungarn für die Masters Frauen und die European University Championships für die Studierenden, um hier einige Ziele zu nennen.

Aus Sicht des Vorstands erleichterte es uns dieses Jahr unheimlich, dass wir unsere Arbeit in unveränderter Besetzung fortführen konnten. Dies war aber auch notwendig: Das Tagesgeschäft und die Liegenschaftsprojekte fordern uns Einiges ab. Dennoch ist für uns die Marschroute weiterhin klar: Wir wollen den DRC nicht nur für Euch verwalten, sondern mit Euch gestalten. Wir sind offen und dankbar für jede Idee, die uns erreicht und sehen unsere Pflicht darin, zu unterstützen, dass die Ideen auf die für den DRC beste Art - und - Weise umgesetzt werden.

Ein wenig Kritik muss im DRC allerdings auch sein, wenn wir uns weiterentwickeln wollen. Lasst uns großzügiger sein sowohl mit gegenseitiger Wertschätzung als auch im Umgang mit konstruktiver Kritik. "Nicht gemeckert ist genug gelobt", ist aus meiner Sicht nicht zeitgemäß. Es engagieren sich im DRC etwa 80 (!) Ehrenamtliche aller Altersklassen, nahezu alle leisten ihr Engagement neben Schule, Studium oder Beruf. Dahinter steckt viel Leidenschaft, den DRC voranzubringen. Einwände müssen deshalb immer einen konstruktiven Weg finden und Wertschätzung sowie Dankbarkeit sollte auch in schwierigen Diskussionen erkennbar sein, um gemeinsam Lösungen zu finden.

Ich wünsche allen im DRC mit ihren sportlichen Zielen alles Gute für das Jahr 2020 und insbesondere unseren Olympia-Anwärterinnen viel Erfolg in der olympischen Saison.

Bis bald am Club. Robin

#### Inhalt

- 4 Förderkreis
- 5 Mitgliederversammlung
- 6 Saison der Senioren
- 8 Meine Saison (Frauke Hundeling)
- 10 Meine Saison (Carlotta Nawjide)
- 12 U23-EM in Ioannina
- 13 Meine Saison (Julius Peschel)
- 14 U23 WM in Sarasota (USA)
- 16 Saison der Junioren
- 18 Junioren-WM, Tokio (Japan)
- 19 U17-/U19-/U23-Meisterschaften
- 22 Saison der Kinder
- 24 HRR, Hanover goes Henley
- 26 DHM und EUC
- 28 Ruder-Bundesliga der Frauen
- 30 2. WKE Frauen
- 32 2. WKE Herren
- 34 Wanderfahrt Elbe/Havel
- 35 Masters-Ruderinnen
- 36 Clubveranstaltungen 2018
- 38 In Gedenken an
- 39 Hochzeiten & Co.

#### Titel:

- 1) Junioren-Weltmeister Ryan Smith, Vize-Weltmeister Aaron Erfanian, Gold-Trainer Frederik "Frede" Stoll, Weltmeister Leon Knaack (v.l.n.r.)
- Carlotta Nawjide mit Leonie Menzel (Düsseldorf) auf dem Weg zum EM-Titel

#### Impressum

Herausgeber: Vorstand des DRC Sprecher:

Vorsitzender Sport: Vorsitzender Finanzen: Postanschrift Bootshaus: Telefon Bootshaus: Bankverbindung:

Erscheinungsweise: Auflage: Gestaltung: Deutscher Ruder-Club von 1884 e.V. Robin Aden, Fröbelstr. 18 30451 Hannover, Tel. 0176.43875348 Christian Held, Tel. 0171.2034850

Daniel Schmidt, Tel. 0151.40138901 Roesebeckstraße 1, 30449 Hannover 0511.446867

Sparkasse Hannover, IBAN DE83 2505 0180 0000 3116 26 iährlich

jährlich 500

Alexandra Jaritz

Druck: unidruck gmbh
DRC-Büro E-Mail: drc-buero@drc1884.de

Anzeigen:

Internet: www.drc1884.de / E-Mail: derruderer@drc1884.de Redaktion: Alexandra Jaritz (verantwortlich), Cathrin Boeckler,

Annick Liehr, Julius Peschel

Fotos: Cathrin Boeckler, Christian Held, Marcel Kipke (HRC),

Detlev Seyb, Bernd Witzmann derruderer@drc1884.de

Namentlich gekennzeichnete Texte geben nicht grundsätzlich die Meinung des DRC-Vorstandes und/oder der Redaktion wieder. Die Redaktion behält sich Titelung und Textkürzung vor.

### Förderkreis!



Ein neues Gesicht im Vorstand des Förderkreises: Nach 14 Jahren "im Amt" verabschiedete sich Barbara Fiedler auf der Mitgliederversammlung am 19. Februar 2019 von ihrem Posten als Beisitzerin und machte den Platz frei für Katrin Licker. Wir danken Babara ganz herzlich für ihr langes Engagement und begrüßen Katrin im Vorstandsteam. Eingerahmt wurde die Wahl des Vorstandes von einem informativen Gespräch mit Cathrin Boeckler und Thorsten Zimmer, moderiert von Tobias Cantz über den aktuellen Stand der Neuorganisation des Stützpunkttrainings sowie ein von ihnen entwickeltes Trainerqualifizierungsprogramm Regionssportbund mit dem zweiten Preis ausgezeichnet wurde.

Bereits im Januar berichtete Milan Dzambasevic im Rahmen des traditionellen Trainingsessens in einem interessanten Vortrag von seiner Zeit als Trainer der thailändischen Rudernationalmannschaft.

Im Fokus der Arbeit des Vorstandes stand im weiteren Verlauf des Jahres die Sanierung des Ruderbeckens. Nach Planung und Abwägung der Einzelmaßnahmen wurde eine Sanierung des Beckens und des Bootskörpers beschlossen. Auch die Beleuchtung und die Belüftung des Raumes sowie die Zuwegung zum Ruderkasten, speziell für unsere Taubblindengruppe, sollten im Zuge der Umbaumaßnahmen verbessert werden. Im Herbst war es dann soweit, die Arbeiten konnten beginnen.

Nachdem die Farbe des Ruderbeckens vollständig abgeschliffen war, wurde das Boot angehoben und mit vereinten Kräften das erste Mal seit etwa 70 Jahren umgedreht. Sowohl die Schäden am Bootskörper als auch kleinere Risse im Beton des Ruderbeckens konnten mit dem Einsatz vieler Helfer und externer Fachfirmen repariert werden. Anfang Dezember strahlte dann das Ruderbecken in neuem Glanz und kann nun wieder zu Trainingszwecken genutzt werden. Als letzte Maßnahme ist die Sanierung der Fenster für das Jahr 2020 geplant. Wir danken allen Helfern und Spendern für ihren Einsatz!

Karen Beckmann

# Ausflug zu Villa Seligmann

Am 30. April 2019 hat der Förderkreis des Deutschen Ruder-Clubs die Villa Seligmann in der Hohenzollernstraße 39 besucht. Nachdem wir uns alle am frühen Abend vor Ort getroffen hatten, wurden wir mit einer großen Getränkeauswahl empfangen. Professor Andor Izsak führte uns durch den Abend.

Zu Beginn wurden wir über die Geschichte der Villa informiert. Siegmund Seligmann, Gründer der Continental AG, hat 1903-1906 die Villa als eigenes Wohnhaus mithilfe des Architekten Hermann Schaedtler errichten lassen. Ende 2006 hat die Siegmund Seligmann Stiftung die denkmalgeschützte Villa gekauft. Seit dem 17. Januar 2012 wurde sie für die Öffentlichkeit freigegeben und ist seitdem ein Ort der Erinnerung für jüdische Musik.

Besonders beeindruckend war das Orgelspiel von Professor Izsak. In der Villa Seligmann befinden sich zahlreiche, wertvolle Orgeln, die weitestgehend noch funktionsfähig sind. Besonders beeindruckend war eine große Orgel, die 1938 die Reichspogromnacht überstand. Prof. Izsak spielte uns auf dieser Orgel etwas vor und wir sangen alle mit. Es war so schön die Klänge

die großdurch en und erhabenen Räume der Villa zu hören. Anschließend sind wir in die erste Etage gegangen und haben die damaligen Wohnzimmer kennengelernt. Heutzutage vor allem Ausstellungen dort zu finden. Besonders interessant war seine persönliche Geschichte, wie er die

Spenden gesammelt hat und auch wie er monatelang herumgereist und nach Spuren geforscht hat, um die Geschichte des Hauses nachzuvollziehen. Anschließend haben wir den Rundgang mit dem Blick auf den Garten beendet. Zum Abschluss gab es leckeres Fingerfood und, wie es auch nicht anders sein konnte, hat Professor Izsak den Abend mit einem Orgelstück inklusive Gesang des Förderkreises musikalisch beendet.



Es war ein sehr schöner und informativer Abend. Aufgrund der charmanten und humorvollen Art von Professor Izsak war es sehr kurzweilig und machte die jüdische Musikkultur uns allen greifbar.

Wir sagen DANKE!

Jule und Luisa Licker

# Einstimmig wiedergewählt

#### Ordentliche Mitgliederversammlung 2019





müssen. Es genügt vielmehr die Veröffentlichung
auf der Website und ein
Aushang im Bootshaus.
Ebenfalls angenommen wurde ein Antrag
des Vorstands, die
Beitragsordnung um
eine Aufnahmegebühr
zu ergänzen. Außerdem
wurden im Rahmen der
Mitgliederversammlung
zahlreichelangjährigeund
vediente Mitgliedergeehrt.

Cathrin Boeckler

Die ordentliche DRC-Mitgliederversammlung 2019 hat am 15. März den Vorstand in seiner Arbeit bestätigt. Alle fünf Vorstandsmitglieder stellten sich zur Wiederwahl zur Verfügung und wurden ohne Gegenstimmen erneut in ihre Ämter gewählt. Damit ist und bleibt Robin Aden DRC-Präsident. Der Sportvorstand wird weiterhin durch Christian "Otto" Held (Vorsitzender Sport) und Carl Reinke (stellv. Vorsitzender Sport) besetzt.

Ebenfalls im Amt bestätigt wurden Daniel Schmidt (Vorsitzender Finanzen) und Philipp

"Piet" Träder (stellv. Vorsitzender Finanzen). Außerdem beschloss die Mitgliederversammlung bei einigen Gegenstimmen und Enthaltungen eine Satzungsänderung, nach der zukünftig die Einladungen zu Mitgliederversammlungen nicht mehr per Post verschickt werdem







- 1) Der neue Vorstand ist der alte Vorstand. Christian "Otto" Held, Carl Reinke, Robin Aden, Phillipp "Piet" Träder und Daniel Schmidt.
- 2) Die Mitgliederversammlung ernannte Klaus-Walter Kaase zum Ehrenmitglied aufgrund seiner Verdienste um den DRC, Präsident Robin Aden übergab die Urkunde.
- 3) Goldene Ehrennadel des Deutschen Ruderverbandes für Hans-Jürgen Kaase für 50-jährige Mitgliedschaft im DRC, eingerahmt von Robin Aden (l.) und Laudator Ernst Zumbach (r.).
- 4) Ebenso DRV-Gold für Rolf Kamjunke (ganz rechts) mit Laudator Gerdchen Weingardt (m.).
- 5)-8) Für besondere Verdienste um den DRC wurden mit der Silbernen DRC-Ehrennadel geehrt: Karen Beckmann, Fabian Breest, Sebastian Flögel und Alexandra Jaritz.

ACHTUNG Satzungsänderung!

Es wird ab sofort nur noch per Email zu den Mitgliederversammlungen und anderen Veranstaltungen eingeladen! Leider fehlen uns immer noch Email-Adressen. Bitte bei Ulrike Bremer-Hübler melden: buero@drc1884.de



1) Lukas Müller (Braunschweig) und Schlagmann Till Biermann im leichten Doppelzweier

2) Maximilian Fränkel (Offenbach) und Julius Peschel im schweren Doppelzweier

# Vorolympisches Jahr

#### Saison der SeniorInnen 2019

Wie jedes Jahr begann die Saison für die Senioren mit dem ersten Wettkampf, bestehend aus Ergometertest und Langstrecke im Kleinboot, am ersten Adventswochenende in Dortmund, wo Vielen mit einer persönlichen Bestleistung auf dem Ergometer ein guter Start in die Saison gelang. Den Jahreswechsel verbrachten wir wie letztes Jahr schon im Süden, um dem deutschen Winter zu entgehen und unter der Sonne Portugals wichtige Kilometer im Boot zu sammeln. Nach unserer Rückkehr konnten wir trotz einiger krankheitsbedingter Ausfälle beim Heimspiel auf dem Ergo einige Medaillen in Hannover halten.

Nach einem weiteren Test auf dem Ergometer begann die lange Vorb<sub>1</sub> itung auf die kommende Wettkampfsaison, die Frauke und Carlotta aufgrund der vom DRV seit Beginn der Saison vorgeschriebenen Zentralisierung in Berlin oder mit der Frauennationalmannschaft in diversen Trainingslagern verbrachten. Erfreulicherweise wurde auch Lena als U23 Sportlerin zu zwei Trainingslagern eingeladen und durfte sich den Bundestrainern präsentieren und sich auf die kommenden Regatten vorbereiten.

Während Julius und ich in Leipzig ein weiteres Mal bei Ergotest und Langstrecke gefordert waren, begann für Frauke und Carlotta in Hamburg bereits auf der olympischen Distanz in Hamburg der Kampf um die Rollsitze der deutschen Skullboote. Gleiches galt für Lena, die sich bereits eine Woche zuvor in Köln beim Vortest der Riemerinnen das erste Mal mit der nationalen Konkurrenz messen musste. Im Anschluss ging es direkt weiter in Köln, wo dieses Jahr die deutschen Kleinbootmeisterschaften ausgefahren wurden. Dort konnte Lena mit einem starken Halbfinalrennen ins Finale des Frauen-Zweiers einziehen und am Ende den sechsten Platz belegen. Dies gelang Carlotta Und Frauke im Einer leider nicht, sie erreichten

Gesamtplatz sieben und acht. Julius war mit Gesamtplatz 20 im schweren Männer-Einer nicht zufrieden, gleiches galt für mich auf Platz 27 im leichten Männereiner.

Zur nächsten wichtigen Regatta reisten wir nach Duisburg zur internationalen Wedau-Regatta. Für Malte galt es dort im Einer seine Leistungsfähigkeit zu zeigen, nachdem er die Tests in Leipzig und Köln aus gesundheitlichen Gründen absagen musste. Für die restlichen Senioren hingegen ging es erstmals in Mittel- und Großbooten gegen

#### 3) Daumen hoch: Malte Engelbracht im Einer



/ 6 / Der Ruderer 2019



4) Frauke Hundeling und Carlotta Nawjide im Doppelzweier auf der Strecke in Duisburg

die starke Konkurrenz aus Deutschland und einige ausländische Mannschaften. Lena und Malte mussten zwei Wochen später ein letztes Mal im Zweier bzw. Einer in Hamburg starten, wobei es diesmal gegen die deutsche U23 Konkurrenz um die Tickets zur U23-WM in Sarasota ging. Carlotta hatte sich durch ihre Ergebnisse bereits einen Platz in der Nationalmannschaft für die EM gesichert, sie durfte dort im deutschen Doppelzweier starten.

Lena und Malte testeten in Ratzeburg nochmal verschiedene Kombinationen in Mittel- und Großboot bevor sie zur Deutschen U23 Meisterschaft nach Brandenburg reisten. Dort konnten sich beide einen Platz für die U23 WM in den USA sichern, wobei Malte als Ersatzmann der Skuller später auch bei der U23 EM im Einer an den Start ging. Währenddessen startete Carlotta beim zweiten und dritten Weltcup erneut im Doppelzweier. Ebenso vertrat Frauke, die mittlerweile vom Skullen zum Riemen gewechselt hatte, die deutschen Farben. Sie ruderte bei beiden Weltcups im Achter, in dem sie letztendlich auch bei der Weltmeisterschaft in Linz antrat.

Till Biermann



- 5) Leichter Einer auf den Kleinbootmeisterschaften mit Till Biermann
- 6) Janka Kirstein (HRC) und Lena Osterkamp im Zweier-ohne



### **Tokio weiter im Blick**

#### Meine Saison 2019 - Frauke Hundeling

Die Saison begann mit dem Einsatz der Zentralisierung im November 2018. Ab diesem Zeitpunkt trainierte ich mit dem weiblichen Skullteam nahezu täglich am Stützpunkt in Berlin unter den Augen des Bundestrainers, Marcin Wittkowski. Da uns vom Verband das Wohnen am Stützpunkt nicht finanziert wurde, gründete ich mit einer Teamkollegin eine WG in Berlin-Charlottenburg. Damit dieser Umzug überhaupt stattfinden konnte, wurde ich glücklicherweise von meinem Polizeidienst in Hannover gänzlich freigestellt. Die Freistellung war eine Vorgabe vom Verband, da durch das Pendeln nach Hause die geforderten Umfänge und Erholungszeiten nicht eingehalten werden können. Schweren Herzens arbeite ich für eineinhalb Jahre bis Tokio 2020 folglich nicht, damit ich in diesem Jahr wieder auf der WM starten darf, um die Olympiaqualifikation einzuholen. Diese Professionalisierung wirkte sich zunächst auch definitiv auf meine Leistung aus. Ich war im Winter selten krank oder verletzt und fuhr sämtliche persönliche Bestleistungen auf dem Ergo ein.

Als die Saison mit der Deutschen Kleinbootmeisterschaft begann, merkte ich allerdings, dass mir die individuelle Vorbereitung im Einer von Thorsten fehlte. Trotzdem ging ich zuversichtlich an die Rennen, aber der große Sprung ins A-Finale blieb mir verwehrt und ich landete hinter Carlotta auf Platz acht.

