

runderblatt

Zeitung des Deutschen Ruder-
Clubs von 1884 e.V. Hannover,
Nr. 262, Jahr 2023





Vereine – Holt euch Scheine!

Der Sparkassen-Sportfonds fördert eure Ideen

Bewerbt euch mit nachhaltigen Sportprojekten
eures Vereins aus Hannover und der Region –
und sichert euch eine Förderung.

www.sparkasse-hannover.de/sportfonds



Weil's um mehr als Geld geht.



**Sparkasse
Hannover**

Liebe DRC-Mitglieder,

in den vergangenen zwei Jahren habe ich mich in diesem Vorwort über die Bedeutung von Veränderung für den DRC beschäftigt. Im nächsten Jahr wird der DRC 140 Jahre existieren und steht damit für Beständigkeit. Gerade vor diesem Hintergrund sind Veränderungen aus meiner Sicht das Interessante im Hinblick auf den Ruder-Club. Auch aufgrund seiner langen Vereinsgeschichte sind viele Traditionen entwickelt worden, die heute einen Teil der Vereinsidentität ausmachen. Nun ließe sich vermuten, dass jede Veränderung dieser Traditionen das Risiko birgt, diese Identität zu verwässern und im schlimmsten Fall einen Grundpfeiler des DRC bedrohlich ins Wackeln zu bringen.

Im Rückblick auf das Jahr 2023 gibt es aus meiner Sicht keine Annahme zu dieser Sorge, wenngleich der DRC auch in diesem Jahr prägende Veränderungen durchgemacht hat. Insbesondere herausheben möchte ich dabei die Verabschiedung von Christian „Otto“ Held aus dem DRC-Vorstand nach über 30 Jahren Engagement in diesem Gremium. Otto hat den Ruder-Club in dieser Zeit entscheidend geprägt und trägt damit einen großen Anteil an dem guten und erfolgreichen Status Quo des DRC. Diesem außerordentlichen Einsatz gilt auch außerordentlicher sowie herzlicher Dank. Mit voller Berechtigung hat die ordentliche Mitgliederversammlung Otto deshalb einstimmig zum Ehrenmitglied ernannt. Mit Johanna Vennemann hat sich eine junge und engagierte Nachfolgerin gefunden, die in harmonischer Übergabe die Amtsgeschäfte übernommen hat und zugleich ihre eigenen Akzente mitbringt.

Dass diese prägende Veränderung – wie oben attestiert – nicht bedrohlich für den DRC ist, lässt sich mit einem Blick auf den sportlichen Betrieb und Erfolg beweisen. Allen voran beglückwünschen wir Frauke Hundeling, der es im Doppelvierer der deutschen Nationalmannschaft gelungen ist, die direkte Qualifikation für die Olympischen Spiele in Paris 2024 zu ergattern. Neben Frauke sind in dieser Ruder-Saison viele weitere Mitglieder erfolgreich unterwegs gewesen, über die Ihr auf den nächsten Seiten lesen könnt. Nicht unerwähnt lassen möchte ich die erfreuliche Aktivität in der Masters-Klasse sowie unsere Breitensport-Gruppe, die jeweils aus ihren Bereichen heraus das Club-Leben enorm bereichern.

Ein weiteres Beispiel für die Veränderungsfreude des DRC ist die Aufnahme der ukrainischen U19-Nationalmannschaft im letzten Jahr, deren Konsequenz neben vielen positiven Effekten ein gemeinsamer DRC-Achter aus ukrainischen und deutschen Ruderern mit ihrer Steuerfrau auf der Henley Royal Regatta in diesem Jahr war. Lasst Euch auch davon auf den nächsten Seiten überzeugen.

Selbstverständlich ist der DRC auch mit Veränderungen konfrontiert, die größere Herausforderungen für die Zukunft darstellen. Dank der auf der Mitgliederversammlung beschlossenen Beitragserhöhung haben wir gemeinsam dem Ruder-Club eine notwendige finanzielle Absicherung angesichts der allgemeinen Preissteigerungen gegeben. Zusätzlich werden wir unseren Blick auf unsere Liegenschaft richten und dort vorhandenen Investitionsstau beseitigen müssen. Angesichts des verbindlichen Engagements von so vielen von Euch bin ich überzeugt, dass wir weiterhin zuversichtlich auch hinsichtlich dieser Veränderungen sein können.

Ich freue mich deshalb auch aufs nächste Jahr, wünsche Euch allen eine schöne Weihnachtszeit und einen wundervollen Jahreswechsel.

Euer Julius

Titelseite: Der deutsche Doppelvierer mit unserer Frauke Hundeling gewinnt beim World Cup II die Bronze-Medaille (Foto: Detlev Seyb)

Inhalt

4	Mitgliederversammlung
5	Förderkreis
6	„Otto“ wird Ehrenmitglied
7	Meine Saison: Frauke Hundeling
10	Meine Saison: Lena Osterkamp
12	U23-WM in Plovdiv
14	Saison der Kanalgruppe
16	World University Games
17	Baltic Cup
17	Was macht Carlotta Nawjide?
18	Tabuthema Gewalt im Sport?
20	DJM U17 U19 U23
23	Sportler*innen aus der Ukraine
24	Saison der Junioren*innen
26	Saison der Kinder
28	2. WKE, Henley-Truppe
30	Clubleben
32	Weser-Wanderfahrt
33	Irland
34	Teufelsmoor
36	Boßeln
37	Manjana-Crew
38	In Gedenken
39	Kinder & Hochzeiten

Impressum

Herausgeber: Deutscher Ruder-Club von 1884 e.V.
Präsident des DRC: Julius Peschel, praesident@drc1884.de
Vorsitzende Sport: Johanna Vennemann, sport@drc1884.de
Vorsitzender Finanzen: Markus Peters, finanzen@drc1884.de
Postanschrift Bootshaus: Roesebeckstraße 1, 30449 Hannover
Telefon Bootshaus: 0511.446867
Bankverbindung: Sparkasse Hannover, IBAN DE83 2505 0180 0000 3116 26
Erscheinungsweise: jährlich
Auflage: 500
Gestaltung: Alexandra Jaritz

Druck: wir-machen-druck.de
DRC-Büro E-Mail: drc-buero@drc1884.de
Internet: www.drc1884.de / E-Mail: ruderblatt@drc1884.de
Redaktion: Alexandra Jaritz (verantwortlich), Cathrin Boeckler, Sandra Hohlfeld
Fotos: Cathrin Boeckler, Christian Held, Marcel Kipke, Detlev Seyb, Kateryna Prytula
Anzeigen: ruderblatt@drc1884.de

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

Stimmungsvoll und emotional

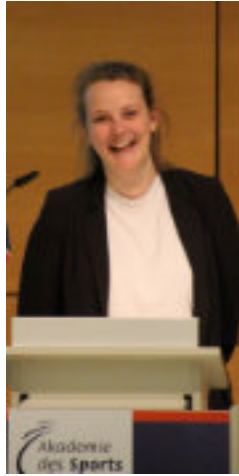
Ordentliche Mitgliederversammlung 2023



*Markus Peters, DRC
Finanzvorstand*



*Scheidener
Sportvorstand
Christian „Otto“ Held*



*Neuer Sportvorstand
Johanna Vennemann*



*25 Jahre Mitgliedschaft für unseren „Norweger“
Claudius Vandr  (2.v.l.) mit Laudator Uwe März (2.v.r.)*

Die DRC-Mitgliederversammlung am 24. März verlief ungewöhnlich stimmungsvoll mit emotionalen Ehrungen und Stand im Zeichen des Wechsel im Sportvorstand. Präsident Julius Peschel begrüsste circa 80 DRC-Mitgliedern im Saal des Landessportbundes und leitete direkt zum Tagesordnungspunkt Ehrungen über.

Mit Claudius Vandr , Dirk Telsemeyer (beide 25 Jahre DRC-Mitglied), Katrin Licker, Lars Dressler, Christian „Otto“ Held (alle 40 Jahre DRC-Mitglied) und Heinz Mußmann (60 Jahre DRC-Mitglied) wurden gleich sechs langjährige DRC-Mitglieder geehrt (siehe Fotos).

Im Anschluss an die Ehrungen gab der Vorstand seinen Bericht über das vergangene Geschäftsjahr ab, Christian „Otto“ Held blickte ein letztes Mal auf die Erfolge im Sportbereich 2022 zurück und wurde im Anschluss mit stehenden Ovationen verabschiedet. Markus Peters blickte gewohnt routiniert auf die Geschäftszahlen des DRC. Auch die Rechnungsprüfer Michael Bode und Katrin Licker hatten hier nichts zu beanstanden, so dass der gesamte Vorstand einstimmig entlastet wurde. Jeweils einstimmig wurden die gewohnten Gesichter Julius Peschel (Präsident), Markus Peters (Vorsitzender Finanzen), Philipp Tr der

(stellv. Vorsitzender Finanzen) und Carl Reinke (stellv. Vorsitzender Sport) wiedergewählt. Ebenfalls einstimmig und unter großem Applaus wurde unsere Johanna Vennemann als Vorsitzende Sport gewählt und tritt somit Ottos Nachfolge an.

Im Anschluss an die Wahlen stimmten die anwesenden Mitglieder der vom Vorstand erarbeiteten geänderten Beitragsordnung zu und Markus Peters stellte die Finanzplanung vor. Dann überraschte der neugewählte Vorstand mit einer ersten Entscheidung und schlug der Mitgliederversammlung vor, Christian



*Dirk Telsemeyer (links) ist 25 Jahre
Mitglied im DRC, Karen Beckmann
(Mitte) hielt die Laudatio auf ihn.*



*Laudatorin Andrea L pertz (rechts)
würdigt 40 Jahre Mitgliedschaft von
Katrin Licker (Mitte)*



*40 Jahre Mitgliedschaft von Lars
Dressler (Mitte), Laudatio von Katrin
Licker (rechts)*

„Otto“ Held zum DRC-Ehrenmitglied zu ernennen. Das Votum fiel einstimmig dafür aus. Oliver Frese blickte noch mal zurück auf Ottos langjähriges Engagement in den verschiedensten Bereichen und erinnerte unter anderem an Zeiten, in denen Otto die Digitalisierungswende im DRC mit der ersten am Computer erstellten Clubzeitung aktiv mit gestaltet hat.

Cathrin Boeckler



Oben: 40 Jahre Mitgliedschaft sowie eine Ehrennadel vom DRV bekam unser unermüdlicher Christian „Otto“ Held (Mitte) mit Julius Peschel (links) und Dag Danzglock



Links: 60 Jahre Mitgliedschaft für Heinz Mussmann (Mitte) der mit einer Laudatio von Gerd Weingardt (rechts) gewürdigt wurde.

Stete Unterstützung

Bericht des Förderkreises

Die diesjährige Mitgliederversammlung fand erneut an ungewöhnlichem, wenngleich vertrautem Ort statt, nämlich im Ihmezentrum, genauer in der dortigen Zukunftswerkstatt. Als Vorsitzender wurde Tobias Cantz und als Schatzmeister Dirk Telsemeyer bestätigt und Karen Beckmann, Katrin Licker, Karl-Heinz Ringe und Heinz Mußmann komplettieren den Vorstand als Beisitzer*innen. Dass die Royal Regatta in Henley dieses Jahr für den DRC eine nochmalige Bedeutungssteigerung erfuhr, zeichnete sich schon früh ab und so konnten Cornelius „Kurby“ Dietrich, Hendrick Hellhammer und Jana Hülsmeier den anwesenden Förderkreis-Mitgliedern eine kurzweilige Rückschau auf das ehrwürdige Umfeld und sportlich hochkarätige Regattatreiben geben.

Über die Ambitionen der gesamten DRC-Trainingsgruppen konnten wir dann beim

traditionellen Trainingssessen detailliert informiert werden, welches wir mit einem Pizza-Truck direkt am Bootsplatz in geselliger Atmosphäre eines lauen Mai-Abends feiern konnten. Diese schöne Veranstaltung ermöglichte es insbesondere unseren nicht mehr ganz so oft am Bootshaus präsenten Mitgliedern zwanglos mit den jüngsten aber auch mit den erfahrenen Sportler*innen ins Gespräch zu kommen. Unter anderem auch mit der diesjährige Henley-Crew, die den DRC sehr erfolgreich im Achter vertreten konnte, wobei wir insbesondere den Start der aus der Ukraine zu uns gekommenen Sportler bei der Teilnahme unterstützt haben.

Außerdem finanzierten wir dem Stammclub vier sogenannte BikeErgs, also Fahrradergometer die auf der gewohnten und robusten Technik der Concept2-

Ruderergometer beruhen. Diese ergänzen die Ausstattung im Fitnessraum um sehr moderne Ausdauer-Trainingsgeräte und stehen somit der ganzen Clubfamilie für die Indoor-Trainings zur Verfügung.

Unsere „Dankeschön“-Veranstaltung führte unserer Spenderinnen und Spender dieses Jahr in die Leitzentrale der DB-Netz-AG, wo wir eine sehr informative Führung und vielschichtige Einblicke in aktuelle Großprojekte von unserem Mitglied Frank Arne Limprecht bekommen konnten. Beim geselligen Ausklang wurde dann viel über das Reisen und die Ruderei im allgemeinen gefachsimpelt werden.

Tobias Cantz

33 Jahre Einsatz

Neues DRC-Ehrenmitglied: Christian „Otto“ Held

Im Rahmen der diesjährigen ordentlichen Mitgliederversammlung wurde unser langjähriger Vorsitzender Sport, Christian „Otto“ Held, für seinen Einsatz und seine Leistungen für den DRC mit der Ehrenmitgliedschaft ausgezeichnet.

Christian kam schon in den frühen 1980er-Jahren in unseren Club und lernte im damaligen „Jung-DRC“ unter der Leitung von Rolf Kamjunke den Rudersport kennen. Gemeinsam mit dem späteren Achter-Weltmeister Uwe Maerz stieg Christian in den Leistungssport ein und die beiden konnten im Rahmen der Deutschen Jugendmeisterschaften im Jahr 1985 in München einen beachtlichen fünften Platz im Junioren-B-Zweier o. St. einfahren.

Schon während seiner aktiven Zeit entdeckte Christian sein Talent für journalistische Arbeit. So war es nur folgerichtig, dass er im Jahr 1990 in den DRC-Vorstand einzog und gemeinsam mit dem späteren DRC-Vorsitzenden Oliver Frese für viele Jahre die Presse- und Öffentlichkeitsarbeit verantwortete. In ihrer gemeinsamen Zeit erfolgte die erstmalige Erstellung der Clubzeitung von „Schreibmaschinensatz“ auf einen Home-Computer. Die damals selbstbewusst gewählte Positionierung als „Hannovers Ruderzeitung Nr. 1“ gefiel zwar anderen hannoverschen Ruderclubs nicht allzu sehr, ebnete aber den Weg zu der heutigen erstklassigen Qualität der DRC-Clubzeitung.