Drei Wochen später folgte die internationale Regatta in Duisburg, nach der die EM-Mannschaft gebildet werden sollte. Ich fuhr mit Carlotta einen guten Zweier, der jedoch bei unfairen Bahnen zu unserem Nachteil nur für Platz drei reichte. Am folgenden Tag wurde ich mit Pia Greiten zusammengesetzt. Der Zweier kam nicht ins Laufen und wir wurden fünfte.

Wenige Tage später wurde die EM-Mannschaft verkündet und es hieß, dass ich nicht starte. Ich bin Ersatzfrau, gemeinsam mit Greiten und Schulze. Lediglich Greiten würde zur EM als Ersatzfrau mitgeschickt, da sie die besseren Vorleistungen nachweist. Das war für mich nicht verständlich, da ich sie sehr deutlich im Einer geschlagen habe und auf dem Ergo unterscheiden sich unsere Bestleitungen nur um wenige Zehntel. Auf diese Entscheidung

folgte, dass sich Michaela Staelberg, Bugfrau des Doppelvierers im Training verletzte und Greiten zum Training eingesetzt werden musste, doch der Doppelvierer lief mit ihr nicht. Wittkowski setzte anstatt ihr Schulze ein und entschied direkt, dass Schulze ebenfalls als Ersatzfrau zur EM mitgenommen wird, ohne mir überhaupt eine Chance zu geben. Ich war sehr enttäuscht und hatte keine Lust mehr, weiterhin nur um einen Einsatz in der Nationalmannschaft zu hoffen. So entschied ich mich, die Disziplin zum Riemen zu wechseln.

Der Frauen-Riemenbereich konnte die letzten Jahre in der offenen Altersklasse mangels Top-Athleten und Struktur keine volle Mannschaft zu der WM stellen. Daraufhin stellte der Verband im Mai einen neuen Bundestrainer ein: Tom Morris. Der Australier trainierte schon mehrere Olympia-Mannschaften aus Kanada und Australien und war bereit, das Deutsche Frauenriemen Team komplett neu zu bilden. Zu dem bisherigen deutschen Team kamen im Mai noch fünf Athleten aus den Colleges der USA zurück nach Deutschland, weshalb es zum Ziel erklärt wurde, einen Zweier, Vierer und Achter zu der WM zu schicken. Ich wurde nach einem Probetraining im Riemenboot bei Morris in den Achter gesetzt und hatte kurzerhand meinen Platz sicher. Der Achter wurde von dem Dortmunder Trainer Werner Nowak, auch Trempes

1) und 2) Deutscher Achter mit der Besetzung: Steuerfrau Larina Hillemann, Charlotte Wesselmann, Anna Härtel, Frauke Hundeling, Christin Stöhner, Melanie Göldner, Annabel, Oertel, Marie-Sophie Zeidler, Alysse Meyer



/8/ Der Ruderer 2019

genannt, trainiert, der nun der Co-Trainer von Morris war.

Der erste Worldcup verlief für uns positiv, wir konnten Platz Sieben erreichen und schlugen im Vorlauf sogar den kanadischen Achter. Doch dieser Aufschwung des Frauen Riemenbereichs konnte nicht anhalten, da wir mit Ausfällen zu kämpfen hatten. Zum einen erlitt Sophie Oksche (Vierer) eine Thrombose in Wade und Lunge und fiel damit bis zum Ende der Saison aus. Sie wurde ersetzt durch Isabell Hübner, die zuvor im Achter saß. Zudem hatte Christin Stöhner eine chronische Sehnenscheidenentzündung und wechselte im Achter von Back- auf Steuerbord, einigen technischen Problemen. Im Training konnten wir uns nur minimal verbessern und zur WM reisten wir mit gemischten Gefühlen an. Dort konnten wir uns zwar nach einem sehr schlechten Rennen im Vorlauf steigern, aber es reichte trotzdem nur für das B-Finale. Somit war die direkte Olympia Quali nicht mehr in Sicht, da wir Platz fünf verfehlten. Dazu kam ein plötzlicher Ausfall am Tag des Finals unserer Schlagfrau Charlotte Wesselmann, aufgrund einer

Mandelentzündung. Unser Trainer Trempes beschloss am Morgen des Finals, sie nicht starten zu lassen und die Schlagfrau des Vierers, Alexandra Höffgen, einzusetzen. Sie hatte einen Tag zuvor bereits ihr Finale absolviert und war somit "frei". Höffgen nahm sich der Aufgabe jedoch an und wurde auf der Schlagposition eingesetzt. Das Rennen verlief dementsprechend holperig und wir hatten Probleme, einen guten Rhythmus zu finden. Immerhin konnten wir Dänemark hinter uns lassen, zu den Chinesen und den Niederländern waren wir jedoch abgeschlagen. Es reichte nur für Platz Neun.

Der Abschluss der Saison war dementsprechend alles andere als befriedigend, insbesondere wenn man sich den gesamten



Frauenbereich ansieht. Lediglich der Vierer hat ein Ticket für die Olympischen Spiele, Einer, Zweier mit/ohne Stm., Vierer ohne Stm. und Achter müssen für eine Teilnahme in Tokio über die unangenehme Nachquali-Regatta im Mai 2020 in Luzern gehen.

Doch wie geht es für mich weiter? Tokio ist noch nicht ausgeträumt, soviel steht fest. Mit etwas Abstand und sämtlichen Gesprächen mit beiden Bundestrainern, Thorsten und meinen Ruderfreunden, bin ich zum Entschluss gekommen, weiterhin zu Riemen. Die Gründe dafür sind zu vielseitig und komplex für diesen Artikel, aber ich bin zuversichtlich, dass meine Rechnung aufgeht. Es ist aktuell Mitte Oktober, und das Training läuft bereits auf Hochtouren im Stützpunkt in Potsdam. Morris

Plan ist es, aus zehn Athletinnen über den Winter einen Vierer ohne Stm. und Zweier ohne Stm. zu bilden, die in Luzern starten werden. Im Februar werden die Mannschaften für Luzern bekannt gegeben, und ich hoffe auf einen Platz im Vierer. Bis dahin stehen lange Trainingslager und eine intensive Vorbereitung für mich an. Bislang macht das Training Spaß, gerade da sich alle Sportlerinnen auf den australischen Trainer und sein umfangreiches Trainingskonzept einlassen. Ob es reichen wird, wird sich zeigen, aber ich bleibe optimistisch und kämpfe weiter für meinen Traum, eine Olympionikin zu werden. Viele Grüße an alle meine Clubkameraden\*innen,

**Eure Frauke** 



Anders als in den vergangenen Jahren fand die Vorbereitung auf die Saison 2019 nicht in Hannover statt, sondern gemeinsam mit dem erweiterten Kreis der Nationalmannschaft in Berlin. Im Rahmen der Olympiavorbereitung forderte der DRV, dass alle Athletinnen, die sich für die Olympischen Spiele bewerben wollten, mindestens fünf Tage die Woche zentralisiert in Berlin trainieren. Das bedeutete für mich konkret, dassich meinen Heimatort Hannover verlassen und nach Berlin ziehen musste.

Im Gegensatz zum bisherigen Training meiner Ruderlaufbahn lag der Fokus des Trainings nun darin, möglichst viele verschiede Kombinationen in Großbooten auszuprobieren. Gezielte individuelle Betreuung fand seit der Zentralisierung nur noch vereinzelt statt.

Einige von uns profitierten von dem neuen System und verbesserten sich, anderen fiel der neue Umgang schwerer. Leider gehörte ich zu den Sportlerinnen, die anfängliche Problememitderneuen Trainingsform hatten.

Beim Saisonauftakt, dem Frühjahrstest des DRV und auf der Deutschen Kleinbootmeisterschaft schaffte ich es jeweils nicht über einen siebten Platz hinaus. Das Ergebnis frustrierte mich extrem, denn im Vorjahr wurde ich noch Zweite und hatte mit dem Umzug nach Berlin und vier Trainingslagern im Winter doch deutlich mehr Aufwand betrieben als bisher.

Die Saison war damit aber noch nicht beendet. Wenn ich ein gutes Ergebnis in den Doppelzweierrennen einfuhr, hatte ich immer noch Chancen wie in der vergangenen Saison im Doppelvierer zu sitzen, dachte ich. Denn die Ergebnisse der Einerrennen hatten in den Vorjahren Jahren für die MannschaftsbildungkaumeineRollegespielt.

Aber auch hier war in diesem Jahr alles anders. Nach der Kleinbootmeisterschaft schlich sich am Ruderzentrum am Hohenzollernkanal das Gefühl einer Zweiklassengesellschaft, bezogen auf die Ruderleistung, ein. Platz Eins bis Vier trainierte zusammen im Doppelvierer und die restlichen acht Sportlerinnen probierten verschiedene Doppelzweierkombinationen aus und fuhren gelegentlich Doppelvierer. So langsam vermuteten wir restlichen Sportlerinnen, dass der Doppelvierer schon besetzt war. Gesagt wurde uns dazu allerdings nichts.

Demzufolge fuhr ich mit einem seltsamen Gefühl zur nationalen Ausscheidungsregatta nach Duisburg. Ich war mir ziemlich sicher, dass meine Zielbootsklasse bereits besetzt war. Umso wichtiger war es diesmal sehr gute Ergebnisse abzuliefern. Ich wollte richtigstellen, dass ich in die Mannschaft gehörte und mir einen Platz im Doppelvierer oder im Doppelzweier sichern. Glücklicherweise lief die Regatta diesmal deutlich besser. Am ersten Wettkampftag fuhr ich mit Frauke gemeinsam auf den dritten Platz und am zweiten Tag gewann ich gemeinsam mit Leonie Menzel aus Düsseldorf mit deutlichem Abstand das Rennen, womit wir uns das EM-Ticket im Doppelzweier sicherten. Über die Nominierung freute ich mich einerseits sehr, gleichzeitig bedeutete sie aber, dass Frauke keinen Platz bekam, denn der Vierer blieb wie vermutet bestehen.

Der Sieg in Duisburg gab mir nach dem unbefriedigenden Saisoneinstieg wieder Selbstbewusstsein und ich freute mich auf die kommende Europameisterschaft in Luzern. Während des Wettkampfs fanden wir immer besser zusammen und gewannen am Ende in Luzern die Goldmedaille. Das Ergebnis war für mich besonders

/ 10 / Der Ruderer 2019

bedeutend, weil es der erste internationale Titel ist, den ich gewonnen habe.

Viel Zeit zum Feiern blieb aber nicht, da noch zwei Weltcups und die Weltmeisterschaft vor uns lagen. Drei Wochen später stellten wir uns in Posen zum ersten Mal den Zweiern der Überseenationen. Diesmal lief es weniger rund. Uns fehlte die Unbeschwertheit, mit der wir in Luzern die Rennen fahren konnten und Erfolg hatten. Wir verpassten die Finalteilnahme und beendeten den Wettkampf als Siebte.

In den folgenden drei Wochen stellten wir das Training etwas um und fanden wieder besser zusammen, so dass wir uns gut für den finalen Weltcup vorbereitet fühlten. Die Bedingungen in Rotterdam waren schwierig. Wind, Kälte und hohe Wellen begleiteten uns das gesamte Wochenende und wurden mitjedem Tag herausfordernder. Trotzdem schafften wir es diesmal endlich wieder, uns für das Finale zu qualifizieren. Das Finale war für uns allerdings nach 300 Metern beendet. Wir blieben an den Wellen hängen und fingen einen Krebs, der unser Boot zum Stehen brachte.

Im Bruchteil einer Sekunde war klar, dass wir keine Chance mehr hatten. Natürlich fuhren wir trotzdem weiter, holten immerhin ein Boot ein und kamen auf dem fünften Rang ins Ziel. Es fühlte sich seltsam an, ein Rennen mit dieser Situation zu beenden.

Wir einigten uns darauf das Geschehene abzuhaken und uns in der verbleibenden Zeit auf die WM zu fokussieren. Komischerweise war das Ergebnis für mich eher motivierend und so freute ich mich auf die Vorbereitungen für die Weltmeisterschaft.

Kurz nach dem Wettkampf bekam ich Schmerzen in der Wade, die mit der Zeit immer stärker wurden. In Absprache mit unseren Verbandsärzten fuhr ich in ein Krankenhaus. Dort wurde eine Thrombose, ein gefährliches Blutgerinnsel, in der rechten Wade diagnostiziert.

Die Thrombose bedeutete für mich sofortiges Sportverbot und damit das Ende meiner Rudersaison 2019. In erster Linie war die Diagnose einfach nur niederschmetternd und enttäuschend. Die Ursache dafür ist vermutlich die Pille, abschließende Untersuchungen erfolgen im November. Thrombosen als Nebenwirkung der Pille sind kein Einzelfall,

trotzdem wird die Einnahme der Pille noch immer von einigen Frauenärzt\*innen verharmlost und Nebenwirkungen wie Thrombosen, Depression oder Persönlichkeitsveränderung werden bagatellisiert. Ich möchte an dieser Stelle kurz darauf aufmerksam machen und an alle Betroffenen appellieren zu überdenken, ob die Einnahme der Pille wirklich notwendig ist.

Der Zweier, der nun mit unserer Ersatzfrau zur Weltmeisterschaft fuhr, verpasste mit dem 14. Platz leider die direkte Olympiaqualifikation. Demzufolge hat das deutsche Frauen Skull Team vorerst nur vier Plätze im Doppelvierer für die Olympischen Spiele im kommenden Jahr. Eine

Nachqualifikation des Doppelzweiers ist eine unangenehme Aufgabe, aber in der Saison 2020 noch möglich. Auch der Doppelvierer ist noch nicht abschließend besetzt, so dass Tokyo 2020 trotz Zwangspause mein unmittelbares Ziel bleibt. Inzwischen habe ich mich von der Thrombose erholt und wieder mit dem Training begonnen.

Während der Zeit meiner Krankheit haben mich viele Nachrichten aus der DRC-Clubfamilie erreicht. Ich bin sehr dankbar über den Rückhalt im DRC, den ich in schönen sowie in schwierigen Momenten immer wieder erfahre.

Carlotta Nawjide

- 1) Europameisterinnen in Luzern: Leonie Menzel (Düsseldorf) und Carlotta Nawjide
- 2) Weltcup Rotterdam: DRC-Fangruppe immer mit dabei!
- 3) Interview mit dem Zweiten Deutschen Fernsehen in Luzern nach dem Titelgewinn





### Voll zufrieden

#### U23-Europameisterschaften in Ioannina, Griechenland

Nachdem ich dieses Jahr als Ersatzmann auf der U23-Weltmeisterschaft mit nach Florida gereist war, ist mir zusätzlich die Ehre zu teil geworden, den Einer auf der U23-Europameisterschaft im griechischen Ioannina zu fahren. Das bedeutete aber auch: Das geregelte Training ging nach meiner Rückkehr aus Florida vorerst weiter. Zehn Tage vor der EM war zusätz-Vorbereitungstrainingslager in Berlin-Grünau angesetzt. Ich reiste mit Matze Helmkamp und Max von Bülow vom Team Nord-West dort nach den niedersächsischen Landesmeisterschaften an. Untergekommen bin ich für diese Zeit im dortigen Olympiastützpunkt, so konnte ich gut zum Training gelangen, das meist aus drei Einheiten täglich bestand. Trainingsinhalt ist in der Regel eine lange 20km Einheit am morgen und zwei kurze Einheiten am Nachmittag gewesen, in denen ich mich wettkampfspezifisch vorbereitete. Die Tagesablauf war klar geplant und ich hatte im Endeffekt nur Zeit für Sport und Essen. Lediglich einmal habe ich es geschafft, in Berlin einkaufen zu gehen. Die Zeit ist vorbeigeflogen und schon hat die Abreise nach Griechenland bevorgestanden.

Die Anreise ist ereignislos verlaufen und wir sind schnell im Hotel angekommen, von dem wir eine phänomenale Aussicht hatten! Ioannina ist eingequetscht zwischen Bergen und einem Bergsee, der für sich eine einzigartige Schönheit genießt. Bald darauf ist es auch schon zu besagten See gegangen: Erst Boote riggern und dann den See im Boot kennen lernen.

Aufgrund seiner Lage kann der See, dort sehr wellig sein, doch ich hatte Glück und das Wasser war glatt.

Nach zwei Tagen in Griechenland standen die Vorläufe an. Ich hatte ein schweres Los gezogen und war mir schon sicher, dass ich Kräfte für den Hoffnungslauf am Nachmittag sparen musste.

Der Vorlauf war dementsprechend zufriedenstellend. Ich habe nicht viel gemacht und die drei, welche ich als vermeintlich stärker eingeschätzt hatte, zogen schnell weg. Der Grieche gewann den Vorlauf (Elfter auf der A-WM im Einer - Olympia Qualifikation für Tokyo in der Tasche), dahinter kam der Ire (Zweiter Auf der A-WM im Doppelzweier, dementsprechend auch für Olympia 2020 qualifiziert). Der Drittplatzierte Rumäne war der insgesamt Viertplatzierte. auf der U23 in diesem Jahr. Ich wurde Fünfter und war damit ganz zufrieden. Natürlich wollte ich Vierter werden, aber der Gegner auf der anderen Seite der Strecke wollte diesen Platz unbedingt haben und somit habe ich ihn freiwillig ziehen lassen.