Doch Christian arbeitete von Beginn an auch ressortübergreifend an der Weiterentwicklung unseres DRC mit und war folgerichtig im Jahr 2003 auch maßgeblich an der Mitwirkung einer umfassenden strukturellen Neuaufstellung des DRC-Vorstandes beteiligt. Mit der Mitgliederversammlung im März 2004 übernahm Christian in dem komplett neu gewählten Club-Vorstand dann die Position des „Vorsitzenden Sports“. Eine Aufgabe, die Christian bis zur diesjährigen Mitgliederversammlung innehatte und mit großer Leidenschaft ausübte.

In seinen 33 Jahren im DRC-Vorstand hat Christian die Geschicke unseres Clubs maßgeblich gestaltet. In seiner Zeit als Sport-Vorsitzender legte er nicht nur die organisatorischen und strukturellen Voraussetzungen für die nachhaltige Positionierung des DRC im nationalen und internationalen Spitzensport, sondern feierte auch viele internationale Titel. Mit der Ernennung zum DRC-Ehrenmitglied, würdigt der Vorstand also den unermüdlichen Einsatz von Christian in mehr als 30 Jahren sowie seine herausragenden Leistungen zum Wohle unseres Clubs. Herzlichen Glückwunsch, lieber Otto – das hast du dir sehr verdient!



Oliver Frese

Oben: Im Rahmen des Stadtsporttages erhielt „Otto“ eine Urkunde und ein Geschenk für mehr als 15 Jahre Vorstandsarbeit vom Landessportbund und Stadtsportbund. V.l.n.r. Benjamin Chatton (Präsident SSB), Rita Girschikofsky (Ehrenpräsidentin SSB), Christian „Otto“ Held und André Kwiakowski (Präsident des Landessportbundes)



Links: Ottos langjährige Weggefährten kamen um ihn aus dem Sportvorstand zu verabschieden: Sven Leibkühler, Oliver Frese, Stephan Störmer, Uwe Maerz, Rüdiger Franke, Claudius Vandré, Otto und Matthias Edeler

Olympia Qualifikation

Meine Saison: Frauke Hundeling

Auch in diesem Jahr überwinterten wir mehr oder weniger mit der A-Nationalmannschaft im Süden Europas. Immer mit dabei war ein latenter Selektionsdruck. Denn mit einem Team von zwölf Skullerinnen starteten wir in die Wintermonate. Im Februar gab es dann die erste Entscheidung des Bundestrainers Witkowski. Vier Leute flogen aus dem Team.

Die weitere Nominierung der Boote erfolgte im April, kurz nach der Deutschen Kleinbootmeisterschaft. Diese konnte ich „nur“ mit einem siebten Platz beenden, welches für mich nicht die Ausgangslage darstellte, die ich mir mit meinen guten physischen Werten und meiner Erfahrung erhoffte.

Wenige Tage nach der Meisterschaft ging die Selektion weiter, jedoch wurden drei Teamkolleginnen krank. Darunter auch Clubkameradin Carlotta, für die dieser langwierige Infekt leider das Aus der Saison bedeutete.

Somit waren wir zum finalen Ausscheidungsrennen des Verbandes in Hamburg nur noch zu fünft, mit denen inklusive mir ein Doppelvierer gebildet



wurde. Das Boot mit Sarah Wibberenz, Pia Greiten, Tabea Schendekehl und mir konnte die Trainer und Funktionäre überzeugen und war damit gesetzt. Den Doppelzweier bildeten die beiden kurzfristig erkrankten Damen Leonie Menzel und Maren Völz.

Mit Vorfreude starteten wir in die dreiwöchige EM-Vorbereitung an unserem Heimatstützpunkt in Berlin. Auch in diesem Jahr war das Team personell neu

aufgestellt, sodass persönliche Differenzen nicht ausblieben. Auch auf der EM im traumhaften Bled kristallisierte sich erst unser natürliches Rennprofil heraus, was ebenfalls zu Diskussionen, Tränen und einigen grauen Haaren führte. Schlussendlich beendeten wir die Regatta mit einem durchwachsenen Rennen auf dem fünften Platz.

Danach ging es zurück an den Stützpunkt

Doppelvierer mit Tabea Schendekehl (RC Hansa Dortmund), Frauke Hundeling, Ersatz-Ruderin Lisa Gutfleisch (Heidelberger RK) und Sarah Wibberenz (RC Havel-Brandenburg)





Foto: Detlev Seyb)

Doppelvierer mit Sarah Wibberenz (RC Havel-Brandenburg), Pia Greiten (Osnabrücker RV), Frauke Hundeling, Tabea Schendekehl (RC Hansa Dortmund)

nach Berlin, denn keine drei Wochen später stand der Worldcup II in Varese auf dem Tableau. Mit deutlich mehr Routine im Training konnten wir wichtige Fortschritte erzielen. Die größte Veränderung zum vorherigen Training war „Mut zur Schlagzahl“. Das sollte sich auf dem weichen Wasser in Varese auszahlen, denn wir konnten in einem sehr beherzten Rennen mit einem Fotofinish die Bronzemedaille gewinnen.

Doch Zeit zum Feiern blieb leider nicht, da der nächste Worldcup in Luzern wie gewohnt im drei Wochen-Takt bevorstand. Im Training merkte man bereits, dass die Anstrengungen der letzten Monate in den Knochen steckten. Kleine muskuläre Verletzungen und Verspannungen sollten einem fokussierten Training jedoch nicht

weiter im Weg stehen. Doch zwei Tage vor Abflug nach Luzern blieb mir im wahrsten Sinne des Wortes die Stimme weg. Ich hatte eine Kehlkopfentzündung und absolutes Sprechverbot. Die Entzündung war allerdings sehr lokal und ich durfte nach Luzern anreisen. Da ich mich rasch erholte, wurde ich für die Rennen freigegeben, fühlte mich allerdings nicht zu hundert Prozent frisch. Gerade der Hoffnungslauf war ein absolutes Ausbrenner-Rennen für mich, jedoch packten wir so den Finaleinzug. Doch im Finale am folgenden Tag war endgültig die Luft im Boot raus und wir belegten den sechsten Platz.

Glücklicherweise hatten wir danach eine Woche frei, bevor es zur WM-Vorbereitung nach Norditalien und Ratzeburg ging. Die beiden Trainingslager verliefen wie erhofft

und ohne Ausfall, sodass wir positiv auf die WM in Belgrad blicken konnten.

Die WM dieses Jahr war zudem eine besondere, da es parallel auch um die Quotenplätze für die Olympischen Spiele in Paris ging. Für die Quali musste im Doppelvierer Platz sieben erreicht werden, welches dem Sieg im B-Finale entspricht. Im Vorlauf konnten wir direkt unsere gute Form ausspielen und waren nur gut eine Sekunde hinter den Niederländerinnen, die vor wenigen Wochen in Luzern das Feld dominierten. Mit diesem guten zweiten Platz umgingen wir den Hoffnungslauf und sicherten uns einen zusätzlichen freien Tag im heißen Serbien.

Hochmotiviert starteten wir ins Halbfinale. Auf dem Wasser kam jedoch dann die Überraschung. Ein Sturm war aufgezo-



Frontaler Gegenwind auf der Strecke sorgte dafür, dass sich eine ordentliche Windwelle aufschaukelte. Die Welle war so extrem, dass zwei Rennen vor uns der deutsche leichter Männer-Doppelzweier sogar kenterte. Auch wir Vier kamen leider nicht in unseren Rhythmus, blieben an den Wellen hängen und fingen am Start kleine Krebse. Am Ende reichte es für Platz fünf und damit war der Traum vom Kampf um die Medaillen aus. Doch es war keine Zeit, die große Enttäuschung zuzulassen, da wir das B-Finale für die Absicherung des Olympiatickets gewinnen mussten. Keine angenehme Rennsituation - alles oder nichts in einem finalen Rennen nach dieser herben Enttäuschung.

Am folgenden Tag erlebten wir dann den nächsten Schock. Unsere physisch stärkste

Teammitglied Pia hatte starke Halsschmerzen und Erkältungssymptome. Wir hofften auf schnelle Besserung, da das B-Finale einen Tag später startete. Nach kurzer Überlegung gingen wir mit unserer Ersatzfrau Lisa Gutfleisch zum Training aufs Wasser. Das Training lief gut, aber was sind schon acht Kilometer Training? Immerhin sind wir seit der Nominierung nur eine einzige Einheit mit Lisa gerudert.

Am nächsten Tag um 6:45 Uhr kam dann die Entscheidung. Pia ist nicht fit und das Rennen wird mit Lisa gefahren. So lagen wir nur wenige Stunden später in einer neuen Kombination an der Startlinie, auch zur Überraschung all der unwissenden Zuschauer vorm Livestream. Voll engagiert starteten wir in das Rennen und der Mut sollte sich auszahlen. Wir waren in diesem

heiß umkämpften Finale nicht zu schlagen. Nach etwa 600 Meter konnten wir uns von dem Feld lösen und fuhren dominant vorneweg. Und so konnten wir es tatsächlich schaffen, dieses Rennen ungefährdet zu gewinnen. Das ist zu großen Teilen unserem guten Teamspirit zu verdanken, da wir auch in dieser brenzligen Situation zusammenstehen und uns gegenseitig die Zweifel nehmen konnten.

Somit konnten wir guten Gewissens auf diesen WM-Abschluss anstoßen und feiern, bevor das Training und die Mannschaftsbildung für die kommende Saison wieder von vorne beginnen.

Frauke Hundeling

Schlechter Start, versöhnliches Ende

Meine Saison: Lena Osterkamp

Meine Saison 2023 war ein schlechter Beginn mit einem versöhnlichen Ende. Wer meine Saisonberichte in den letzten Jahren gelesen hat, dem wird vermutlich aufgefallen sein, dass meine Saisons meistens ein Auf und Ab, ein Hin und Her, einfach ein bisschen chaotisch sind. Wie sollte es da dieses Jahr anders sein?

Im Winter ist es im Riemenrudern so, dass man eine feste Zweierpartnerin hat und mit dieser sich mehr oder weniger den ganzen Winter zusammen einfährt. Das Ziel ist es, sich dann auf der Kleinbootmeisterschaft im Frühjahr auf einen aussichtsreichen Platz zu rudern und somit sich einen Platz im Nationalteam zu erobern. In Dortmund bin ich mit Kata an den Start gegangen. Wir hatten knappe zwei Wochen Vorbereitungszeit, da unsere jeweiligen Partnerinnen krank ausgefallen sind. Es lief überraschend gut und wir konnten die

Langstrecke gewinnen. In Leipzig bin ich mit Paula gestartet, meiner eigentlichen Zweierpartnerin. Leider ist es uns nicht gelungen an unsere Trainingsleistungen anzuknüpfen und aus gesundheitlichen Gründen wurde Paula anschließend von den Trainern aus der Saison genommen. Davor ziehe ich meinen Hut. Eine schwere Entscheidung, die wir als Sportler tatsächlich nicht getroffen hätten, auch wenn es die Richtige war. Somit bin ich dann nach wieder einmal zwei Wochen Training in einer neuen Konstellation mit Annika die Kleinbootmeisterschaft gefahren und mit einem Top zehn Platz war zumindest die Nominierungsgrundlage für mich erfüllt.

So viel zum eher chaotischen Winter. Auf geht's zum Tief der Saison. Im Mai stand die Europameisterschaft in Bled an. Ein wirklich malerischer Ort. Leider war ich zu



diesem Wettkampf nur auf der Ersatzposition. Dadurch, dass wir ein Kreis

Vierer o. St. in Luzern auf dem WeltCup: Lena Osterkamp (Bug), Melanie Göldner (RC Potsdam), Alyssa Meyer (RC Tegel Berlin) und Leupold (Pirnaer RV)

(Foto: Detlev Seyb)





(Foto: Detlev Seyb)

Auf den Weltmeisterschaften in Belgrad: Sophie Leupold (Pirnaer RV), Lena Osterkamp, Melanie Göldner (RC Potsdam), Luisa Schade (RC Potsdam)

von neun Sportlerinnen für den Achter waren, bin ich im Training auf beiden Seiten eingesprungen und konnte mich durch viele Einsätze wenigstens auf die nötigen Großboot-Kilometer für die weitere Saison berufen.

Nach der EM ging es im Frauenriemen Bereich drunter und drüber. Eine Sportlerin hatte gebrochene Rippen, eine hat entschieden wieder in den U23 Bereich und zum Skullen zu wechseln, eine hat ihre Prioritäten auf die Uni gelegt und ist vom Training weggeblieben und eine hat gesagt, sie macht das alles bis zu einem bestimmten Punkt mit, ein nicht direkt definierbarer Punkt, aber dieser Punkt war dann doch sehr schnell erreicht. Aus neun Sportlerinnen vom Achterkreis sind dann nur fünf übriggeblieben. Dazu kamen weitere Sportlerinnen, die zuvor den Vierer o. St. gebildet haben, aber die Nominierungsgrundlagen nicht erfüllt

hatten. Von Verbandsseite sollte weiter an dem Achter festgehalten werden. Nur dafür fehlte unser Vertrauen darin, dass nicht doch wieder wer ausfällt. Somit haben wir uns im Sportlerinnenkreis dafür entschieden, Vierer o. St. zu fahren. Das Ziel war im Training mit zwei Vierern rauszugehen und die Möglichkeit zum Sparring zu nutzen. Nach intensiven Gesprächen mit der Cheftrainerin und unseren Bundestrainern haben wir das dann auch durchziehen können. In Luzern sind wir wieder mit einer nicht eingefahrenen Mannschaft an den Start gegangen, da es kurz vorher einen Krankheitsfall gab. Wir konnten uns während der Regatta gut entwickeln und sind mit einem positiven Gefühl aus dem Wettkampf gegangen.