Nach dem Vorlauf noch fit ging es in Hoffnungslauf. Hier musste ich Zweiter werden, damit ich mich für das A-Finale qualifizieren würde. Ich hatte wie schon im Vorlauf den Iren als Gegner. Dementsprechend wusste ich, dass es knapp werden würde um den zweiten Platz. Meine Taktik sah einfach aus: Solange wie möglich mit dem Iren mitfahren, um das Feld zusammen mit ihm hinter mir zulassen und somit schnell sicher entscheiden zu können, dass ich im A-Finale starten darf. Gesagt, getan. Ich konnte rund 1000 Meter gut mitfahren, aber verlor dann schnell den Anschluss, dennoch hatte ich mir schon einen guten Vorsprung zum Rest des Feldes rausgefahren und musste diesen eigentlich nur noch ins Ziel retten. Der einzige Gegner, der mir damit gefährlich werden konnte, war der Italiener. Nach 1000 Metern wechselte der Wind von Schiebe- zu Gegenwind und es wurde sehr anstrengend. Langsam fuhr der Italiener wieder auf, aber im

Endeffekt war dies nur minimal und dementsprechend konnten ich eigentlich solide als Zweitplatzierter in das A-Finale einziehen.

Am Mittag des nächsten Tages stand das A-Finale an. Ich war sehr nervös und bin vier Stunden vor meinem Rennen zu Strecke gefahren und habe die anderen Rennen verfolgt. Die Zeit floss sehr langsam dahin. Aber irgendwann hatte ich es geschafft und ich konnte mich auf mein Rennen vorbereiten. Das Wetter war schön und sonnig. Als ich mein Boot das letzte mal aus dem Lager nahm und zum Steg ging, sah ich schon ein paar meiner Gegner ablegen. Die Spannung stieg noch mehr. Mein Ziel: nicht Letzter werden, Spaß haben und solange wie möglich mitfahren. Endlich rückte der Start näher.

Ich fuhr langsam und voll konzentriert auf meine Bahn. Wir hatten noch 10 Minuten und so bewegte ich mich locker noch in der Bahn. Dann endlich der lang ersehnte Start. Es ging los! Das Tempo war von Anfang an sehr hoch und ich fiel auch schon vor der 500 Meter Marke langsam aus dem Feld raus. Der Rumäne und der Engländer konnten das Tempo auch nicht mitgehen. Das Rennen war schon kurz nach der 750 Meter Marke aufgeteilt. Bei der 1000 Meter Marke setzte sich auch der Rumäne von uns ab. Somit ging es darum, Fünfter oder Sechster zu werden. Letzter wollte ich definitiv nicht werden! Seit dem Start brannten meine Beine schon wie Feuer und somit verteidigte ich mich mit dem letzten, was ich hatte. Am Ende reichte es knapp für die 5. Position. Ich war voll zufrieden! Damit endete auch meine Saison und auch die U23 EM mit einem guten Ergebnis.

Malte Engelbracht



/ 12 / Der Ruderer 2019

# Das vorolympische Jahr – ein Schicksalsjahr

#### Meine Saison 2019 - Julius Peschel

Wie jedes Jahr habe ich Weltmeisterschaft verfolgt, und wieder leider - als Zuschauer. Auch im zweiten Jahr nach der Abschaffung des leichten Vierers im internationalen Programm und meiner Entscheidung, mich bei den Schwergewichten zu probieren, konnte ich mich nicht für die Nationalmannschaft qualifizieren. Vor allem meine physische Leistung war nach wie vor zu weit hinter denen der "richtigen" Schweren. Auch, wenn mir immer klar war, dass es eine große Herausforderung ist, in kurzer Zeit Gewicht und vor allem Muskulatur aufzubauen, war ich enttäuscht darüber, nicht mit der nationalen Spitze mithalten zu können. Leistungssport besteht eben auch aus Träumen. Und das ist auch richtig so.

Wenn Träume nicht in Erfüllung gehen, tut es weh. Das lässt sich nicht ändern und ich habe gelernt, dass es auch gar nicht notwendig ist. Ich hatte das Glück fernab der Nationalmannschaft, immer Raum für meine Enttäuschung zu haben. Sowohl zu meiner Familie als auch in den DRC konnte ich nach Niederlagen kommen und habe mich

nicht als Verlierer gefühlt. Diese Tatsache ist kaum zu überschätzen in Momenten der Verletzlichkeit von Enttäuschungen. In besonderer Weise hat mein Trainer und Freund Thorsten dazu beigetragen und war da, auch wenn ich die meiste Zeit in Trainingslager war und betreut wurde durch Bundestrainer. Dafür bin ich sehr dankbar, gerade weil er bei so vielem nicht dabei sein konnte.

So habe ich gelernt, dass es sich lohnt, immer neu zu träumen und daraus meine Energie zu ziehen. Und gleichfalls zu merken, wenn diese Energie sinkt. Beim Zuschauen der Weltmeisterschaft dieses Jahr habe ich das erste Mal in meiner Ruderkarriere das Gefühl gehabt, dass ich mich erleichtert fühle, nicht dort am Start zu liegen, mit all dem Druck, den Erwartungen und Träumen. Für mich war das ein untrügliches Zeichen dafür, dass der Traum von Weltmeisterschaften und Olympischen Spielen mir nicht mehr genug Energie gibt, um die Herausforderung Spitzensport weiter anzunehmen. Auch wenn die Entscheidung mir dann doch nicht leicht gefallen ist,

weil der Leistungssport so ein großer Teil von mir war und ist, fühlt es sich gut an zu sagen: Ich beende meine Karriere.

Neben Thorsten war Otto immer ein enger und wichtiger Wegbegleiter meines Rudererlebens, nicht nur an den vielfältigen Wettkampforten, auch dafür möchte ich mich bedanken. Wir konnten alle Erfolge gemeinsam feiern, aber du hast es nie unterlassen, weiter zu fragen, wie es mir eigentlich wirklich gehe. Genauso gilt mein Dank dem DRC als Ganzen, dafür, dass ich das alles erleben durfte und zu dem werden konnte, der ich bin. An dieser Stelle möchte ich mich auch beim Hannoverschen Ruder-Club bedanken, nicht nur, weil man langjähriger Ruderpartner Matthias Arnold für diesen gestartet ist, sondern weil der HRC mit demselben Eifer und Leidenschaft der Ermöglichung von Ruder-Leistungssport in Hannover arbeitet.

Am Endemöchteicheine Verhaltensweise unterstreichen, die ich mitgenommen habe und genauso weitertragen möchte: Aufeinander acht zu geben. So sehr wir eine Gemeinschaft sind, sind wir auch alle einzelne Menschen. Bei dem Wunsch nach Zusammengehörigkeit dürfen wir anderen nichts einreden. Das bedeutet auf der anderen Seite auch, dass wir Geschichten über andere nicht einfach glauben sollten, sondern uns ein eigenes Bild machen müssen. Dazu gehört in erster Linie Zuhören.

Vertraut nicht allem, was Euch über Dinge, andere Menschen oder die Welt, auch im Ruderclub, erzählt wird, sondern nehmt Euch als Teil des Ganzen mit eigener Meinung und Persönlichkeit wahr.



**Euer Julius** 



# Gewitter und sengende Hitze

#### U23-Weltmeisterschaften in Sarasota, USA

Ende Juni standen die Deutschen Meisterschaften in Brandenburg an. Ein letzter Wettkampf auf dem Weg zur Qualifikation für die U23-Weltmeisterschaften. Diese sollten in diesem Jahr in Sarasota (Florida) stattfinden.

Nach der erfolgreichen Qualifikation ging es dann am 25. Juni 2019 für meine Zweierpartnerin Janka Kirstein (HRC), Malte Engelbracht und mich nach Ratzeburg in die UWV. Dort hieß es für Malte jeden Tag bereit und einsatzfähig sein, um im Notfall in eines der Boote einspringen zu können und als Ersatzmann auszuhelfen. Für Janka und mich ging es im Achter darum, diesen schnell zu bekommen und mit dem Rest der Mannschaft eine Einheit zu bilden. Über weite Teile des Trainingslagers war es ein harmonisches Miteinander, was bei neun

Frauen nicht immer selbstverständlich ist. Durch spezielles "Hitzetraining" sollten wir uns bereits bei den kühlen Temperaturen vor Ort auf das Klima in Florida vorbereiten.

Bereits eine Woche vor Beginn der Wettkämpfe, welche vom 24. bis 28. Juli 2019 gingen, flogen wir mit der deutschen Mannschaft nach Florida. Schon im Landeanflug wurde klar, dass das Wetter sehr





markant werden würde. In Tampa konnte ein Teil der Mannschaft gerade noch vor einem Gewitter landen, während der andere Teil der Gruppe, der in Orlando landen sollte, noch eine Schleife über Miami drehen musste.

Wie sich in den kommenden Trainingstagen herausstellte, standen Gewitter an der Tagesordnung. Meistens konnten wir nur morgens rudern gehen und mussten nachmittags aufs Ergo oder auf anderweitigen Sportprogramme ausweichen (Lauf, Stabi und Aquajogging im Hotelpool).

Auch im Ablauf der Wettkämpfe war das Wetter eingeplant. Die Rennen gingen offiziell stets nur bis mittags. Die Zeit am Nachmittag wurde oft genug genutzt, um Rennen verschieben zu können, weil Unwetter dazwischenkamen. Mehr als einmal sind wir zur Strecke gefahren und direkt mit dem Shuttle wieder zurück zum Hotel, da es eine dreistündige Rennpause gab.

Im Achter hatten wir ein Fünf-Boote-Feld, sodass wir nur zwei Rennen hatten. Am Freitag war unser Bahnverteilungsrennen. Lange konnten wir uns gut im Feld halten, sind aber hinten raus ein wenig abgefallen. Wir wussten nach dem Rennen alle, dass da noch mehr geht und waren fest entschlossen im Finale nochmal besser zu fahren.

Zu den beiden Finalrenntagen haben die Gewitter aufgehört. Einerseits gut, weil es keine Verzögerungen mehr gab, andererseits stieg die Temperatur dadurch um gefühlte 5 bis 10 Grad an. Dadurch kam es unter anderem vor, dass Sportler kurz vorm Ziel zusammenbrachen, weil die Körper überhitzten. Das deutsche Team versuchte vorzusorgen. Sobald man an der Strecke war, gab es Kühlwesten und eisgetränkte Handtücher.

Für unser Finalrennen am Sonntag hat das leider nichts gebracht. Wir sind nicht miteinander gerudert und das Boot ist im Vergleich zu den Gegnern fast stehen geblieben. Am Ende sind wir deutlich letzter geworden und können bis heute nicht genau sagen, woran es gelegen hat. Möglicherweise hat die internationale Wettkampferfahrung gefehlt oder mehr gemeinsames Training während der Saison. Viele Möglichkeiten, für die es aber Lösungsstrategien gibt, müssen nun ergriffen werden – vom DRV, den Trainern und den Sportlern selbst.

Lena Osterkamp

1-3) Steuerfrau: Steuerfrau Neele Erdtmann, Janka Kirstein (HRC), Katja Fuhrmann, Leonie Heuer, Hanna Winter, Patricia Schwarzhuber, Lena Osterkamp, Celina Waldschmidt und Lena Sarassa



# Junioren unterwegs

### Saison der Junioren/ Juniorinnen 2019

Direkt nach den Sommerferien stand für uns Juniorinnen und Junioren die erste Leistungsüberprüfung "1000 Meter Einstiegstest" auf dem Ergometer an. In den folgenden Wochen wurde der noch nicht ganz verlorengegangene Fitnesszustand der letzten Saison wieder aufgefrischt. Als Abschluss der Rudersaison haben wir an den Landesmeisterschaften, an Maschseeregatten und dem "Leine Head" teilgenommen. Die letzten sonnigen Herbsttage vor der grauen, ergo-geprägten Wintersaison für ein Trainingslager am Ruderstützpunkt Hannover/Ahlem genutzt.

Im November standen dann endlich der erste Test für die Saison 2019 in Form von Langstreckenin Hildesheim und Dortmund auf dem Plan. In den Winterferien flohen einige der A-Junioren gemeinsam mit den Senioren vor den eisigen Temperaturen in den Süden





1) Vierer-ohne mit Mathieu Njofang und Tom-Otis Brandes im Mittelschiff

2) Am Startblock: (ganz vorne im Bild) David Erfanian

trainierten bei guten Bedingungen in Portugal. Währenddessen trainierte die restliche Trainingsgruppe größtenteils am DRC. Ausnahme bildeten Wochenendlehrgänge im Bereich Niedersachsen für die B-Juniorinnen und Junioren.

Mitte Januar fand dann wie jedes Jahr der DRC-Ergocup statt, bei dem unsere Trainingsgruppe einige Bestzeiten und gute Platzierungen erreichte. Nach dem Ergocup wurden wichtige Trainingskilometer auch wieder vermehrt auf dem Wasser absolviert, um für die Regatten vorbereitet zu sein. Zuerst ging es für einige Junioren zur Langstrecke nach Oberhausen, bei der es für die A-Junioren im Riemenbereich schon um die Setzung für den anstehenden Junioren-Frühtest in Köln ging. Die Langstrecke in Leipzig, bei der das deutsche Skullteam überprüft wurde, konnte Aaron Erfanian gewinnen und machte so bereits früh auf sich aufmerksam. Die Ferien wurden für ein abschließendes Trainingslager in Dörpen genutzt. Zeitgleich fand der Frühtest in Köln statt bei dem Aaron im Einer und Ryan Smith und Leon Knaack im Zweierohne sogar Treppchenplätze erreichten.

Auf der ersten Regatta in Bremen

testeten der Großteil Sportler/innen der Trainingsgruppe verschiedene Mannschaftskombinationen, währenddessen versuchten sich Ryan und Leon zusammen Tom-Otis Brandes und Mathieu Njofang im Vierer-mit sowie Aaron und Paul Krüger im Doppelzweier bei der internationalen Regatta in München für die Junioren-Europameisterschaften zu qualifizieren. Der Doppelzweier konnte sich bei Schneeregen und Hagel gegen die starke internationale Konkurrenz durchsetzen und sich somit das EM Ticket sichern. Der Vierer-mit verpasste sein Ziel knapp um einen Luftkasten.

Von der Regatta in Köln brachten die Juniorinnen und Junioren einige Medaillen nach Hause. Am Siegersteg legten die B-Juniorinnen Paula Becher und Sarah Höflich im Doppelzweier und der B-Junior David Erfanian im Einer an. Der Doppelvierer um Paula Becher, Fiona Heidemann, Mira Leyers und Finja Giesemann (HRC) verpassten den Sieg knapp und wurde Zweiter. Im Leichtgewichtsrudern der A-Junioren konnte sich Imran Skoray im Einer und gemeinsam mit Piet Heinze und Niko Trittschanke im laufenden Leichtgewichts-Achterprojekt eine Medaille am Steg abholen. Leon und Ryan

/ 16 / Der Ruderer 2019



3) Sara Höflich und Paula Becher im Boot 1 des DRC auf der Regatta in Bremen

#### 4) Mira Leyers und Fiona Heidemann im Boot 2 des DRC

konnten sowohl im Zweier-ohne als auch im Vierer-ohne in einer Renngemeinschaft mit Krefeld das Rennen gewinnen. Parallel zu Köln fand die Junioren-EM in Essen statt, bei der Aaron im Doppelzweier den EM Titel mit nach Hannover brachte.

Zwei Wochen später folgte in Hamburg die letzte Testregatta vor der Deutschen Jugendmeisterschaften. Bei den A-Junioren standen die Ranglisten-Wettbewerbe im Kleinboot im Fokus. Hier landete Aaron im Einer auf Rang fünf. Er konnte sich jedoch am Sonntag nochmal beweisen und siegte im Doppelzweier und im Doppelvierer. Jubeln konnte Leon und Ryan, die sich mit einem dritten Platz im Zweier-ohne eine

vorzeitige Fahrkarte zur Junioren-WM nach Tokio sicherten. Der zweite DRC Zweier um Bugmann Tom-Otis und Mathieu wurde seinen Erwartungen leider nicht gerecht.

Bei den leichten A-Junioren erruderten Niko, Piet und Imran gute Ergebnisse. Bei den B-Junioren glänzte David mit einem Sieg im "Niedersachsen-Doppelvierer". Im DRC-Doppelzweier Duell legte das Duo Paula und Sarah am Siegersteg an. Mira Leyers und Fiona Heidemann schaffte dies leider nicht. Gemeinsam im Doppelvierer erreichten Paula, Mira, Fiona zusammen mit Eva Weitzel (Oldenburg) gesteuert von Nicolas Heidemann eine gute Platzierung.

Es folgte der Saisonhöhepunkt mit den Deutschen Jahrgangsmeisterschaften. Dort räumten die DRC-Sportler mit viermal Gold, einmal Bronze und drei Tickets zur Junioren-WM ordentlich ab. In Tokio auf der Olympiastrecke für 2020 gewannen Ryan und Leon in einem klar dominiereten Rennen den Weltmeistertitel im Junioren-Achter Aaron konnte sich im Doppelzweier mit einer Silbermedaille belohnen. Nach diesem sensationellen Saisonabschluss, konnten nun auch unsere drei Nachwuchs-Asse in die wohlverdiente Sommerpause gehen.

Mira Leyers und Mathieu Njofang

#### 5) Niko Trittschanke und Piet Heinze

6) Jonas Schleef bei einem seiner vielen Siege im leichten Einer



# Im Land der aufgehenden Sonne

#### Junioren-Weltmeisterschaften in Tokio

Wenn wir an diesen Sommer zurückdenken, fällt es uns schwer, die vielen Gedanken und Emotionen zu sortieren, die uns dabei durch den Kopf schießen. Wenn wir über unsere Zeit in Japan sprechen, sind es immer nur bruchteilhafte Erinnerungen und besondere Momente, an die wir zurückdenken. Während Otto bereits live aus Japan ausführlich über Rennverläufe und Ergebnisse berichtet hat, wollen wir gerne die vielen weiteren Eindrücke von der WM und unseren Japanreisen mit Euch teilen.