In den folgenden Trainingslagern konnten wir in der Originalbesetzung gute Fortschritte erarbeiten. Wir wussten, dass wir schneller geworden sind, nur konnten

wir noch nicht einschätzen, für wie viel es reicht. Das haben wir dann erst auf der Weltmeisterschaft in Belgrad unter realen Wettkampfbedingungen testen können. Im Vorlauf waren wir noch kurz verwirrt, dass wir bei der Streckenhälfte noch im Feld waren. Diesen Selbstbewusstseins-Booster konnten wir dann mit in den Hoffnungslauf nehmen und dort mit einem starken Endspurt einen Platz im A/B-Halbfinale errudern. Nach einem Halbfinale mit schwierigen und leicht unfairen Bedingungen konnten wir unsere Leistung im B-Finale nochmal zeigen und im Endspurt erneut an Polen vorbeiziehen. Mit einem insgesamt elften Platz waren wir von den Olympiaqualifikationsplätzen zwar noch zwölf Sekunden entfernt. Aber am Ende sind es auch nur zwölf Sekunden und somit ein Ziel für den kommenden Winter. Bis zur Nachqualifikation in Luzern haben wir noch ein paar Monate Zeit!

Lena Osterkamp



(Foto: Detlev Seyb)

Heißes Finale

U23-Weltmeisterschaften in Plovdiv, Bulgarien

Anna Händle (Würzburger RG), Romy Dreher (Ulmer RC Donau), Rebekka Falkenberg (LRV Mecklenburg Vorpommern) und Anna Schiefer

Die Vorbereitung auf die U23 WM, die in diesem Jahr vom 19. bis 23. Juli in Plovdiv in Bulgarien stattgefunden hat, fanden für alle Mannschaften zusammen in München auf der Regattastrecke in Oberschleißheim statt. Am Samstag vor dem WM-Start ging es mit dem Flugzeug von München nach Bulgarien. Am Sonntag hieß es dann Boote abladen und aufriggern, um anschließend die erste Einheit zu absolvieren und die Regattastrecke kennen zu lernen. An den

folgenden Tagen kamen noch weitere Trainingseinheiten dazu. Am Mittwoch ging es mit dem Rennen der Ersatzleute, den Bahnverteilungsrennen und einigen Vorläufen endlich los. Doch das heiße Wetter mit Temperaturen um die 40 °C machte den meisten zu schaffen, weswegen der Zeitplan für die ganze WM angepasst und die Rennen vom Nachmittag auf den Vormittag verschoben wurden. So

erfolgten die ersten Starts schon immer um 9 Uhr Ortszeit.

Bei den Ersatzleuten startete vom DRC Aaron Erfanian im schweren Männer-Einer. Er konnte dieses Rennen mit deutlichem Abstand für sich entscheiden. Wenig später folgte Anna Schiefer im leichten Frauendoppelvierer in Renngemeinschaft mit Ulm, Stralsund und Würzburg im Bahnverteilungsrennen gegen Italien, die

Vierer o. St. mit Malou Wollenhaupt (Frankfurter RG), Paula Becher, Raphalea Werner (Mainzer RV) und Antonia Labonde (Frankfurter RG)



(Foto: Detlev Seyb)



Aaron Erfanian



Siegreicher Lgw.-Doppelvierer mit Anna Händle (Würzburger RG), Romy Dreher (Ulmer RC Donau), Rebekka Falkenberg (LRV Mecklenburg Vorpommern) und Anna Schiefer auf Schlag (rechts)

Türkei und die Niederlande. Auch dieses Boot schaffte es, das Rennen zu gewinnen. Somit war der WM-Auftakt fürs Erste gelungen.

Am Donnerstag folgte Paula Becher mit ihrem Start im schweren Vierer o. St. in Renngemeinschaft mit Frankfurt und Mainz. Da nur das erstplatzierte Boot aus jedem Vorlauf eine direkte Qualifikation ins Finale erlangen konnte, schonten sie ihre Kräfte für den Hoffnungslauf, sobald sich zeigte, dass sie den Vorlauf nicht für sich entscheiden konnten. Die Vier ruderten auf Platz fünf. Am nächsten Tag mussten sie daher in den Hoffnungslauf.

Am Freitag folgte der Hoffnungslauf für den Frauen-Vierer o. St. von Paula, in dem die Mannschaft in einem spannenden Rennen und mit einem starken Endspurt auf Platz 2 ruderte und sich so den Einzug ins Finale sicherte.

Am Samstag gingen neben den Halbfinalläufen auch die ersten Finalläufe an den Start. Darunter war auch der leichte Frauendoppelvierer mit Anna. In einem spannenden, engen Rennen konnte sich die Mannschaft jedoch nicht gegen Italien durchsetzen. Sie fuhr auf den zweiten Platz und erlangten somit den Vizeweltmeistertitel. Mit dem Silberrang war die Mannschaft dennoch sehr zufrieden und feierten diesen.

Am Sonntag folgte noch der Finallauf von Paula Becher und ihrem Vierer, in dem sie auf Platz sechs ruderten. Mit dieser Leistung war die Mannschaft rundum zufrieden, da allein die Qualifikation fürs Finale ein Erfolg gewesen war.

Ein Wehrmutstropfen blieb, leider konnte Fiona Heidemann, aufgrund einer Rückenverletzung bei der WM in Plovdiv nicht mit an den Start gehen. Sie musste bereits frühzeitig aus der Vorbereitung in München abreisen.

Auch mit bei der WM in Plovdiv aus der Trainingsgruppe Hannover waren Timo

Strache und Sydney Garbers vom HRC, die im schweren Männer Doppelzweier von Thorsten Zimmer trainiert wurden und sich im Finale am Sonntag Bronze sichern konnten. Ebenfalls mit dabei war auch Felix Heinrich von der RG Normania Braunschweig, der im schweren Männerdoppelvierer an den Start gegangen ist und dort Weltmeister wurde.

Alles in allem war es eine sehr erfolgreiche U23 Weltmeisterschaft für den DRC und die Trainingsgruppe aus Hannover.

Anna Schiefer



Anna Händle (Würzburger RG), Romy Dreher (Ulmer RC Donau), Rebekka Falkenberg (LRV Mecklenburg Vorpommern) und Anna Schiefer

Viel unterwegs

Saison der „Kanalgruppe“

Ich könnte den Bericht anfangen wie jedes Jahr: „Nach der Saison ist vor der Saison“, oder „unsere Saison startet wie üblich mit dem Ergotest und der Langstrecke in Dortmund“, weil es jedes Jahr so passiert. Die vom DRV vorgegeben Leistungs-Überprüfung in Dortmund immer am ersten Advent ist quasi der Startschuss in die neue Saison.

Doch ich könnte den Artikel auch damit beginnen, dass nicht alles wie normal war. Denn nachdem Lena zur Zentralisierung nach Berlin gezogen ist, Leon nur noch als Helfer für die VWFS-Förderung hinter den Ruder Kulissen war und Ryan auf einem anderen Kontinent weiter ruderte, waren Fiona und ich neben Aaron die ältesten DRC-Sportler:innen in der Trainings Gruppe Kanal.

Für mich persönlich ein komischer Gedanke, denn obwohl oder vielleicht auch gerade wenn man jeden Tag trainiert, vergisst man, wie die Zeit vergeht. Training wird zum Alltag und ruck zuck sind wir die Alten. Wir sind aber glücklicherweise nicht nur weniger geworden, sondern haben mit Anna auch neuen Zuwachs in unserer Gruppe bekommen, die in ihrem ersten U23 bereits in Dortmund sehr gute Zeiten abgeliefert hat. Auch Jonas und David, quasi schon als „halb alte Hasen“, haben trotz Bootstrennung den Start in Dortmund gemeistert.