Nachdem wir zum Ende des Trainingslagers in Berlin mühsam unseren Schlafrhythmus möglichst weit an die japanische Zeit angepasst hatten und auch sonst alles perfekt vorbereitet schien, wurde uns am Flughafen in Berlin irgendwann klar, dass wir noch etwas länger unterwegs sein würden. Die eine Hälfte der Mannschaft saß schnell im Flieger nach München und erreichte ihren Anschluss nach Tokio ohne Probleme. Wir hingegen warteten im Sicherheitsbereich in Berlin Tegel auf unseren Flieger, der uns nach Frankfurt bringen sollte. Als dieser etwa eine Stunde verspätet landete, atmeten wir alle erleichtert auf - wir sollten unseren Anschluss erreichen. Soweit so gut, wäre da nicht kurz bevor wir in den Flieger steigen wollten, dieses Sommergewitter aufgezogen, was den Flugbetrieb für eine weitere Stunde lahmlegen sollte. Endlich in Frankfurt angekommen musste eine Lösung her. Aber rund 30 Sportlerinnen und Sportler spontan in eine Maschine nach Japan zu setzen, gestaltete sich doch schwierig. Nach einer Nacht im Hotel kam dann die freudige Erkenntnis, noch eine frische Unterhose und ein T-Shirt eingepackt zu haben und die gute Nachricht, dass alle noch an diesem Tag nach Japan fliegen sollten. Hierfür wurde die Gruppe dann noch einmal aufgeteilt. In drei unterschiedlichen Maschinen, die jeweils nach Düsseldorf, Brüssel und Wien flogen, ging es endlich weiter für uns. Ökologisch war das ganze natürlich ein absoluter Albtraum, eine Zugreise nach Frankfurt wäre, selbst wenn die Bahn sich um ihre standardmäßige Stunde verspätet hätte, schneller und umweltfreundlicher gewesen. Wenn es nur darum gegangen wäre die entsprechenden Flieger nach Wien, Brüssel oder Düsseldorf zu erreichen, hätten wir sogar mit dem Rad aus Berlin aufbrechen können. Dann hätten wir immerhin noch eine letzte Trainingseinheit absolviert.

Fast zwei Tage später als geplant stiegen wir in Tokio aus dem Flieger. Überwältigt von den vielen Eindrücken, verflogen Erschöpfung und die Müdigkeit schnell. Vor allem der warmherzige Empfang durch die japanischen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Flughafens und der von World Rowing zur Verfügung gestellten Reisebegleiterinnen und Reisebegleiter schafften von Anfang an das Gefühl, was uns auch in den nächsten drei Wochen begleiten sollte: Sich willkommen fühlen und dass Dein Gegenüber sich von Herzen freut, Dich kennenlernen zu dürfen.

Tokio ist eine Stadt der Gegensätze, antike Kaiserpaläste neben hochmodernen Wolkenkratzern, Luxuriöse Hotels neben winzigen Bruchbuden und überfüllte Kreuzungen neben fast menschenleeren Plätzen. Die Stadt ist – obwohl man beim besten Willen

nirgendwo einen Mülleimer findet - unglaublich sauber und bestens organisiert. Die Bahnen sind immer perfekt pünktlich und an jeder Ecke steht ein Verkehrspolizist mit einem Leuchtstab (wir nannten sie deshalb immer Laserschwertermänner), der den Verkehr regelt. Dank des

guten U-Bahn Netzes und der kleinen japanischen Autos sind die Straßen selten überfüllt und man ist fast immer pünktlich am Ziel. Die Bilder aus dem Fernsehen, wie Ordner die Menschen in die U-Bahnen stopfen müssen, haben wir übrigens nie erlebt. Da die meisten größeren Gebäude in Japan vielleicht ein wenig zu gut klimatisiert sind, war die wahrscheinlich größte Umgewöhnung für uns der ständige Wechsel von sengender Hitze draußen und der eisigen Kälte in den Gebäuden. In der ständigen Panik vor der WM durch den Luftzug der Klimaanlagen krank zu werden, liefen wir drinnen anfangs immer dick in Jacke und Schal eingepackt herum.

Nachdem wir nun endlich angekommen waren, machten wir uns ohne Pause auf zur Strecke, um den Trainingsrückstand wieder aufzuholen. Im Bus hieß es dann von allen Seiten, dass die Strecke deutlich länger wirke. Dies stellte sich jedoch auf dem Wasser sehr schnell als falsch heraus, nach gefühlten 40 Schlägen musste man schon wieder zur Wende ansetzen. Der Vorteil: Mehr Trinkpausen, denn was wir trotz vorbereitendem Ergo Fahren in der Sauna nicht erahnen konnte, war die wirklich extreme Temperatur um die 37 Grad in Verbindung mit drückender Luftfeuchtigkeit um die 90 Prozent. Dadurch wurde selbst eine kurze Tour auf der Strecke bereits zur Belastungsprobe.

Unsere Unterkunft, das "Prince-Hotel" lag im Stadtteil Shinagawa. Wir waren dazu angehalten, uns hauptsächlich im Hotel zu bewegen. Aber auch hier gab es mehr zu entdecken als in den meisten Kleinstädten. Neben mehreren Supermärkten, einer Vielzahl von Restaurants und Kimonos in den Schränken, gab es sogar ein Delfinarium. Aus offensichtlichen Gründen boykottierten wir dies natürlich und genossen lieber die Wassershowderjapanischen Toiletten.

Im Hotel erwartete uns eine extra für die WM-Teilnehmer kreierte Mischung aus asiatischem Essen in Kombination mit westlichen Komponenten. Diese durchaus komische Mischung war nach den Einblicken in die japanische Küche, die uns die angehängte Zeit bot, völlig fehl am Platz. Die frischen Zutaten, der viele Fisch und die meist aus Reis oder Nudeln bestehende Grundlage, wären geschmacklich ein Highlight und auch sonst die perfekte Sportlernahrung gewesen.

In Erinnerung bleiben wird definitiv auch die tägliche Fahrstuhlfahrt zum Essen. Aufgrund der Größe des Hotels, waren wirklich sehr lange Wartezeiten und kuschelig überfüllte Aufzugskabinen Grund für jede Menge Spaß mit den Sportlerinnen und Sportlern der anderen Nationen. Erwischte man einen ruhigen Moment, konnte man die regelmäßig stattfindenden Erdbeben miterleben: Sehr schwach, aber doch durch ein Schwingen im Boden spürbar. Eine unglaubliche Erfahrung.

onne

world rowing

Der Ruderer 2019



Der zweite und dritte Trainingstag zogen sehr schnell an uns vorbei - und schon standen die ersten Vorläufe an. Für uns alle lief es richtig gut: Aaron zog trotz "Skull-Verlieren" am Start souverän ins Viertelfinale ein und im Achter konnten wir direkt ins Finale einziehen. Insgesamt lief es für die deutsche Mannschaft auch an den Folgetagen sehr gut.

Nach der langen UWV, mitihren vielen Höhen und Tiefen und einer beinahe endlosen Anreise, stand nun irgendwie doch, viel schneller als gedacht, der Finaltag an. Die Atmosphäre war angespannt, allen war bewusst, dass jede Kniebeuge, jede Ergoeinheit und jeder Schlag auf dem Wasser einen für diese 2000 Meter, diese 220 Schläge, vorbereitet hat. Die Medaillen nach den guten Vorläufen fest im Blick wuchs die Anspannung. In wenigen Stunden würde jeder von uns wissen ob sich die ganze harte Arbeit gelohnt hat.

Die Finals begannen und am Ende dominierte Deutschland unangefochten die Gesamtwertung. Besonders schön waren die Medaillen, die wir und unser Trainer Frede am Ende des Tages um den Hals tragen konnten. Ein toller Moment nicht nur wegen der individuellen Erfolge, sondern auch wegen der langen Zeit, die wir vier uns nun schon kennen und in der wir immer wieder voneinander lernen und aneinanderwachsen konnten.

Danach ging es für uns in den Urlaub, das zweite Highlight nach der Weltmeisterschaft. Während Ryan und Aaron zusammen mit zwei Mannschaftskollegen die japanische Hauptstadt Tokio unsicher machten, erkundete Leon noch zwei Wochen das Land.

Wir drücken Frauke und Carlotta die Daumen so fest es geht, im nächsten Jahrauch nach Japan reisen zu dürfen und wollen ihnen und einem möglichen DRC-Fanclubfolgen de Tipps mit auf den Weggeben.

- 1. Den Knopf der Toilette nur betätigen, wenn ihr auch tatsächlich auf dem Klo sitzt.
- Sucht euch eine kleine Bar abseits der großen Straßen und beginnt ein Gespräch mit den Japanerinnen und Japanern am Nebentisch. Trotz der oftmals leider schlechten Englischkenntnisse sind euch spannende Geschichten sicher.
- 3. Das perfekte Katerfrühstück ist eine große Schüssel Ramen.

- 4. Essen ToGo? Nicht in Japan. Ihr werdet deshalb auch keine Mülleimer für Verpackungen finden.
- 5. Tempel und Schreine bei Sonnenaufgang besuchen und in Ruhe die Spiritualität dieser Orte erleben.
- 6. Auf dem Wasser damit rechnen, dass euch jederzeit ein Fisch ins Boot springt.
- 7. Den Fuji nur mit angemessener Kleidung besteigen, ich bin nach zwei Wochen Hitze bei den zwei Grad Celsius auf 3700 Metern wirklich fast erfroren.
- 8. Lasst einfach laufen, erst wenn das T-Shirt komplett schweißgetränkt ist, entfaltet es seine erfrischende Wirkung.
- Japanische Küche ist mehr als Sushi! Probiert Gyoza, Tempura, Udon- und Misosuppen und auf jeden Fall Okonomiyaki.
- 10. Der Besuch eines Onsen Thermalbades ist trotz der Hitze Pflicht.

Besonders in Erinnerung geblieben ist mir rückblickend vor allem der Blick aus dem Busfenster auf die Regattastrecke. Gelegen in der Bucht von Tokio erstreckt sich das zwei Kilometer lange Becken vom Industriegebiet am Start bis hin zum Pazifik im Zielbereich. Gerahmt von der unglaublichen Kulisse der Tokyo Gate Bridge, die sich langsam neben der Strecke aufbaut, ist die Geräuschkulisse einzigartig. Während beim Einschwimmen jegliche Kommandos im Lärm der hupenden LKWs und dem Donnern der sich im Landeanflug auf den Haneda Airport befindenden Flugzeuge untergehen, ist es nach dem Ziel beinahe still. Weit weg scheint der Trubel vom Start und das Rauschen des Pazifiks erzeugt hier gemeinsam mit dem unfassbaren Blick auf die 30 Millionen Einwohner Metropole ein angenehmes Gefühl von Ruhe.

Besonderer Dank gebührt Thorsten und Frede für die leidenschaftliche Vorbereitung auf unser großes Ziel. Neben den vielen Stunden auf dem Wasser, habt ihr uns mit Rat und Tat zur Seite gestanden und seid immer für uns da gewesen. Auch bedanken wir uns bei Otto und Sabine für die grandiose Unterstützung vor Ort und natürlich nicht zuletzt auch bei der grandiosen Clubfamilie, die erst mitgefiebert und dann mit uns gefeiert hat!

Leon Knaack, Aaron Erfanian

# Sonne, Wellen und Medaillen

#### Deutsche Jahrgangsmeisterschaften U17 / U19 / U23

Zu den deutschen U17 / U19 und U23-Meisterschaften in Brandenburg an der Havel reisten dieses Jahr 15 DRC-Sportler, die das gesamte letzte Jahr alle fast täglich auf diesen Saisonhöhepunkt hin trainiert haben. Dementsprechendwardie Vorfreude, aber ebenso die Anspannung groß.

Der Juniorinnen-B-Doppelvierer mit Steuermann bestehend aus Paula Becher, Mira Leyers, Fiona Heidemann, Nico Heidemann und zusätzlicher Verstärkung vom Team Nord West durch Eva Weitzel verpasste das Ziel A-Finale mit weniger als einer Sekunde. Das B-Finale gewannen sie mit einem starken Rennen erneut souverän, was die Enttäuschung über das verpasste A-Finale zumindest linderte.

Der "Team-Niedersachsen" Juniorinnen-B-Achter mit Sarah Höflich qualifizierte sich für das A-Finale, musste sich dort aber mit Platz sechs zufrieden geben.

David Erfanian ging im Junioren-B-Doppelvierer mit Steuermann in einer ebenfalls niedersächsischen Renngemeinschaft an den Start. Das klare Ziel der Fünf war eine Medaille. Trotzdem mussten sie nach einem dritten Platz im Vorlauf zunächst in den Hoffnungslauf. In diesem erreichten sie einen zweiten Platz und konnten sich David und sein Team für das A-Finale qualifizieren. Nach einem spannenden Endspurt verpassten sie mit einer knappen halben Sekunde den Medaillenplatz – für Davids erstes Jahr bei den Junioren trotzdem eine starke Leistung.

leichten A-Junioren **Imran** Skoray, Niko Trittschanke und Piet Heinze gingen in verschiedenen Bootsklassen an den Start. Imran startete zunächst leichten Einer und zog durch souveräne Vorleistungen in das A-Finale ein. In einem dramatischen Rennen

mit einen ständigem Hin-und-her erkämpft sich Imran den undankbaren vierten Platz. Im leichtem A-Junioren-Vierer ohne Steuermann versuchten sich Niko und Piet, den Traum einer Medaille zu erfüllen. Durch einen Sieg im Vorlauf konnten sie sich direkt für das A-Finale qualifizieren. In einem engen Feld im Finale verpassten sie mit weniger als einer Sekunde den dritten Platz ebenfalls. Eine große Enttäuschung für die drei Leichtgewichte, die es aber dann im abschließenden leichten A-Junioren Achter nochmal wissen wollten. Hier erreichten sie die erhoffte Medaille mit Platz drei und jubelten am Siegersteg.

Die schweren A-Junioren Tom-Otis Brandes, Mathieu Njofang, Leon Knaack, Ryan Smith und Aaron Erfanian gingen ebenfalls in verschiedenen Bootsklassen an den Start. Tom und Mathieu starteten im A-Junioren-Zweier ohne Steuermann, wo sie mit Platz fünf im



B-Finale nicht zufrieden waren. Im Junioren-A-Achter hat es am Ende für das DRC-Duo nur für den sechsten Platz gereicht. Ebenfalls im Junioren-Achter waren auch Leon und Ryan vertreten und hatten im ersten NRW-Achter das stärkere Team um sich versammelt, was zur Bronzemedaille rudern konnte. Im A-Junioren-Vierer mit Steuermann qualifizierten sich Ryan und Leon ebenfalls für das A-Finale. In einem spannenden Duell mit einem weiteren Boot sicherten sich Leon und Ryan die Goldmedaille und ihr Ticket für die Junioren-WM in Tokio. Noch besser lief es für Aaron. Im Doppelvierer zog er ohne Umwege in das A-Finale ein und sicherte sich hier die Goldmedaille. Doppelzweier ging Europameister Aaron als Favorit in das Rennen. In hart umkämpften Vorentscheidungen lag er dann auch hier im A-Finale an der Startbrücke. einem spannen den Rennen sich er



- 1) Vierer mit Steuermann holt Gold: Mit an Bord unsere DRCler Leon Knaack (2. von rechts) und Ryan Smith (ganz links)
- 2) Starke Truppe: Leichtgewichts-Achter Junioren A m. Stm. mit an Bord Piet Heinze, Imran Skoray und Niko Trittschanke



3) Juniorinnen-Doppelvierer mit Steuermann: Fiona Heidemann, Eva Weitzel, Paula Becher, Mira Leyers und Steuermann: Niko Heidemann

te sich Aaron die Goldmedaille und konnte mit zwei Goldmedaillen und einem Ticket für die Junioren Weltmeisterschaften das maximale Ergebnis erzielen.

In der U-23 Klasse war der DRC durch Malte Engelbracht und Lena Osterkamp vertreten.

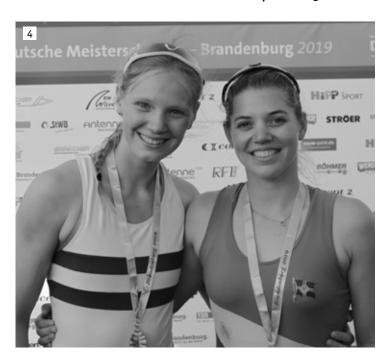
Lena ging zunächst mit ihrer Zweierohne Partnerin Janka Kirstein vom HRC
an den Start. Im Vorlauf wurden sie zweite, was für den Einzug ins A-Finale reichte.
Lena und ihre Zweier-ohne Partnerin Janka
Kirstein (HRC) mussten sich A-Finale nach
einem knappen Rennen geschlagen geben und
gewannen die Silbermedaille. Im U23-Achter
gewannen Lena und ihr Team souverän die
Goldmedaille sowie das damit verbundene
Ticket für die U-23 WM in Sarasota (USA).

Malte startete im Doppelvierer mit einem kleinen Vier-Boote-Feld. Hier sparte das Quartett im Bahnverteilungsrennen viel Kraft und konntesich im A-Finale die Bronzemedaille sichern. Im Einer ging für Malte darum, sich für die WM zu qualifizieren - dementsprechend war die Anspannung groß. Nach einem Einzug in das A-Finale, musste sich Malte dem späteren Weltmeister Marc Weber geschlagen geben und strahlte über Silber und ein Ticket zur U-23 WM.