Wenn Dortmund geschafft ist, freuen wir uns immer auf die Belohnung der portugiesischen Sonne im Trainingslager

Anna Schiefer

über Neujahr, aber nicht ohne vorher noch die Weihnachtsmärkte Hannovers auszukosten. Trainingslager Portugal ist für viele immer ein Höhepunkt, denn der sich immer langziehende Winter mit viele Ergometern wird dort unterbrochen von Sand und Sonne und natürlich Rudern.

Trotz gutem Wetter und viel Sonne ist die Devise, morgens mit langer Hose und langem Secondskin zum Training und abends nur noch im Einteiler.

Neben unseren Sportler:innen, welche die gesamte Zeit in Hannover trainieren, sind auch Kanal Gruppenmitglieder wie Carlotta mit dabei. Ihr Ziel war in Portugal fit zu werden für einen erfolgreichen Wiedereinstieg in die Saison nach ihrem Pausenjahr.

Auch weitere Ruder-Promis aus Marburg und Rostock waren dabei. Mark Weber und Stephan Krüger, der Doppelzweier der Olympischen Spiele 2021. Neben Kleinboot wurde bei den Männern der Trainingsgruppe auch Mittel- und Großboot gefahren und zur Freude Aarons auch mit den beiden Olympiasportlern.

Nach einem gelungenen Start ins neue Jahr und vielen gesammelten Kilometern auf dem portugiesischen Salzwasser sowie nach vielen Sonnenuntergängen in Rosa und Rot ging es für unsere Gruppe wieder nach Hause. Januar bis März ist dann die Zeit der vielen Trainingslager. Die A-Leute sammeln Kilometer in Lago, Portugal und im spanischen Sevilla. Die U23 Sportler:innen, einschließlich Anna, waren in Mequinenza, Spanien.

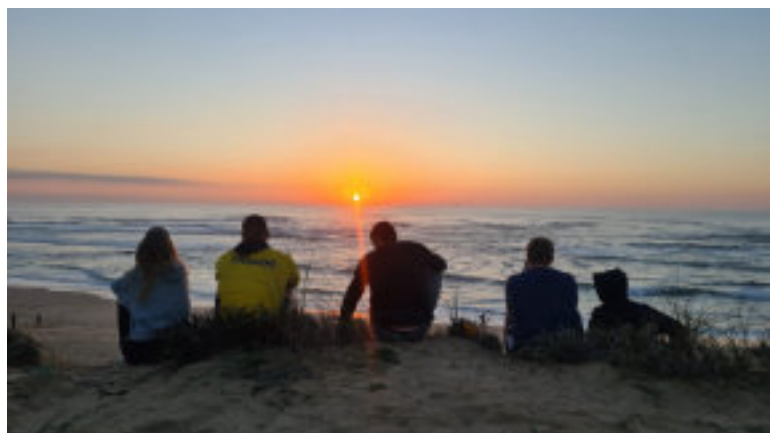
Als Abschluss der Trainingslagerreihe liegt so wie in den letzten Jahren das zweiwöchige



Jonas Schleef



Paula Becher, Fiona Heidemann, Cara Sue Lüdemann, Marlene Njofang und Alexandra Kasterina





Fiona Heidemann und Paula Becher

Trainingslager in Orglet in Frankreich, das am Trainingsstützpunkt der französischen Nationalmannschaft stattfindet. Leider trainieren sie dort nie zeitgleich mit uns. Dort haben wir zwei Wochen Zeit auf der Anlage, die bestens ausgestattet ist, auch auf dem Ergo für die bevorstehende Ergo-Überprüfung fit zu werden, und gleichzeitig für die Langstrecke in Leipzig, die zwei Wochen nach unserem Trainingslager ansteht, zu trainieren.

Leipzig ist insofern eine der wichtigsten Regatten, da der dort gefahrene Ergotest für die ganze Saison zählt, und aussagt, ob man in den großen Mannschaftsbooten (Achter und Doppelvierer) mitfahren darf. Für mich ist das leider eine sehr stressige Regatta, denn Ergo war nie meine Stärke. Zudem konnte Fiona wegen einer Verletzung in Leipzig nicht starten, was für uns alle sehr plötzlich kam. Vor Ort suchten die Trainer Thorsten Zimmer und Frede stoll zusammen mit dem Disziplin-Bundestrainer der U23 Karsten Timm eine neue Panterin für mich. Am Ende ging ich mit Raphaella Werner aus Mainz mit nur drei gefahrenen Einheiten an den Start.

Nach dem langen Winter und der Überprüfung in Leipzig fängt die 2000 Meter Saison auf der Schlechtwetter Regattabahn Deutschlands an, wo alle zwei Wochen eine Regatta oder ein Trainingswochenende der einzelnen Disziplinen ansteht.

Den Anfang machte Brandenburg. In Brandenburg mit Originalbesetzung

fühlten wir uns fast wie zu Hause. Fiona fuhr dort auf dem BW für Jungen und Mädchen 13/14 Jahre, ich startete dort meine ersten Deutschen Meisterschaften 2019 mit Fiona zusammen. Aber auch nur fast, denn nach einem schönen ersten Training wurde die Regattabahn für die ersten Rennen am nächsten Tag zum Wellenreiten. Mehr als einmal hörte man, dass der DRV uns schon mal für das coastal rowing bei den Olympischen Spielen 2028 vorbereiten will.

Bei schwierigen Bedingungen wurde hat gekämpft, doch die Ergebnisse waren für die meisten etwas unter den Erwartungen. Trotzdem war die ganze Gruppe motiviert sich nach dem ersten nationalen Vergleich zu steigern und die Standpunkte als Möglichkeiten zu nutzen, um gute Partner für die anstehende Mittelboot- Regatta zu suchen.

Weiter ging es mit der Internationalen Regatta Duisburg. Mit dem Wechsel von David in den Leichtgewichtsbereich konnten David und Jonas auch wieder in den gemeinsamen Zweier o. St. steigen und in Duisburg sich bereits mit nationalen wie internationalen Gegnern messen.

Fiona und ich hatten das Glück, mit Malou und Toni schon zwei bereits bekannte Ruderfreundinnen im Boot sitzen zu haben.

Die Vorbereitung auf die Regatta geschah in Hannover auf unserem Stichkanal in Ahlem.

Nach Duisburg war für unseren Vierer o. St. relativ schnell klar, dass dies unsere einzige Chance ist, mit zur WM zu kommen. Daher legten wir unseren Trainingsfokus auf das Mittelboot.

Anna nutzte die Zeit zwischen den Regatten genau wie Aaron, um wieder ihren Einer schnell zu machen. Jonas und David blieben ebenfalls im Kleinboot und trainierten bereits für die zweite internationale Regatta der Saison.

Aber als drittes stand die Rangliste in Hamburg an. Diese ist wie jedes Jahr Teil eines langen Regatta-Wochenendes. Donnerstag und Freitag sind Regatten in Kleinbooten und Samstag und Sonntag Regatten in Mittel- und Großbooten auf der internationalen Regatta in Ratzeburg.

Für Ratzeburg typische Wetterverhältnisse hatten wir dieses Jahr sogar noch Glück, denn der Wind kam gleichmäßig von schräg vorne, sodass keine großen Wellen entstanden.