David Erfanian und Piet

Heinze

- 4) Janka Kirstein (HRC) und Lena Osterkamp
- 5) Paul Krüger (Magdeburg) und Aaron Erfanian holen Gold im Doppelzweier
- 6) Malte Engelbracht









1) Pizza in der Turnhalle

2) Merle Schleef und Clara Prinz

### Sieben Ruderinnen beim BW

#### Saison der Kinder 2019

Wie gewohnt fing die Saison nach den Sommerferien mit einigen Änderungen an: Johanna verließ das Trainerteam, dafür kam Sophie dazu. Die nun freie Bufdi-Stelle wurde mit Jan-Lennart besetzt, einige Kinder verließen uns in Richtung Juniorengruppe, einige neue Kinder wurden in der Kindergruppe begrüßt.

Auch beim Alten blieb der Start bei den Herbstregatten auf dem Maschsee, bei denen sich unsere neuesten und jüngsten Mitglieder bei ihren zum Teil ersten Rennen mal mehr und mal weniger geschickt anstellten. Aber natürlich immer mit einem Lächeln im Gesicht.

Auch beim Alten blieb unsere Weihnachtsfeier im Jugendraum, bei der sich die Kinder mit Keksen und Spielen auch mal außerhalb des Bootes kennenlernen konnten. Aber keine Sorge: Es kommen noch ein paar Neuigkeiten im Laufe der Saison dazu.

Das Jahr 2019 begann für die Kinder mit dem DRC-Ergocup im Januar. Hier konnten sich unsere Kinder vor heimischem Publikum mal so richtig auspowern. Marléne Njofang und Clara Prinz gewannen jeweils eine Goldmedaille, Marlénes Erfolg wurde sogar im NDR-Fernsehen übertragen. Im April ging es für Kindergruppe (Enno, Jesse, Franz, Friedemann, Joshua, Noble, Jaron, Merle, Clara, Coralie, Veronika, Alexandra und Marléne) ins Trainingslager nach Oldenburg. Dort startete die sehr intensive Vorbereitung auf die Saison. Trotz aller Anstrengungen hatten die Kinder aber auch viel Spaß, besonders wenn sie über die Nachtruhe hinaus "Werwölfe aus Düsterwald" gespielt haben.

Hier bildeten sich auch die Mannschaften, die über die Saison gemeinsam starten sollten. Bei den 12- und 13-jährigen Mädels gingen Merle Schleef und Clara Prinz im Zweier an den Start, bei den 13- und 14-jährigen Mädels Veronika Leis, Alexandra Kasterina, Marléne Njofang und Coralie Hesse im selben Doppelvierer, den sie bereits in der letzten Saison gefahren sind. Gesteuert wurden diese in der Saison von Cara Sue Lüdemann. Bei den Jungs hatte sich noch keine Mannschaft herauskristallisiert.

Die erste Regatta auf dem Wasser fand dann in Bremen statt. Das gesamte Rennwochenende war geprägt von äußerst schlechten Wetterbedingungen mit Schneeregen und heftigen Winden. Zwar ohne Medaille, aber dafür mit viel Rennerfahrung, besonders für Franz

Klaus und Noble Nwajide, die dort ihre erste große Regatta bestritten, ging es dann nach Hause und ins Warme.

Kurz darauf versuchten die Sportler sich bei der Regatta in Otterndorf. Der Mädchen-Doppelvierer konnte trotz eines guten Rennens leider keine Medaille gewinnen. Auch der Zweier musste sich den Gegnern geschlagen geben. Als einzige DRC-Teilnehmerin hatte Merle Schleef ein sehr erfolgreiches Wochenende mit vier Medaillen im Einer. Da wir als Wassersportler auf eine hohe Wasserqualität angewiesen sind, haben Franz und Friedemann es auf sich genommen, mit ihrem Boot die Badesaison offiziell zu eröffnen. Das Wasser schien eine gute Qualität zu haben: Sie wollten nämlich gar nicht mehr raus.

Daraufhin wurde mit viel Ehrgeiz auf den Landesentscheid in Salzgitter, an dem dieses Jahr nur Mädchen teilnahmen, hintrainiert, welcher Anfang Juni auf dem Salzgittersee anstand. Beim LE wird am Samstag eine 3000m Strecke mit Wende und am Sonntag eine 1000m Strecke ausgefahren. Die beiden Gewinner kommen mit. Gewinnt beide Rennen dasselbe Team, dann kommt der zweite Platz von den 3000 Meter mit.

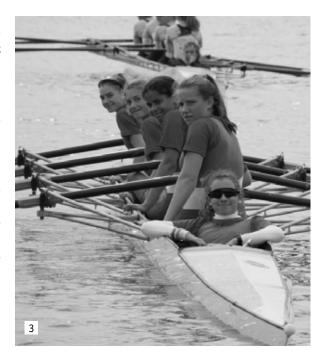
Bei Sommer pur und gefühlten 50 Grad im Schatten ging es für Merle und Clara im Zweier und für den Mädchen-Doppelvierer um die Qualifikation für den Bundeswettbewerb in München. Da der Doppelvierer mit Stf. sich leider beim Wenden auf den 3000 Meter in den Bojen verknotet hat, sind sie als langsamstes Team über sie Ziellinie gekommen, es galt also für die 1000 Meter "Alles oder Nichts". Da die Mädels sich aber nicht so leicht um eine Fahrt nach München bringen lassen wollten, haben sie alles gegeben und ihr Rennen souverän gewonnen und haben sich somit neben dem Doppelvierer des HRCs für den BW qualifiziert. Merle und Clara wollten es nicht so spannend machen und sind in beiden Rennen hinter dem Zweier aus Leer ins Ziel gekommen und haben sich somit auch für ihren ersten BW qualifiziert.

Nach einer kurzen Trainingspause nach dem Salzgitter-Wochenende ging das intensive Training in den Sommerferien wieder los, um fit für den Bundeswettbewerb in München im September zu sein, was die am Anfang genannte Neuigkeit war: Normalerweise fand der BW Anfang Juli statt. Die Mädels mussten also nach Urlaub, Sonne und Entspannung am Ende der Ferien wieder ins Boot steigen, um für den BW wieder richtig fit zu werden.

Am Freitagmorgen ging es für die beiden Mannschaften und den Trainer Ole

Peter mit dem Bufdi Hannes Alten los. Nach der Ankunft in Oberschleißheim stand noch ein letztes Training an, bevor es am Samstag an die Rennen ging. Als erstes starteten Clara Prinz und Merle Schleef und landeten nach einem guten Rennen im B-Finale. Beim Rennen des Doppelvierers gab es auf den letzten Metern zwar gesundheitliche Probleme, jedoch qualifizierte sich auch dieses Team für das B-Finale. Marléne Njofang konnte an diesem Tag aber doch noch eine Medaille gewinnen, da sie und ihre Gruppe beim Zusatzwettbewerb gewan-

nen. Am Sonntag stand dann das letzte Rennen der Kinder-Saison an. Dabei fuhr der Mädchen-Vierer rasant vom Start weg und blieb bis zu den letzten 100 Metern an der Spitze und musste sich letztendlich dann doch mit einem dritten Platz zufriedengeben. Der Zweier mit Clara Prinz und Merle Schleef konnte leider ebenfalls nicht mit einer Medaille nach Hause fahren. Trotzdem fuhren alle Sportler relativ zufrieden mit ihren Zeiten von der letzten Regatta der Kinder-Saison nach Hause. Für vier der Teilnehmerinnen war dies die letzte Saison in der Kindergruppe. Ab 2020 rudern Coralie



Hesse, Alexandra Kasterina, Veronika Leis, und Cara Lüdemann bei den Junioren. Ole Peter

- 3) Erfolgreich unterwegs: Veronika Leis, Alexandra Kasterina, Marlene Njofang, Coralie Hesse und Steuerfrau Cara Sue Lüdemann
- 4) Starker weiblicher Nachwuchs



# Hannover goes Henley Road to HRR

是75年海南部

#### **Henley Royal Regatta**

Im Vaterland des Rudersports, Großbritannien, kann man den Rudersport auf zwei Arten und Weisen betreiben: Entweder rudert man in einem Universitätsteam oder man arbeitet bereits und ist Mitglied in einem Ruderclub. In beiden Fällen ist die Saison immer gleich strukturiert – geht es nicht zu internationalen Wettkämpfen, ist die prestigeträchtigste Regatta der Welt das auserkorene Ziel eines jeden Ruderers: Ein Start bei der Henley Royal Regatta.

So haben wir uns im Oktober 2018 das Ziel gesetzt, dass wir (soweit uns bekannt ist) als erstes reines Vereinsboot des Deutschen Ruder-Clubs auf der legendären Strecke in Henley zu rudern. Ausgerüstet mit den passenden neuen Clubblazern waren wir ja bereits. Die Auswahl an Kategorien, in denen nur als reine Vereinsmannschaft angetreten werden kann, sind auf den Vierer ohne Stm., den Vierer mit Stm. und den Achter beschränkt. Wir entschieden uns, den Britannia Challenge Cup, also den Vierer mit Steuerposition, ins Visier zu nehmen und fingen an fleißig zu trainieren. Milan Dzambasevic, Gewinner der Ladies Plate Challenge 2011, erklärte sich bereit unser Coach zu sein und schmiedete alsbald die ersten Trainingspläne, die genauso gut vom Teufel höchst persönlich hätten stammen können. Die Crew formierte sich langsam und schnell war klar, dass Philipp Schiefer, Paul Peter, Hendrik "Hölli" Hellhammer und Cornelius "Kurby" Dietrich, gesteuert von Manja Radtke, das Team stellen werden. Vorzeitiger Höhepunkt war dann der Ergo-Test kurz vor Weihnachten, der natürlich über die Henley Distanz von 2.112 m (1 Meile und 550 Yards) gefahren wurde.

Im Januar erreichte uns dann eine Krankheitswelle nach der nächsten. Neben den üblichen Erkältungen brach sich Kurby den Fuß, Hölli wurde der Blinddarm entnommen und Philipp hatte mit Rückschlägen seines ohnehin schon belasteten Knies zu

kämpfen. Dennoch ließ sich die Crew nicht unterkriegen, fand schnell wieder Anschluss an die vorherigen Trainingsleistungen und war bereit für die ersten beiden Härtetests im März. Recht kurzfristig meldeten wir noch für die Langstreckenregatta in Brügge, bei der wir unseren Vierer das erste Mal unter Wettkampfbedingungen testeten. Es gab nicht allzu viel Konkurrenz. Das führte zu vielen Überholmanövern bei stürmischen Bedingungen. Gott sei Dank konnte unsere erfahrene Steuerfrau Manja uns in Millimeterarbeit an knapp 20 Booten in bestem Slalomkurs vorbeischleusen. Dem Alpinslalom hätte sie damit alle Ehre gemacht. So gewannen wir am Ende die Gesamtwertung. Gleichzeitig wir durch den Vergleich mit dem ersten Frauenachter des Molesey Boat Club aus England eine erste Messlatte für unsere Zeit in Richtung Henley, die uns positiv stimmte. Direkt am nächsten Wochenende ging es dann im Achter in Amsterdam an den Start. Gemeinsam mit einem Angaria Vierer, der sich von unserer Idee hatte anstecken lassen und ebenfalls nach Henley wollte, bildeten wir einen Achter und konnten in drei verschiedenen Rennen über 750m, 2500m und 250m einen 22ten (von ca. 50 Booten) Platz erkämpfen. Das vierte Rennen über 5000m des Heineken Rovierkamp fiel leider dem widrigen Wetter zum Opfer.

Mit diesen beiden ersten Erfahrungen konnten wir uns zuversichtlich auf unsere erste 2000m Regatta in Münster Anfang April vorbereiten. Der Vierer mit Stm. war dort nicht offiziell ausgeschrieben. Daher ergriffen wir spontan die Initiative und baten den Münsteraner Regattaverband um ein SM Vierer mit Stm.-Rennen gegen Angaria Hannover. In einem letztlich vier Boote starken Feld konnten wir uns souverän mit einigen Bootslängen vom späteren Zweitplatzierten absetzen und unsere ersten Erfahrungen auf der 2km Distanz sammeln. Leider hatte Philipp am Samstagabend mit seiner Gesundheit zu kämpfen, die es ihm

nicht möglich machte, am Sonntag nochmal an den Start zu gehen.

Anfang Mai stand dann der erste wirkliche Härtetest an: Die internationale Ruderregatta in Gent. Hier melden traditionell die guten britischen Vereinsmannschaften, die sich ebenfalls auf Henley vorbereiten. Es wird an beiden Renntagen jeweils Vorlauf und Finale gefahren, sodass wir nicht nur viel Erfahrung auf der Distanz sammeln konnten, sondern auch gleich sehen konnten, ob unsere Beine wirklich fit genug für mehrere Rennen sein würden. Die Regattastrecke hat nicht, wie bei den meisten anderen Regattastrecken üblich, nur 5 statt 6 Bahnen. Bahn 6 ist die Bahn zur Fahrt in Richtung Start. Das künstliche Regattabecken ist schlichtweg nicht breiter. Es hieß also im Vorlauf entweder die ersten beiden Plätze zu belegen oder auf dem dritten Platz die schnellere Zeit zu fahren. Der Vorlauf am Samstag lief ordentlich und wir schafften es mit einem sicheren zweiten Platz, uns direkt für das Finale zu qualifizieren. Im Finale waren wir dann auf der ersten Streckenhälfte zu träge und lagen zwischenzeitlich auf dem fünften Platz. Allerdings zeigte sich auch die Wirkung von Milans Horror-Programm und wir konnten noch einen ordentlichen Endspurt fahren. Mit beherzten letzten 500m haben wir uns an A.S.R. Nereus aus Amsterdam noch vorbeischieben können und knapp hinter dem Kingston RC sowie etwas mehr als eine Länge hinter Molesey BC den vierten Platz belegt. Am Sonntag hatten wir dann einen starken Vorlauf, in dem fast alle Final-Boote vom Vortag gesetzt waren. Auch hier konnten wir uns im Endspurt wieder an Nereus vorbeischieben und auf den dritten Platz fahren. Nach kurzer Wartezeit war klar, dass wir schneller als der Dritte des anderen Vorlaufs waren und wir es wieder ins Finale geschafft hatten. Hier ergab sich dann ein ähnliches Bild wie am Vortag. Nur konnten wir uns diesmal schon zur Streckenhälfte klar vom Upper Thames RC lösen und wurden erneut in einem engen Feld vierter.

Finaler Test war dann die internationale Ratzeburger Ruderregatta. Hier erwartete uns neben den U23 WM-Qualifikationsbooten wieder eine stürmische Regatta, sodass alle Finalläufe am Samstag ausfielen und auf den Sonntagmorgen verschoben wurden. So hatten wir beide Finale mit je 7 Booten am gleichen Tag. In beiden Rennen konnten wir auf der ersten Streckenhälfte erstaunlich gut mithalten und sogar das ein oder andere DRV Boot ärgern. Wir hielten guten Kontakt zur nationalen Spitze und schlossen das Wochenende mit einem vierten und fünften Platz ab.

All diese Regatten hatten jedoch nur dieses eine Ziel: Die direkte Qualifikation für Henley! Hier muss bei der Meldung ausgiebig über den bisherigen Saisonverlauf und erreichte Platzierungen berichtet werden. Nach ungefähr einer Woche erhält man dann die Rückmeldung, ob das Boot direkt für die Henley Royal Regatta qualifiziert ist oder bereits eine Woche vorher an der Qualifikationsregatta teilgenommen werden muss. Beim Qualifikations-Zeitfahren werden dann an die Zeitschnellsten die restlichen begehrten Startplätze vergeben. Durch unsere konstant gute Saisonleistung waren wir eine der 340 von 660 gemeldeten Crews, die es schafften, sich direkt für die Henley Royal Regatta 2019 zu qualifizieren.

Voller Euphorie starteten wir knapp eine Woche vorher mit dem Auto nach Großbritannien, um noch die ein oder andere Trainingsrunde vor Ort drehen zu können. Die Auslosung, geleitet von Sir Steven Redgrave, ergab, dass wir in der ersten K.O.-Runde gegen den Nottingham R.C. antreten sollten. Nach der Abschlussbelastung zwei Tage vorher, wurde noch einmal eine obligatorische Runde entlang der Themse in Henley an Land gedreht und auch unsere isotonischen Speicher mit einem Pitcher Pimms auf Vordermann gebracht, um vollkommen in die Atmosphäre einzutauchen. Entlang der gesamten Strecke sammelten sich begeisterte Ruderfans, denen man anmerkte, dass sie bereits das ganze Jahr auf dieses Event hin fieberten. Regelmäßig wurden wir auf unseren neuen Blazer angesprochen und gefragt, von welchen Club wir den kämen, sodass wir in unzählige Gespräche mit Ruderern aus aller Welt verwickelt wurden. So konnten wir schon vor unserem ersten Rennen viel positive Außenwirkung für den DRC betreiben. Durch ein Gewinnspiel von Godfrey Rowing bekamen wir zusätzlich noch einen brandneuen DRC-Einteiler mit Henley-Schriftzug. So erstrahlten auch auf der Strecke die DRC Farben in vollem Glanz.

Bekocht von unserer Star-Köchin und (leider einzigen) vor Ort DRC-Supporterin in Henley, Sophie Friedebold, tankten wir noch einmal Energie, um dann top vorbereitet unser erstes Rennen gegen den Nottingham R.C. zu starten.

Nach dem vielen schmerzvollen Training und den vielen verletzungsbedingten Rückschlägen sollte es endlich soweit sein: Tausende Zuschauer weltweit (300.000 insgesamt) sahen ein reines DRC-Mannschaftsboot am Start des Britannia Challenge Cups. Nach langer Ruhe hörte man das lauter werdende Tönen des traditionellen Umpire Boots. Auf dem Umpire steht traditionell der Steward, der das Rennen

leitet, zusammen mit den drei Stewards, die das Rennen bis ins Detail protokolieren. Außerdem dürfen pro Mannschaft drei Personen das Rennen hautnah von diesem Boote aus mit erleben. Nachdem das Boot sich hinter dem Start eingefunden hatte, hieß es dann "Attention! Go!" und wir legten direkt mit einem perfekten Start los. Nach Temple Island lagen wir bereits 1,5 Längen vorne und uns wurde schnell bewusst, dass wir dieses Rennen kontrollieren können. Nach der Streckenhälfte machte Paul die abgemachte Ansage zur ruhigeren Frequenz und wir schoben das Rennen mit knapp zwei Längen Vorsprung sicher nach Hause.

Nach einer kurzen Nachbesprechung sowie dem traditionellen Abklatschen mit dem Gegner wurde auch gleich der Fokus auf das Rennen am nächsten Tag gelegt. Das Los hatte uns Sydney RC aus Australien als nächsten Gegner beschert und wir wussten sofort, das wird nicht nochmal so einfach. Nach unseren mittlerweile zur Routine gewordenen mittäglichen Trainingseinheit hieß es dann wieder bereit machen für das nächste Rennen. Milan gab die klare Taktik vor: "Die Australier kommen über die Mitte, da müssen wir dranbleiben - dann holen wir sie uns im Endspurt". Support hatten wir mittlerweile nicht nur von Sophie, sondern auch von unseren Hosts, in deren Haus wir die Woche über in Henley schliefen. Vater und Tochter wurden spontan eingeladen das Rennen im Umpire live mit zu verfolgen was den Druck nicht gerade verringerte. Wir starteten wieder gewohnt stark und konnten uns beim Start im direkten Duell den so wichtigen Vorsprung bei Temple Island

> holen. Knapp eine Länge schafften wir rauszufahren, doch im Übergang zum Streckenschlag bemerkten wir schnell - das ist ein anderes Kaliber. Wie von Milan prognostiziert kam Sydney über den Streckenschlag immer näher an uns heran, schob sich langsam vorbei und legte sich eine Länge vor uns. Wir blieben über die Zwischenspurts dran und ließen die Australier nicht wegfahren. Eine frühere Ansage des Endspurts durch Manja ließ uns nochmal eine halbe Länge rankommen - doch Sydney konnte ordentlich gegenhalten, sodass sie letztlich mit einer Dreiviertellänge Vorsprung





gewannen. Mit einem leichten Gefühl der Enttäuschung, aber auch mit der Gewissheit, dass wir das mit Abstand beste Rennen der Saison gefahren waren, gratulierten wir unserem Gegner.

Das tolle an der Henley Royal Regatta ist, dass es dort auch abseits der Regattastrecke viel zu erleben gibt. Quasi die ganze Stadt

steht Kopf und alles dreht sich die um Regatta. Knapp 4.500 Flaschen Champagner werden dort jährlich getilgt und knapp 20.000 Pints (ca. 0,5l Gläser) an Pimms geleert.

So haben auch wir nicht auf das ein oder andere isotonische Kaltgetränk verzichtet. Die restlichen drei Tage wurden daher sehr feuchtfröhlich gestaltet und dabei Ruderlegenden wie Mahé Drysdale oder Hamish Bond bewundert. Auch mit den Gegnern und einigen anderen Deutschen Crews wurde fleißig angestoßen und viele neue Kontakte geknüpft.

Am folgenden Montag ging es dann leicht angeschlagen, aber glücklich, den DRC auf einer der größten Bühnen des Club-Ruderns sowohl auf dem Wasser als auch dem Land ordentlich repräsentiert zu haben, wieder nach Hause.

Langfristig soll nun die 2. WKE so strukturiert werden, dass jährlich eine DRC-Mannschaft zur Henley Royal Regatta fährt. Die Reise hat für uns alle einen großen finanziellen Aufwand bedeutet. Daher ist das Ziel, mit der gezeigten Leistung einen Sponsor für die Henley Royal Regatta 2020 zu gewinnen und somit langfristig auf der größten weltweiten Bühne des Club-Ruderns den DRC zu repräsentieren.

Wir freuen uns über viele Weggefährten und Unterstützer für unser Projekt Henley 2020! **Hendrik Hellhammer,** 

### Lotterie der Schaumkronen

#### Deutsche Meisterschaften im Großboot und Deutsche

#### Hochschulmeisterschaften in Hamburg

Jedem, der schon mal in Hamburg-Allermöhe gerudert ist, bleibt diese Strecke in Erinnerung. Gewitter, Hitze, Niederschlag – alles kann Einem vor Ort begegnen. Wegen heftiger Sturmböen wurden zahlreiche Finalrennen auf den diesjährigen Quad-Meisterschaften nicht mehr ausgefahren. Trotzdem gab es für das Team aus Hannover noch Titel, Medaillen und viele Qualifikationen für die Europäischen Hochschulspiele EUG 2020 in Belgrad

24 Sportler aus Hannover haben sich im Verlaufe des Freitags auf den Weg nach Hamburg gemacht, um an den deutschen Hochschulsportmeisterschaften und deutschen Großbootmeisterschaften teilzunehmen. Außerdem trugen die Masters und Para-Sportler ihre Wettkämpfe in Hamburg aus.

Am Samstag herrschten über 30°C bei wenig bis keinem Wind. Die Strecke präsentierte sich damit von ihrer milden Seite. Im Doppelvierer starteten Henrik Neufeld und Konstantin Jaep mit Hauke Zimmermann und Jannis Bestmann mit (beide Angaria). Als Leichtgewichte mussten sie bei den

Schweren mitfahren und eine sportliche Leistung erbringen, um für die EUG nominiert zu werden, da es kein weiteres leichtes Boot gab. Durch einen schwachen Vorlauf wurde die Crew in den deutlich höher klassigen Hoffnungslauf gesetzt. Trotz eines beherzteren Auftritts reichte es nicht, sich für das A-Finale zu qualifizieren. Für das B-Finale hat die Mannschaft den Plan gefasst, ein noch besseres Rennen abzuliefern. Dieses wurde auch umgesetzt. Die Vier konnten ihren Lauf mit mehreren Längen Vorsprung für sich entscheiden und wurden dafür mit der Nominierung für die EUG belohnt.

Bei dieser einen Nominierung sollte es aber nicht bleiben. Im Frauen-Vierer gingen Wiebke Schütt und Paula Wulff mit Linda Simon und Ronja Reiners (Angaria / HRC) sowie Juliane von Wrangel mit Frauke Lange, Johanna Grüne und Lena Schielke (alle drei HRC) an den Start. Beide Mannschaften konnten sich jeweils mit einem Start-Ziel-Sieg im Vorlauf direkt für das Finale qualifizieren. Im Finale konnte die Crew um Wiebke und Paula eine Silbermedaille einheimsen, die Mannschaft von Juliane fuhr zu Gold und

wurde erneut für die EUG nominiert. Mit Gold bei der DHM im Hinterkopf ging Juliane etwas später im Frauen-Vierer der DGM an den Start, hier reichte es für den zweiten Platz.

Am Samstagabend stiegen Kurby Dietrich und Paul Peter in den Wettkampf ein. Im Doppelzweier hatten 17(!) Boote gemeldet, sodass die Vorläufe am Samstag ausgefahren werden mussten. Die zwei meisterten diesen sehr souverän und konnten sich direkt für das Halbfinale qualifizieren.

Aus sportlicher Sicht knüpfte der Sonntag an den Samstag an. Für den leichten Vierer ohne Stm. fiel der angekündigte Vorlauf aus, was aus zweierlei Gründen fast schon euphorisch gefeiert wurde. Denn zum einen sparten sie sich so womöglich zwei Rennen und zum anderen waren sie schon verwogen und konnten nun ausgiebig frühstücken.

Der Frauen-Achter, zusammengesetzt aus den beiden Vierern mit Steuerfrau Johanna Vennemann, konnte überlegen sein Vorlauf gewinnen und - was später noch viel entscheidender wurde - ebenfalls die beste Zeit fahren. Der Doppelzweier mit Kurby und

/ 26 / Der Ruderer 2019





Paul konnte sich zwar nicht wie gewohnt direkt vom restlichen Feld absetzen, lag aber dennoch in Führung und sicherte sich mit der besten Zeit Platz eins im Halbfinale. Sonntagnachmittag sollte es dann zum Showdown kommen. Sechs Finals binnen kürzester Zeit standen an. Auf den DHM im Zweier ohne Stm. mit Juliane, im Zweier mit Stm. mit Kurby, im Vierer ohne Stm. mit Henrik und Konsti sowie im Achter mit Wiebke, Johanna und Juliane. Außerdem auf den DGM im Zweier mit Johanna und Gesa sowie im Vierer zwei Renngemeinschaften mit Wiebke sowie Johanna und Gesa. Den Anfang sollten Johanna und Gesa machen, die auf den fünften Platz ruderten.

Bei den leichten Männern war die

Vorfreude auf das Finale riesig, da im Vorfeld viele Trainingskilometer absolviert wurden und der erhoffte Schiebewind endlich da war. Im Startbereich angekommen, musste dann aber erstmal gewartet werden. Technische Probleme verzögerten den Start. Zeitgleich frischte der Wind deutlich auf und es bildeten sich Schaumkronen. Innerhalb kürzester Zeit verwandelte sich das glatte Wasser in einen fast unbefahrbaren Acker. Die Regattaleitung beriet sich und verlegte den Start nochmal nach hinten. Nach fast einer Stunde auf dem Wasser - die anderen Boote waren auch schon gen Start gefahren, konnte endlich gestartet werden und die Lotterie begann. Welche Crew trifft mehr Schläge, beim wem schwappen weniger Wellen ins Boot? Für das Hannoveraner Boot reichte es

für den vierten Platz, es hätte genauso gut der zweite oder sechste sein können. Nach diesem Rennen wurde die Regatta abgebrochen. Die beiden Renngemeinschafts-Doppelvierer mit Wiebke (Vorlaufsieg) sowie Johanna und Gesa (Vorlauf-Dritte) mussten auf ihr großes Finale verzichten.

Bei den DHM wurde der Frauen-Achter und der Männer-Doppelzweier aufgrund der erbrachten Vorleistungen vom ad Hfür die EUG nominiert. Im Rahmen der Norddeutschen Meisterschaften im September wurde außerdem der Frauen-Zweier ohne ausgefahren. Juliane und Johanna konnten sich in diesem Rennen durchsetzen, sodass die Zahl der EUG Nominierungen auf 25 anstieg.

**Juliane von Wrangel** 

# Medaillenregen in Jönköping

#### Europäische Hochschulmeisterschaften in Jönköping, Schweden

Reichlich mit Edelmetall behankehrten unsere studierenden Mitglieder den Europäischen von Hochschulmeisterschaften EUC im schwedischen Jönköping nach Hannover zurück. In allen vier Bootsklassen, in denen das hannoversche Uni-Team auf dem Vättern-See angetreten war, gab es Medaillen, darunter an sieben DRC-Sportlerinnen und Sportler, die sich in den Teams mit ins Zeug legten. Im Leichtgewichts-Vierer ruderten Konstantin Jaep, Jannis Bestmann (Rugm. Angaria), Henrik Neufeldt und Philipp Schiefer zu Bronze.

Silber-Gewinner im Doppelvierer wurden unsere Till Biermann, Paul Peter, Cornelius

"Kurby" Dietrich sowie Jannik Menke vom HRC. Zusätzlich gab es für "Kurby" Dietrich und Paul Peter noch Bronze im Doppelzweier. Eine weitere Silbermedaille gab es für Juliane von Wrangel im Vierer mit drei HRC-Ruderinnen. Christian "Otto" Held





Nach einer guten Wintervorbereitung ist unsere Saison am 11. Mai in Duisburg gestartet. Über den Winter hatte sich bei uns einiges verändert: Zum einen konnten wir unser Team verstärken und zum anderen konnten wir eine Bäckerei als Sponsor für uns gewinnen. Die Bäckerei Göing ist ein hannoversches Unternehmen, das uns über die Saison mit vielen Leckereien und anderem auf jedem Renntag unterstützt hat.

Erstmal zum Sportlichen: Sehr unerwartet wurden wir in Duisburg im Zeitfahren Zweiter und konnten uns über den Renntag einen großartigen dritten Platz ersprinten. Der Renntag war etwas sehr Besonderes, da niemand wusste, wo wir nach dem langen Winter in der Tabelle stehen würden. Die erste Bronzemedaille war für uns etwas ganz besonderes, woraus wir den ganzen Spirit für die 5-monatige Saison schöpfen konnten!

Nur vier Wochen später stand die nächste Regatta in Minden an. Mit sehr viel Vorfreude auf die schmalste Sprintstrecke auf dem Wasserstraßenkreuz ging es Anfang Juni los. Nach einem schönen Abend mit gemeinsamen Grillen sind wir in den Renntag gestartet. Das starke Zeitfahren war wieder ein guter Start in die Rennen. Nach einem Sieg im Viertelfinale mussten wir uns leider im Halbfinale geschlagen geben und konnten uns am Ende des Tages über eine goldene Ananas freuen. Auch der Firmencup war ein voller Erfolg. Mit erschöpften Beinen, auch durch das viele Treppen laufen, ging es glücklich zurück nach Hannover, um in der kleinen Sommerpause weiter zu trainieren.

3. Renntag war Heimrenntag!! Seit

Februar hat ein Teil des Teams gemeinsam mit dem Vorstand und HRC den Renntag auf dem Maschsee organisiert. Der erste Renntag seit fünf Jahren fand Anfang August auf dem Maschsee statt. Eingebunden in einige Vorbereitungen gab es ein leckeres Nudelessen mit Blick auf den Maschsee als Einstimmung. Leider mussten wir einige Niederlagen einstecken und sind auf dem 6. Platz gelandet. Den dritten Tabellenplatz konnten wir aber festhalten. Nach einem schnellen, gemeinsamen Aufräumen waren alle auf der Tanzfläche zu finden und wir hatten einen großartigen Abend.

Zwei Wochen später ging es für uns nach Leipzig. Unser Nachtlager konnten wir bei ARV Leipzig beziehen. Wir bedanken uns dafür ganz herzlich. Mit guter Musik bewaffnet haben wir den Renntag zu unserem Party-Renntag gemacht. Eine kleine Runde Eintanzen zur Musik ging es vor jedem Rennen ins Boot. Mit einem gewon-

nenen Viertelfinale konnten wir uns wieder in die obere Tabellenhälfte des Renntages schieben und einen Platz in den späteren Flutlichtfinals sichern. Da in Leipzig die Finals der Frauen nach den Rennen der Männer ausgefahren werden, war die Stimmung bei dem Rennen nochmal beeindruckender als bei dem Renntag im letzten Jahr. Im kleinen Finale haben wir uns den dritten Platz gesichert und konnten somit auch unseren Platz in der Gesamttabelle festigen. Nach vollen Jubeleinsatz von Carl landete dieser leider im nächsten Krankenhaus und durfte noch in selber Nacht mit Accessoire am Fuß unserer gemütlichen Runde am Bootshaus Gesellschaft leisten. Am nächsten Morgen kehrten wir von diesem ereignisreichen und stimmungsgeladenen Renntag ohne weitere Verluste zurück

Schlag auf Schlag ging es zum Abschluss nach Münster. Das Ziel war es, den dritten Tabellenplatz in der Gesamttabelle zu





verteidigen. Mit einer kleinen personellen Umbesetzung hieß es nun erstmal zusammenfinden und Vollgas Richtung Ziellinie. Sehr gelungen ging es nach einem starken Zeitfahren und Viertelfinale gegen Kettwig ganz knapp als Zweite über die Ziellinie. Damit konnten wir am letzten Renntag noch mal unter Beweis stellen, wie nah wir über die Winterpause und Saison an die Tabellenspitze

herangerückt sind. Am Ende konnten wir uns den dritten Tages- und Tabellenplatz sichern und so eine wunderbare Saison feiern.

Neben den fünf Renntagen der Ruderbundesliga sind wir in unterschiedlichen, kleineren Teambesetzungen bei anderen sportlichen Wettkämpfen angetreten. Eine großartige Saison mit vielen Trainingskilometern und sportlichen Herausforderungen ist nun vorbei.

Unser großer Dank geht an unseren Sponsor Göing, an die Vereine, unseren Trainer Carl, alle Mitglieder, Freunde, Fans (Marvin ) und Unterstützer. Wir sehen uns sicherlich an einem der Bootshäuser und freuen uns auf eine aufregende Saison 2020!

Jule Lichtenberg



### Starke Frauen und schnelle Rennen

#### Saison der Frauen 2. WKE

Nach einigen ruhigeren Jahren in der zweiten Wettkampfebene der Frauen am DRC können wir für das vergangene Jahr wieder einige schöne Ruder-Erlebnisse und tolle Erfolge verzeichnen. Nachdem sich im vergangenen Jahr bereits ein neuer Ruderbundesliga-Achter formierte, fanden sich in diesem Jahr auch noch weitere motivierte DRC-Sportlerinnen, die sich mit Ruderinnen der anderen hannoverschen

Sportgruppen unter die Top 10 rudern! Wir freuen uns auf viele gemeinsame Kilometer auf dem Ergo im Januar!