Als vierte Regatta der Saison waren die Ergebnisse des langen Wochenendes für alle Parteien erfreulich, so dass in Annas Fall klar war, dass sie sich im Leichtgewichtsdoppelvierer auf die deutschen U23 Meisterschaften vorbereitet und für Fiona und mich, dass wir weiter in unserem Vierer o. St. in Frankfurter in Gesellschaft bleiben. Nur für Aaron war noch nicht ganz schlüssig, in welcher Bootsklasse er starten soll. Am Ende entschieden sich Sportler und Trainer gemeinsam für das Kleinboot, sodass sich alle gut auf die deutschen Meisterschaften vorbereiten konnten.

Die Saison endete so wie jedes Jahr mit dem Höhepunkt auf den Deutschen Jahrgangsmeisterschaften.

Paula Becher

Lgw.-Doppelvierer mit Anna Schiefer (Bug)



Unter Pandas

Aaron Erfanian bei den World University Games

Corona sei Dank ging für mich Ende Juli die Reise nach Chengdu, China zu den 2021 FISU World University Games los. Zuerst einmal: Was sind überhaupt die FISU und die World University Games? FISU steht für Fédération Internationale du Sport Universitaire und ist der internationale Hochschulsportverband. Die World University Games -früher Universiade- sind ein internationales Multisportevent, dass alle zwei Jahre ausgetragen wird, quasi als ein kleineres „Student*innen-Olympia“. Nun ging es also nach Chengdu, einer Stadt, von der ich noch nie zuvor gehört hatte. Umso größer war meine Überraschung wie riesig und schön diese Stadt ist. Chengdu liegt ziemlich zentral in China und die fast 21 Millionen Einwohner verteilen sich in der Metropolregion über eine Ost-West-Ausdehnung von 192 Kilometer und eine Nord-Süd-Ausdehnung von 166 Kilometer. Zum Vergleich: Die Entfernung von Hannover nach Hamburg beträgt nur 130 Kilometer. Meine erste Assoziation mit diesen Informationen war erstmal das Bild von einem grauen, vermogten Betonschungel, der einfach nicht enden will.

In China angekommen, war ich dann überrascht wie schön Chengdu doch trotz der Größe ist. Dadurch, dass es jeden Tag pünktlich zur Mittagszeit einmal regnet, durch das subtropische Klima und weil sich mehrere Flüsse durch die Stadt schlängeln, ist Wasser im Überfluss vorhanden. Somit ist die Stadt auch so aufgebaut, dass sich

immer wieder Bereiche aus dutzenden von Hochhäusern mit kilometerlangen Parkanlagen abwechseln. Ich vermute, dass liegt daran, dass wenn alle Flächen versiegelt wären, die Stadt auch einfach in einer Woche weggeschwemmt werden würde.

Ähnlich wie bei den Olympischen Spielen gibt es auch bei den FISU-Games ein eigenes Athletendorf mit Platz für über 5000 Athleten plus Trainer, Physios, Mannschaftsärzte und so weiter, sowie zwei Mensen, ein eigenes Krankenhaus, Freizeitaktivitäten und vielem mehr. Außerdem gab es auch in der ganzen Region viele verschiedene Angebote, um uns die Zeit vertreiben zu können. Wir konnten den größten Panda-Park der Welt besuchen, an einer Führung durch die umliegenden Berge teilnehmen oder auch den anderen Sportarten bei ihren Wettkämpfen zu gucken. Auch die Organisation der verschiedenen Events lief reibungslos ab. Dafür wurde aber zum Beispiel auf dem circa einstündigen Weg vom Athletendorf zur Regattastrecke an jeder Kreuzung ein Polizist stationiert, um den Verkehr so zu regeln, dass unser Shuttle nicht eine Sekunde stehen blieb. Auf der Stadtautobahn war eine Spur komplett für unser Shuttle gesperrt. Wir konnten dann ganz entspannt den im Stau Stehenden davonrasen. Am Ziel angekommen, erwartete uns dann auf dem Wasser die bestgebaute und bestorganisierte Strecke, auf der ich jemals



rudern durfte. An Land sorgten dann die bodentiefen Fenster in der Umkleidekabine allerdings für einige Verwirrung.

Nun zu dem eigentlichen Highlight des Events, den Rennen. Ich bin mit Sydney Garbers vom HRC zusammen im Doppelzweier an den Start gegangen. Im Vorlauf konnten wir uns mit einem Sieg relativ einfach direkt für das Finale qualifizieren. Im Finale dann lagen wir bis 1700 Meter hinter Polen auf dem zweiten Platz, konnten aber den Litauern im Endspurt nichts entgegensetzen und wurden auf den letzten zehn Metern auch noch von China eingesammelt. Somit wurden wir am Ende Vierte. Besonders bitter war, dass wir China im Vorlauf bereits geschlagen hatten. Diese Niederlage mussten wir dann die nächsten drei Tage bis zur Abreise durch exzessives Erkunden des Chengduer Nachtlebens verarbeiten. Aber um ehrlich zu sein, waren die Rennen nicht das wichtigste oder spannendste an diesem Event. Am deutlichsten werden mir glaube ich die Begegnungen mit all den anderen Sportlerinnen und Sportlern aus den verschiedensten Disziplinen und Nationen in Erinnerung bleiben. Dieses Event bietet einfach ein viel besseres Format, um andere Menschen kennen zu lernen als eine Welt- oder Europameisterschaft.

Die nächsten World University Games finden 2025 in Deutschland in der Rhein-Ruhr-Region statt. Ich würde jeder*m DRC-Sportler*in empfehlen, zu versuchen, sich dafür zu qualifizieren!

Aaron Erfanian
runderblatt 2023



Sprachbarrieren und Siege

Baltic Cup vom 29. September bis 1. Oktober 2023

Am letzten Septemberwochenende fand in Hamburg Allermöhe der Baltic Cup 2023 statt. Pauline Seehafer vom HRC und ich, Marlène Njofang, hatten uns aufgrund unserer Saisonergebnisse im Zweier o. St. für den Baltic Cup qualifiziert. Zusammen mit Nike Utesch (Hamburger und Germania Ruder Club Hamburg) und Sophie Egger (RG München) sind wir dort im Vierer o. St. gestartet.

Als Vorbereitung auf den Baltic Cup fand im August ein deutsch-französischer Austausch in Mâcon statt. An dem Austausch nahmen alle deutschen Großboote teil, also der weibliche der männliche Vierer o. St. und beide Doppelvierer. Nach einer beschwerlichen Anreise und bei hohen Temperaturen absolvierten wir den Austausch, bei dem es außer dem Training besonders um das Kennenlernen der jeweils anderen Nation ging. Zu diesem Zweck war eine Sprachanimateurin da, die täglich in Gruppen mit uns Kennenlernspiele durchgeführt hat. Der Fokus lag dabei darauf, die Sprachbarrieren zu überwinden.

In Hannover fanden zur Vorbereitung weitere Trainingswochenenden für unseren Vierer statt. Anschließend ging es bestens vorbereitet zum diesjährigen Baltic Cup nach Hamburg. Samstag fanden die Rennen über 2.000 Meter statt. Meine Mannschaft konnte nicht nur im Vorlauf, sondern auch im Finale mit einem sicheren Gefühl den Sieg errudern. Weiter ging es Sonntag mit der 500 Meter-Distanz, bei der es dann doch knapper wurde. Mit einem Krebs am Start sind wir beim Vorlauf erst als drittes Boot über die Ziellinie gerudert. Mit einem entsprechend mulmigen Gefühl ging es dann ins Finale. Nach einem

Fotofinish hieß es dann aber auch Sonntag für uns Erster und Goldmedaille.