#### Brugge Boat Race

Ende Februar war die Regatta in Brügge unser erstes Rennen auf dem Wasser. Am Samstag konnte der Achter mit Juliane und Paula, gesteuert von

Manja konnte das Rennen über die 3.600 Meter gewinnen, der reine DRC-Doppelverer mit Freia, Gesa, Johanna und Wiebke ruderte auf den Silberrang. Sophie F. erreichte im Doppelvierer mit ihrer hannoverschen Kombination Rang drei. Der Masters-Frauenachter mit Susi und Suse holte sich mit Moni, Sabine, Lucia sowie Steuerfrau Johanna Verstärkung aus unserer Gruppe und tat es dem Frauenachter der offenen Klasse gleich. Der Masters-Frauenachter gewann ebenfalls. Da 3.600 Meter im Ruderboot noch nicht genug Sport für ein Wochenende sind, beschlossen wir unseren Ausflug nach Budapest wieder mit einem schon fast traditionellen gemeinsamen Spaziergang zum Sonnenuntergang auf den Gellértberg auf der Buda-Seite der Donau.



Vereinen zusammentaten um gemeinsam zu trainieren, Regatten zu besuchen und Erfolge zu feiern.

Wir haben uns gemeinsam zusammengesetzt um euch von unserem Ruderjahr 2019 zu berichten.

#### Women's Rowing Challenge

Mit besten Vorsätzen für das neue Jahr ging es direkt im Januar für uns gemeinsam mit insgesamt 46 Ruderinnen aus allen DRC-Sporgruppen aufs Ergo. Zum zweiten Mal in Folge hatte der DRV die Women's Rowing Challenge ausgeschrieben, bei der die Frauen des DRC an vier Tagen im Januar insgesamt 549.815 Meter erruderten und sich Platz elf in der Gesamtwertung sicherten. In der U30-Klasse schnappte sich Juliane, wie auch 2018 schon, die Silbermedaille, Paula konnte Bronze gewinnen. Unser Ziel für den kommenden Januar ist klar: gemeinsam mit noch mehr Frauen aus unseren DRC-

Sabine, in Renngemeinschaft mit anderen Hannoveranerinnen den 3. Platz belegen. Einen Tag später ging es dann in kleineren Booten über die 5km-Strecke: Juliane im 4-, Paula und Sabine in unterschiedlichen Doppelzweiern. In den Rennen konnten ebenfalls (auch dank Manjas lautstarker Unterstützung vom Fahrrad aus) vordere Platzierungen erreicht werden. Der Saisonstart war also geglückt!

#### **Budapest Cup**

Die hannoversche Reisegruppe nach Budapest wächst und wächst mit jedem Jahr, vermutlich auch, weil wir in unseren Reihen so viele motivierte Sportlerinnen haben. In diesem Jahr ruderten wir mit Unterstützung der anderen hannoverschen Vereine in der offenen Frauenklasse im Achter und in Doppelvierern. Im hannoverschen Masters-Frauenachter waren wir ebenfalls stark vertreten. Der Frauenachter mit Jana, Sophie F., Wiebke, Rosa, Gesa und

#### Regatta Otterndorf

Von seiner sonnigen Seite zeigte sich auch in diesem Jahr wieder die Regatta in Otterndorf, die wir mit einer großen DRC-Gruppe besuchten. Fast in jedem Senioren-Rennen war mindestens ein hannoversches Boot vertreten, sodass wir gut und gerne auch die hannoverschen Stadtmeisterschaften in Otterndorf hätten austragen können. Von den insgesamt 28 Siegen mit DRC-Beteiligung und zahlreichen zweiten Plätzen gingen einige auf unser Konto. Verstärkt wurden wir dabei sowohl von unseren DRC-Männern, als auch wieder erfolgreich von den Angarinnen und SportlerInnen anderer Vereine.

#### Elfsteden Roeimarathon Leeuwarden

Auch in diesem Jahr haben sich wieder ein paar von uns nach Leeuwarden begeben, um 214km im Gig-Doppelzweier zu rudern. Die Besonderheit dieses Mal: wir waren nicht in einem Mixed-Team unterwegs, sondern in reinen Frauenteams. Das 12er-Team wurde 2. in der Frauenwertung und konnte mit dem 22. Platz im Gesamtranking einige Männer hinter sich lassen! Paula und Juliane waren noch verrückter und gingen im 3er-Team an den Start. Leider mussten sie kurz vor Schluss sonnenstichig und erschöpft aufgeben.

#### Deutsche Meisterschaft

Parallel zur Deutschen Hochschulmeisterschaft, der Deutschen Meisterschaft im Pararudern und den Offenen Deutschen Masters Meisterschaften fanden in Hamburg auch die Deutschen Meisterschaften statt. An den Start über die 1.000-Meter-Distanz gingen auch vier Frauen aus unserer Gruppe. Johanna und Gesa (noch in den Farben der RG Hansa Hamburg) starteten im Doppelzweier und Doppelvierer mit Hamburg/Krefeld, Gesa noch einmal in einem Hamburger/ Frankfurter Mixed-Doppelvierer, Juliane (aktuell in Angaria-Farben) mit ihrer hannoverschen Hochschulmannschaft im Vierer-ohne und Wiebke im Doppelvierer in einer Renngemeinschaft mit Schleswig-Holsteiner-Ruderinnen. Johanna und Gesa konnten ihren Doppelzweier im Vorlauf für das A-Finale qualifizieren, wo sie dann einen fünften Platz erreichten. Im Mixed-Doppelvierer blieb Gesa der Vorlauf erspart, im direkt ausgefahrenen A-Finale konnte ihre Mannschaft zwei Boote hinter sich lassen und schaffte es auf Platz vier. Juliane konnte mit ihrem Vierer-ohne im fünf-Boote-Feld im direkten A-Finale die Silber-Medaille gewinnen! Im Frauen-Doppelvierer gewann Wiebke ihren Vorlauf, im zweiten Vorlauf qualifizierten sich auch Gesa und Johanna für das A-Finale. Das A-Finale des Frauen-Doppelvierers konnte jedoch leider nicht mehr ausgefahren werden, weil die Regatta wegen eines aufziehenden Sturms am Sonntagnachmittag abgebrochen wurde.

#### Head of the River Leine

Im Frauenachter gingen wir, Freia, Jule, Anni B., Wiebke und Manja als Steuerfrau, dieses Jahr in einer Renngemeinschaft mit dem HRC und dem WSV Rinteln an den Start. Als bunt zusammengewürfelter Achter wollten wir vor allem: ein gutes Rennen fahren und Spaß haben! Unserem Vorsatz konnten wir gerecht werden und zusätzlich sogar noch den Sieg in der Frauenwertung einfahren!

Einmal ist nicht genug! Deshalb starteten Freia und Wiebke, auf Bitte der DRC-Masters-Männer ihren Achter schnell zu machen, gemeinsam mit Sabine (bereits ein Rennen für Angaria in den Beinen) und Moni zusätzlich noch im Masters-Mixed-Achter. Müden Beinen zum Trotz und dank den Anfeuerungen unserer Steuerfrau Maike konnten wir auch hier ein tolles Rennen fahren und einen weiteren Sieg einfahren! Ebenfalls in einem Mixed-Boot begaben sich Paula und Gesa, gesteuert von Sophie F., auf die Haus-Strecke am DRC vorbei. Gemeinsam mit vier Ruderern unserer DRC-Männergruppe und unseren internationalen Starterinnen Frauke und Lena konnten sie sich sowohl den Sieg in der offenen Mixed-Klasse als auch den Gesamtsieg erkämpfen!

#### 70. "Grüner Moselpokal"

Im September jagte ein Regatta-Highlight das nächste: Am Wochenende nach dem Leinehead fand der Moselpokal statt. Hier wurde "nur" 4km gerudert, mit Wende bei Streckenhälfte. Das Rennen lief hervorragend, bei der Wende hatten wir auf einen unserer vier Gegner schon ordentlich Boden gut gemacht. Trotzdem hatte keiner erwartet, was uns abends bei der Siegerehrung verkündet wurde: Sieg mit 20sec Vorsprung! Darauf wurde natürlich mit viel leckerem Moselwein angestoßen. Neben der Freude über den Sieg haben wir uns auch sehr darüber gefreut mal wieder mit ein paar altbekannten Ruderfreundinnen ins Boot zu steigen! Mit dabei waren (von Bug nach Heck) Ann-Chris, Berit, Leona, Maike, Inken,

Wiebke Moni, Freia und Steuerfrau Rike.

#### Kettwiger Herbst-Cup

"Indian Summer" in Kettwig – der Herbst-Cup als Highlight des Ruder-Herbstes! Ein erfreuliches weiteres Mal gingen wir in diesem Jahr auf einer Regatta mit einem Achter an den Start. Während die hannoversche RBL-Mannnschaft nach Saisonabschluss verdient die Beine hoch legte, fanden sich Freia, Sabine, Gesa, Johanna, Sophie d.B., Wiebke sowie Linda, Maike (beide Angaria) und Ronja (HRC) zusammen um gemeinsam auf den vier verschieden langen Strecken, über die über das Wochenende ein Gesamtsieger ermittelt wurde, zu starten. Nach Platz zwei auf den ersten drei Strecken (2.500 m, 750 m, 4.000 m) hinter einer Renngemeinschaft mit ehemaligen und aktuellen Mitgliedern der Nationalmannschaft, mussten wir uns auf den 250 Metern leider mit sechs Zehnteln dem in den vorherigen Rennen drittplatzierten Boot aus Potsdam und Berlin, dem diesjährigen Liga-Champion der RBL, geschlagen geben. Dennoch erreichten wir in der Gesamtwertung Platz zwei und sind stolz auf uns, dass wir den RBL-Liga-Champion in drei von vier Rennen besiegen konnten!

Ebenfalls am Start waren Caro M. und Sophie F., die mit männlicher DRC-Verstärkung im Mixed-Doppelvierer auf die vier Strecken gingen. Nach zwei zweiten Plätzen am Samstag (2.500 m und 750 m) konnte das Vierer-Gespann am Sonntagmorgen auf den 4.000 Metern alle Gegner hinter sich lassen. Auf der letzten Strecke, den 250 Metern, gab die Mannschaft noch einmal alles, aber verpasste den Gesamtsieg denkbar knapp mit sechs Zehntel-Sekunden!

Sabine Jäger, Monika Quentin, Johanna Vennemann, Wiebke Schütt

#### 1) und 2) In der Saison dabei: Ann-Chris, Leona, Inken, Wiebke, Moni, Freia, Rike, Johanna, Jana, Sophie F., Sabine, Gesa, Manja





Los ging es mit der Saison beim Brügge Boat Race in Belgien. Auf dieser international gut besetzten 5000m Regatta werden alle Masters-Ruderer unabhängig von Bootsklasse, Alter und Geschlecht zusammen gewertet. Ermöglicht wird dies durch eine nicht ganz durchsichtige Zeitkorrekturformel. Am ersten Regattatag ruderten Sebastian Dikty, Anton Voronchuk, Steffen Meyer, Andreas Jungk, Philipp Thom, Philipp Höfer, Schlagmann Tobias Cantz und Steuerfrau Sabine Jäger gemeinsam im Achter auf Platz 20 von 45. Am Sonntag wurden die beiden Philipps und Tobias in Renngemeinschaft mit Herwig Rott vom HRC im Doppelvierer rudernd 25. von insgesamt 68 Booten.

Mit dem Ziel, weiter nach vorne zu fahren, reiste im April eine in allen Belangen starke Masterstruppe zur Budapest

Achter Cup Regatta - eine mittlerweile feste Größe DRC-Regattakalender. Jeweils in Renngemeinschaft mit dem HRC waren die DRC-Farben auf der 3600m Strecke auf der Donau in zwei Achtern vertreten. Der Masters-B-Achter mit den DRC-Ruderern Patrick Doering, Felix Werner, Philipp T und Steuerfrau Monika Jäger fuhr ein super Rennen und siegte souverän in seinem Starterfeld. Die ältere Master-C-Truppe mit Tobias,

Rainer Egler, Bernd Dralle, Fabian Breest, Philipp H, Klaus Henkelmann, Andreas und Steuerfrau Sabine ruderte bei sehr starker Konkurrenz auf den fünften Platz, blieb damit aber dennoch hinter den eigenen Erwartungen zurück. Der Stimmung tat das jedoch keinen Abbruch, denn anschließend wurde gemeinsam der runde Geburtstag von Andreas auf der Donau gefeiert. Nicht zuletzt dadurch wurde die gesamte Regatta zu einem besonderen Erlebnis, von dem man noch lange schwärmen wird. Auch sonst unternahmen die Hannoveraner Ruderer viel zusammen – unterstützt von viel Sonne, Lebensfreude und Gemeinschaftsgefühl.

Im Mai stand anschließend die erste Kurzstreckenregatta auf dem Programm. Für die Regatta Heidelberg, die für Masters-Ruderer aus Süddeutschland eine

Standortbestimmung ist und auch von Ruderern aus Frankreich besucht wird, hatten sich Tobias, Patrick und Philipp H zusammengefunden. Viele gemeinsame Kilometer mit unterschiedlichen Trainingspartnern führte zu der Erwartungshaltung, in dem zu erwartenden starken Meldefeld ins vordere Mittelfeld zu fahren. Die durch das erhöhte Trainingspensum gewonnene Fitness ließ vier Starts auf der 1000m Strecke auf dem Neckar zu. In beiden Doppelvierer-Rennen vervollständigte ex-DRC'ler Christian Michel (RG Heidelberg) das Boot, der mit seiner großen Gastfreundschaft auch das Quartier stellte. Jeweils starke Gegner verhinderten, dass Tobias, Patrick, Philipp H und Christian um den Sieg mitrudern konnten. Auch waren sich die vier Ruderer einig, dass sie leider nicht das gesamte Potenzial abgerufen hatten. In Relation zu den anderen Abteilungen landete das Team alterskorrigiert bei 11 bzw. 6 Booten dennoch im vorderen Mittelfeld. Besser lief es im Vierer ohne Steuermann. Am Sonntag platzte der Knoten. Nach einem harten Board-an-Board-Kampf und angefeuert durch Tobis Familie ruderten er, Patrick und Philipp H in Renngemeinschaft mit Kai Hagenbucher von der RG Heidelberg mit gezielt gesetzten Zwischenspurts (B...) und einem langen Endspurt als Erstes ins Ziel. Das Ergebnis war insofern überraschend, als dass diese Mannschaft so zum ersten Mal gemeinsam im Boot gesessen und der Trainingsfokus zuvor ganz klar auf dem Doppelvierer gelegen hatte. Am Ende stand die Frage: Warum skullen, wenn man doch rudern kann?!!?

Durch den Ausfall der Regatta in Leer wurde die Sommerpause durch den Leine-Head beendet. Patrick hatte am Vorabend zu seinem Geburtstag im DRC-Bootshaus eingeladen, so dass die Stimmung bereits am Freitagabend auf Hochtouren war. Mit großer Vorfreude gingen die DRC-Masters-Ruderer in unterschiedlichen Achtern auf die Strecke. Bei sommerlichen Temperaturen ruderte Patrick in der offenen Männerklasse bei sieben Booten auf einen starken zweiten Platz hinter dem TÜV NORD-Maschsee-Achter vom HRC. Siegreich hingegen war er zusammen mit Philipp T, Felix, Fabian, Sabine, Freia Kentschke, Maike Meyer, Wiebke Schütt und Steuerfrau Monika im Mixed-Mastersachter der Altersklasse A/B. Im Gesamtergebnis der Handicap-Wertung reichte es damit zum sechsten Platz von 46 Booten. Der Mastersachter der Altersklasse C/D konnte seinen Erfolg vom Vorjahr leider nicht wiederholen. Sabine trieb und steuerte ihre Mannschaft mit Sebastian, Bernd, Rainer, Andreas, Anton, Steffen, Klaus und Philipp H auf den vierten Platz. Die anschließende Feier beim Ausrichter RV Linden war wie zu erwarten feucht und fröhlich, und alle Teams waren in guter Stimmung vereint.

Ein herbstliches Highlight ist der Grüne Moselpokal in Bernkastel – so auch in diesem Jahr. Die 4000m Strecke auf der Mosel wird mit Wende gerudert, die in engen Rennen über Sieg und Niederlage entscheiden kann. Im Masters-Doppelvierer der Altersklassen A/B lieferten Tobias und Philipp H zusammen mit Jens Gnädig und Altmeister Milan Dzambasevic auf Schlag ein technisch sauberes Rennen ab und verwiesen die Renngemeinschaft DRC/HRC/ Angaria mit Fabian an Board auf den zweiten Platz. Der verdient gewonnene Regattawein kam umgehend als Belohnung zum Einsatz. Dementsprechend hochmotiviert ließen sich die fünf vervollständigt durch Andreas, Klaus und Philipp T von Monika im altersoffenen Vereinsachter-Rennen über die Mosel steuern. Die Boote kamen im Rennen ihres Durchschnittsalters entsprechend ins Ziel. Der DRC wurde dabei Dritter. Anschließend durfte Philipp H sein erstes Rennen steuern und schrie nach Kräften, um sein Team um Philipp T in Renngemeinschaft mit dem HRC und Angaria nach vorne zu treiben. Ein nicht optimal eingestelltes Boot und eine etwas verkorkste Wende führten leider dazu, dass sich der Gig-Doppelvierer der Alsterklasse A nicht gegen die starken Gegner von der Bonner RG durchsetzen konnten.

Der Saisonabschluss wurde Mitte Oktober auf dem alljährlichen Kettwiger Herbst-Cup gefeiert, die in diesem Jahr zusammen mit den Deutschen Sprintmeisterschaften ausgetragen wurden. Philipp H und Patrick hatten sich mit Carl Reinke und Fabian Wolff für den Start im Senior Männer-Doppelvierer zusammengetan. Die Erwartungen waren nicht besonders hoch, da die Mannschaft krankheits- und abwesenheitsbedingt einen hohen Trainingsrückstand zu verzeichnen hatte. Der Fokus sollte dementsprechend

auf dem Genuss der Rennen und der erlebnisreichen Regatta sein. Insgesamt gingen acht Boote an den Start der vier Rennen, die über das Wochenende verteilt gegeneinander gefahren wurden (4000m, 2500m, 750m und 350m). In zwei der gegnerischen Boote gab es nicht wenige Deutschlandblätter, was die Qualität und Leistungsklasse der Ruderer in diesem Rennen unterstrich. Patrick, Philipp H, Fabian und Carl waren besonders mit dem 350m Sprint zufrieden, in dem sie in diesem starken Feld unerwartet vierter von acht wurden. Mit Ausnahme der ersten beiden Plätze war die Reihenfolge, in der die übrigen Boote ins Ziel kamen, in jedem Rennen anders, so dass die DRC-Crew trotz siebter Plätze in den 2500m und 750m durch ein gutes 4000m Rennen in der Gesamtwertung dem 350m Rennen entsprechend noch ins Mittelfeld hätte rudern können. Die 4000m liefen insgesamt gut, aber leider gab es offenbar Schwierigkeiten bei der Zeitnahme, so dass kein Ergebnis ausgewiesen wurde und das Gesamtergebnis unvollständig blieb. Unabhängig davon waren Patrick, Philipp H, Fabian und Carl insgesamt mit den Rennverläufen zufrieden.

Abseits der Regatten starteten Tobias, Philipp H und Philipp T gemeinsam mit Fabian Demuth vom HRC beim Radrennen der Ruderer, das jedes Jahr von der RG Angaria Hannover ausgerichtet wird. Das Team nannte sich aufgrund des fortgeschrittenen Alters Rheuma-Express und wurde bei den Ruderern vierter von sechs Mannschaften. Nennenswert: Der prominenteste Teilnehmer war der mehrmalige Einer-Meister und Olympiazweite Peter-Michael Kolbe, der als einer der wenigen Ruderer in die Hall of Fame des deutschen Sports aufgenommen wurde. Er fuhr sein Rennen mit einem Rennrad aus

dem Jahr 1974 (!). Darüber hinaus gab es viele Veranstaltungen, denen die bei Masterstruppe im Jahr 2019 gemeinsam und fröhlich mit vielen anderen Ruderern mitgewirkt und gefeiert hat. Wir freuen uns über den Zusammenhalt und blicken voller Vorfreude auf das Jahr 2020. Philipp Höfer

- 1) Patrick Doering, Philipp Höfer, Fabian Wolff, Carl Reinke im Doppelvierer
- 2) Sieg in Brügge: Paul Peter, Cornelius Dietrich, Manja Radke, Hendrik Hellhammer und Phlipp Schiefer
- 3) Die gsamte Truppe same weiblicher Begleitung





Ende September ging es los zur vermutlich letzten großen Breistensport-Wanderfahrt des Jahres. Zunächst ging es mit dem DRC-Bulli nach Tangermünde an der Elbe. Dort angekommen werden im erfrischenden Nieselregen die drei Boote abgeladen und aufgeriggert. Als es aufklart machen wir uns zunächst auf den Weg zur Stadtbesichtigung mit "Stadtführer Archie". Von der historischen Hanse- und Kaiserstadt sind große Teile der historischen Stadtmauer erhalten und auch an den teilweise sanierten Fachwerkhäusern können wir uns kaum sattsehen. Nicht umsonst spricht hier so mancher Besucher von Deutschlands schönster Kleinstadt.

Nach einem kräftigen Kaffee aus der örtlichen Rösterei und der Beschaffung noch fehlender Marschverpflegung waren wir zu allen Schandtaten bereit. Der extrem niedrige Wasserstand hätte uns wohl einige Mühe beim Einsetzen der Boote gemacht, doch im Tangermünder Ruderclub hat man sich in diesem Jahr mit der Situation arrangiert und steht mit Rat und Tat zur Seite. Trotzdem: Die Schleusen bleiben außer Betrieb, so dass die Organisatoren Gerdchen und Bernd auch in den folgenden Tagen mit erheblichem Improvisationstalent aufwarten mussten, was die Streckenplanung betrifft. Am ersten Tag wurde also elbabwärts gerudert. Das Quartier für die nächsten beiden Tage lag in Havelberg und so fuhr Archie dankenswerter Weise Bus, Gepäck und Trailer neben den Ruderbooten her nach Sandau. Da der Verbindungskanal zur Havel wegen Niedrigwassers für uns nicht passierbar ist, wurden die Boote in der Nähe einer für die Gegend typischen Gierseilfähre aus dem Wasser gezogen, noch einmal abgeriggert und nach Havelberg gefahren. Dort ließen wir es uns nach Bezug der von der "Ruderriege Havelberg" zur Verfügung gestellten Bungalows abends bei Bier und Grillgut gut gehen.

Das ausgiebige Frühstück am nächsten Tag wurde gegen einen fast vernachlässigbaren Obulus in ehrenamtlicher Arbeit von Mitgliedern der Ruderriege Havelberg bereitet und das reichhaltige Buffet sollte auch für die Tagesverpflegung ausreichen. "Nur 14 Kilometer bis Strodehne? Ist ja lächerlich!" tönte da noch der eine oder andere DRC-ler, bis er auf der malerischen Havel gegen Wind und Wellen ankämpfen musste. Trotzdem: Der ausgiebige Regen-Sturm-Mix tobte erst, als wir die schützende Kneipe vor Ort bereits erreicht hatten und endete nach Einnahme der kühlen Erfrischung und Brotzeit. Dann ging es wieder zurück durch die weiten Havelniederungen mit ihren leuchtenden Ufern, vorbei an lärmenden Gänsen, Adlern, Störchen, Reihern, Kranichen und Hausbooten.

Das Abendessen wurde im "La Dolce

Vita" direkt gegenüber vom Dom eingenommen. Zurück am Quartier wurden wir wegen der dort stattfindenen Geburtstags- und Hochzeitsfeierlichkeiten um Zurückhaltung gebeten, von einem gemütlichen Kaltgetränk im Garten konnte uns das allerdings nicht abhalten und von der herüberschallende wummernde Musik der Hochzeitsgesellschaft haben wir somit auch noch etwas gehabt.

Am letzten Tag des Elbe-Havel Wochenendes sollte es noch einmal Havelabwärts gehen - bis zur Baustelle beim Neuwerbener Einlasswehr bei Quitzöbel, wo die Havel auf die Elbe trifft. Heute hatte es der Wettergott allerdings wahrlich nicht gut gemeint und so versammeln sich die 14 RudererInnen in triefendem Ölzeug auf einer Sandbank vor dem Wehr. Nach erfolgreich absolviertem Fototermin ging es schließlich "bei Wetter" die 11 Kilometer zurück nach Havelberg, wo zwischen dem Verladen der Boote und Abfahrt gen Hannover noch etwas Zeit für eine warme Dusche bei den gastfreundlichen Haverbergern blieb.

Oliver Puncken



# Ein Team, ein Boot und sowieso

#### Saison der Masters-Ruderinnen

Allesbegannbeider World Masters Regatta 2016 in Kopenhagen, auf der unsere Masters-Ruderinnen Susanne Diener, Susanne DeVries und Sabine Siegmund vom DRC andere Hannoveraner Masters-Ruderinnen verschiedener Clubs persönlich kennenlernten.

Sie feststellten fest, dass sie alle das gleiche Ziel verfolgten, nämlich: Sportlich erfolgreich rudern, Spaß haben und die Gemeinschaft mögen.

Der Erstkontakt zwischen DRC und Angaria sollte nicht der letzte gewesen sein. Rasch erweiterte sich die Trainingsgruppe um Ruderfrauen vom HRC und vom RV Weser Hameln. Und so wird seit nunmehr drei Jahren regelmäßig und intensiv bei den verschiedenen Clubs trainiert.

"Wir haben in den letzten Jahren so viele Hannoveraner Ruderinnen und Ruderer in den anderen Vereinen kennengelernt. Das finden wir richtig super und macht Spaß", sagen die drei gutgelaunten DRC Sportlerinnen übereinstimmend. Seit Katrin Licker nicht mehr im Vorstand des DRCs ist, hat sie ihren Focus wieder auf das erfolgreiche Rudern gelegt und unterstützt die Gemeinschaft der Masters-Damen.

Das gemeinsame Ziel aller Ruderinnen aus dem Kreis ist es, erfolgreich auf nationalen und internationalen Masters-Regatten zu starten. Daneben ist allen Beteiligten die Gemeinschaft und der starke Zusammenhalt sowie der Spaß an der Sache sehr wichtig. So haben sich in den letzten Jahren wahre Freundschaften entwickelt und auch ein starker privater Zusammenhalt mit vielen gemeinsamen Aktionen außer-

halb des Ruderbootes findet statt.

Das erste sportliche Highlight für die Masters-Ruderinnen war die Teilnahme an der World Masters Regatta 2017 auf dem slowenischen Bleder See. Dort gewann der Frauenachter mit deutlichem Vorsprung auf Anhieb Gold. Dieser Erfolg hat das Team noch stärker zusammengeschweißt und dazu motiviert, den eingeschlagenen Weg weiterzugehen. Das Training wurde daraufhin intensiviert und seitens des DRCs durch den Trainer Can Sönmez unterstützt.

Auch in 2018 wurden mehrere nationale und internationale Regatten erfolgreich besucht - wie zum Beispiel die Euro Masters Regatta in München.

In diesem Jahr begann die Regattasaison des Masterinnen-Teams mit der Teilnahme am Masters Championat in Werder.

Wie immer war die Konkurrenz dort sehr groß und der Damenachter konnte an beiden Wettkampftagenindievorderen Rängefahren.

Parallel zu den offiziellen Masters Regatten starten einzelne Ruderinnen der Gruppe auch auf weiteren Regatten in gemischten Mannschaften. So hat sich über die Zeit ebenfalls eine Renngemeinschaft mit Masters Männern vom RV Linden gebildet. Unter dem Pseudonym "Dornröschen und die Prinzen" startete der Mixed-Achter zum Beispielerfolgreich auf der Regatta in Brügge (Belgien), auf der World Masters Regatta in der Nähe von Budapest und gewann auch beim traditionellen Leine-Head ihr Rennen.

Für den Frauenachter war der Saisonhöhepunkt 2019 die inoffizielle Weltmeisterschaft in den fortgeschrittenen Erfahrungsstufen, die World Masters Regatta in Ungarn auf dem Lake Velence in der Nähe von Budapest.

Leider erkrankte die motivierende Steuerfrau vom RV Weser Hameln kurzfristig. Somit war der Start des C-Achters etwas von Stress überschattet, da es notwendig wurde, für das erste Rennen des Tages Ersatz zu organisieren. In einem voll besetzten Acht-Boote-Feld konnte die Mannschaft ihre Leistung nicht voll abrufen und landete am Ende auf dem vierten Platz. Das Ergebnis war für die erfolgsverwöhnten Sportlerinnen nicht zufriedenstellend und so lag die Hoffnung auf dem D-Achter am Folgetag.

Gesteuert von der Angarin Meike Meyer und unterstützt durch die frühere HRC-lerin Helga Kalk-Federer (heute Osnabrücker RV) verlief dieses Rennen vom Start weg deutlich besser. Das Team konnte auf einen tollen zweiten Platz rudern, nur geschlagen von einem weiteren internationalen Team. Am Abend feierten die Damen sehr ausgelassen ihren Vizeweltmeistertitel.;)

Am letzten Wettkampftag erreichte dann abschließend der Mixed-Achter mit den Herren vom RV Linden noch einen fünften Platz. Parallel zu den Rennen stand aber auch Kultur und Vergnügen bei dieser 5-tägigen Reise für alle Beteiligten auf dem Programm. Auch hier hat sich deutlich gezeigt, dass die Mannschaft nicht nur im Boot als Team agiert, sondern auch außerhalb mitviel Spaß und Freude die gemeinsame Zeit verlebte.

Sabine Siegmund



# Clubveranstaltungen 2019

**ErgoCup im Januar** 







**Ball des Sports im Februar** 



Anrudern im April











Der Ruderer 2019

### 135. Clubgeburtstag im September







Siegerehrung im Oktober









# Kaperfahrt



Eine Woche bevor die Rennruder/innen des DRC mit ihrem ersten "Auswärtsspiel" in die Saison starten, sammelte eine Breitensport-Crew bei der Teufelsmoor-Rallye am 28. April bereits erste Trophäen ein. Oliver Puncken hatte zu der "Kaperfahrt ins Teufelsmoor" aufgerufen, fünf DRC-Piratinnen und -Piraten nahmen die gut 30 Kilometer lange Strecke auf der gestauten Hamme zwischen den Schleusen Ritterhude und Teufelsmoor unter den Kiel. Als Spaßverderber hatte sich feiner Landregen in die Veranstaltung gedrängt, aber mittags kapitulierte der ungebetene Gast. Die zweite Halbzeit ließ nichts zu wünschen übrig: Mittagspicknick in der Sonne, trockene Klamotten nach dem Verladen, der gemütliche Teil am Bootshaus des RV Osterholz-Scharmbeck und last but not least erfolgreiches Kapern: Als Beute brachte das Piraten-Quintett

10/13er-Riggerschlüssel, Schnapsgläschen und Nano-Wasserwaagen zurück mit nach Hannover – und jeweils einen ansehnlichen Sockelbetrag an Wanderruderkilometern für das DRV-Fahrtenabzeichen.

**Anne Schneller** 

### In Gedenken an...

#### Rüdiger Klamp, verstorben am 08. Dezember 2018

Kurz nach Redaktionsschluss unserer letzten Clubzeitungs-Ausgabe erreichte uns die Nachricht, dass unser langjähriges Mitglied Rüdiger Klamp am 8. Dezember 2018 verstorben ist. Rüdiger Klamp hielt unserem DRC mehr als 52 Jahre lang die Treue. Seine Ruderkarriere begann er 1955 beim RTHC Bayer Leverkusen, wechselte dann Anfamg der 1960er Jahre zum Architekturstudium

nach Hannover und ruderte in einer sehr erfolgreichen Trainingsgruppe unter anderem mit unseren Mitgliedern Karsten Beck, Udo Burmeister, "Ekke" Heidorn und Heinz Mußmann. Im Jahr 1966 gewann Rüdiger Klamp den Deutschen Meistertitel im Vierer mit Steuermann vor heimischer Kulisse auf dem Maschsee gemeinsam mit Udo Burmeister und Heinz Mußmann in Renngemeinschaft mit Sportlern der Rugm. Angaria. Rüdiger Klamp setzte seine berufliche Karriere als Architekt später in Hamburg fort, besuchte seinen DRC hin und wieder bei Festen und Feiern. Der DRC wird Rüdiger Klamp ein ehrendes Andenken bewahren.

**Christian Held** 

#### Helmut Heske, verstorben am 13. Juni 2019



Wir sind sehr traurig: Unser ältestes DRC-Mitglied ist verstorben. Mehr als 56 Jahre war Helmut Heske Mitglied unseres Deutschen Ruder-Clubs, nun ist er nach einem langen und erfüllten Leben im Alter von 101 Jahren in Hannover für immer von uns gegangen. In großer Dankbarkeit verabschieden wir uns von einem treuen DRC-Ruderer, der, noch während der Erste Weltkrieg tobte, im Jahr 1918 in Hannover geboren wurde. Als "Späteinsteiger" trat Helmut Heske im Jahr 1963 in den DRC ein, war breitensportlich aktiv und engagierte sich viele Jahre

"hinter den Kulissen" auch für die Finanzen und das Abrechnungswesen. Aus Anlass seines 100. Geburtstags wurde das Foto von Helmut Heske geschossen, als eine DRC-Crew um unseren Förderkreis-Vorsitzenden Heinz Mussmann ihm in seinem Senioren-Wohnstift einen Besuch abstattete.

Wir werden unserem langjährigen Ruderkameraden Helmut Heske ein ehrendes Andenken bewahren.

**Der Vorstand** 

Der Ruderer 2019

## **Hochzeiten & Kinder**



















- 1) Jakob Iwan Voronchuk geboren am 25. Dezember 2018, Sohn von Annika und Anton
- 2) Bosse Budde geboren am 09. Februar 2019 (Sohn von Nils Budde und Katja Schindler) zusammen mit Mathilda Geli, geboren am 09. Dezember 2018 (Tochter von Leonie Matulski)
- 3) Hochzeit von Lena Bachus und Tobias v. Randow am 12. Januar 2019. Im Frühjahr kam dann noch das Töchterchen zur Welt.
- 4) Ben Gaidzik hat im Mai 2019 seine Franziska geheiratet.
- 5) Monika Jaeger heiratete Lorenz Quentin (HRC) am 29. Juni 2019
- 6) Kelvin Chin und Paul Gleitsmann gaben sich am 24. Juli 2019 in Hannover das Jawort
- 7) Alexander Egler heiratete am 03. August 2019 seine Lisa kirchlich
- 8) Geburt von Hanno am 04. August 2019, Sohn von Birthe Ellinghusen
- 9) Jonathan ist am 07. August 2019 geboren, Sohn unseres Finanzvorstands Daniel Schmidt



### MITSUBISHI VERTRAGSHÄNDLER

- Neu-/Gebrauchtwagen
- Inspektion aller Fabrikate
- Unfallinstandsetzung
- Haupt-/Abgasuntersuchung
- Autoglasinstandsetzung
- Klimaanlagenservice

#### Wir unterstützen den Rudersport!

Alle Vereinsmitglieder erhalten auf unsere Serviceleistungen einen Nachlass von 5% auf den Nettorechnungsbetrag\*. Zusätzliche gehen 5% vom Nettorechnungsbetrag\* an den Verein.



Ringstraße 18 • 30457 Hannover 0511/946610



#### www.autohaus-lambrecht.de

\*ausgenommen sind Aktionsangebote, reduzierte Ware, Gebühren und Auslagen