Zusammenfassend war das Wochenende für uns ein wertvolles und erfolgreiches Erlebnis, bei dem wir viel Spaß hatten und Motivation für die kommende Saison gesammelt haben. Unser besonderer Dank geht nicht nur für den Baltic Cup an Milan Dzambasevic, der nicht nur mit viel Geduld und Freude das Training im Vierer ohne übernommen hat, sondern Pauline und mir die Teilnahme am Baltic Cup durch sein Trainer-Dasein überhaupt ermöglicht hat. Danke Milan!

Marlène Njofang



Was macht eigentlich Carlotta?

Schwieriger Wiedereinstieg in den Hochleistungssport

Unsere Olympiateilnehmerin Carlotta Nwajide legte nach den Spielen in Tokio 2021 ein Pausenjahr ein und plante den Wiedereinstieg in die Rudersaison 2023. Das Wintertraining gestaltete sich jedoch wegen Krankheiten und Ausfällen schwieriger als erwartet. Trotzdem gelang Carlotta auf den Deutschen

Kleinbootmeisterschaften im Frühjahr mit Rang acht ein Achtungserfolg und der Anschluss an die Leistungsspitze. Sie wurde in den Selektionsprozess des Teams "Frauen Skull" einbezogen, musste dann

aber aufgrund weiterer Krankheiten die Saison vorzeitig beenden und noch mal pausieren. Eine nicht immer einfache Situation, "insbesondere auch mental", wie Carlotta auf ihrem Instagram Profil öffentlich machte.

Inzwischen ist sie wieder fit und trainiert. Nächstes Jahr will sie nach Paris. Die DRC-Clubfamilie wünscht Carlotta für das Vorhaben alles Gute und insbesondere Gesundheit.

Cathrin Boeckler



Tabuthema Gewalt im Sport?

Warum „Safe Sport“ so wichtig und was jede*r von uns tun kann.

Vorab: In diesem Text geht es um sexualisierte, physische und psychische Gewalt. Sollte es euch mit diesem Thema nicht gut gehen, lest diesen Text nur, wenn ihr euch bereit dafür fühlt oder holt euch eine vertraute Person dazu. Nach diesem Text findet ihr Hilfsangebote von Beratungsstellen zu diesem Thema.

Gewalt im Sport – an diesem Thema gibt es seit einiger Zeit kaum noch ein Vorbeikommen. So sorgte etwa die ARD-Dokumentation „Missbraucht – sexualisierte Gewalt im deutschen Schwimmsport“ für großes Aufsehen, in der der ehemalige Wasserspringer Jan Hempel den jahrelangen sexuellen Missbrauch durch seinen Trainer öffentlich machte. Kurz darauf warfen zahlreiche Handballerinnen einem ehemaligen Bundesliga-Trainer vor, er habe sie gedemütigt, gestalkt und sexuell bedrängt. Und auch der Rudersport ist nicht von diesem Thema gefreit. Das zeigte sich spätestens im vorletzten Jahr, als ein Berliner Rudertrainer nach dem sexuellen Missbrauch seiner jugendlichen Sportler zu einer dreijährigen Haftstrafe verurteilt worden war.

Gewalt im Sport als strukturelles Problem

Hierbei handelt es sich nicht um Einzelfälle, sondern vielmehr um ein strukturelles Problem im Sport. Ein Problem, das sich nicht nur in besonders schweren Fällen zeigt, sondern ebenso in alltäglichen Grenzverletzungen und -überschreitungen. Das haben insbesondere zwei Studien zu Gewalt im Leistungs- und Breitensport in den vergangenen Jahren bewiesen.

So ergab die „Safe Sport“-Studie der Sporthochschule Köln in Zusammenarbeit mit dem Universitätsklinikum Ulm aus dem Jahr 2016, dass von den über 1.500 befragten deutschen Kaderathlet:innen 30% physische Gewalt (z. B. Schütteln, Schlagen oder Würgen), 37% Formen sexualisierter Gewalt und 86% psychische Gewalt (z.B. Handlungen von Mobbing über Erniedrigung bis hin zur Androhung von körperlicher Gewalt) im Sport erlebt hatten. Dabei überschritten sich die

Gewaltformen häufig und betrafen alle Geschlechter.

Lange Zeit wirkte es so, als seien diese Zahlen ein Phänomen des Leistungssports. Besonders starke Macht- und Abhängigkeitsverhältnisse und der höhere Leistungsdruck schienen logische Erklärungen zu sein. Dass jedoch auch Breiten- und Vereinssport ein massives Problem mit interpersoneller Gewalt (unter diesem Begriff werden die verschiedenen Gewaltformen zusammengefasst) haben, machte im vergangenen Jahr die „SicherImSport“-Studie eindrücklich deutlich. Die Forschung baute dabei auf der „Safe Sport“-Studie auf, richtete den Fokus diesmal allerdings auf den Breitensport und befragte zu diesem Zweck 4.367 Sportvereinsmitglieder zu ihren Erfahrungen mit Gewalt. Die Ergebnisse sind dabei vergleichbar und ebenso schockierend: 63% der Befragten berichteten, dass sie Formen von psychischer Gewalt erfahren hatten, 37% gaben an, von physischer Gewalt betroffen gewesen zu sein. In Hinblick auf sexualisierte Gewalt zeigte sich, dass 26% von Formen ohne Körperkontakt und 19% von Formen mit Körperkontakt betroffen waren. Fast die Hälfte aller Befragten gab an, bereits mindestens zwei Formen von Gewalt erlebt zu haben.

Sportpolitische Meilensteine

Das alles ist schockierend und beängstigend. Es drängt sich beinahe die Frage auf: Gibt es überhaupt noch Hoffnung für den Sport? Dem sei entgegnet: Ja, und sie wird immer größer!

Sportpolitisch hat das Thema „Safe Sport“ enorm an Fahrt aufgenommen, was in erster Linie den vielen Betroffenen zu verdanken ist, die den Mut aufgebracht haben, mit ihren Erfahrungen an die Öffentlichkeit zu treten und auf die Missstände aufmerksam zu machen. Eine Stimme hat ihnen dabei vor allem der Verein Athleten Deutschland e.V. gegeben, der 2017 gegründet wurde und seitdem als einzige unabhängige Athlet:innenvertretung in Deutschland herausragende Arbeit geleistet hat.



Zu den wichtigsten strukturellen Meilensteinen gehört seitdem etwa, dass Sportverbände, Olympiastützpunkte und Sportinternate dazu verpflichtet sind, Schutzkonzepte vorzulegen und Ansprechpersonen zur Prävention von Gewalt zu benennen. Darüber hinaus wurde das Thema „Gewalt im Sport“ 2021 im Koalitionsvertrag verankert und dort insbesondere die langjährige Forderung von Athleten Deutschland nach der Schaffung eines unabhängigen Zentrums für Safe Sport aufgenommen. Ein solches Zentrum sollte aus Sicht von Athleten Deutschland über Expertise im Bereich der Prävention, Intervention und Aufarbeitung verfügen. Dabei soll es insbesondere als Anlaufstelle für Betroffene zur Verfügung stehen. Außerdem solle es an eine unabhängige Schiedsgerichtsbarkeit angebunden sein, die mit Durchgriffsrechten ausgestattet ist, um im Zweifelsfall Sanktionen aussprechen zu können. Denn auch, wenn es bisher schon Ansprechpersonen in den Verbänden gibt, sind ihre Handlungsmöglichkeiten begrenzt. Sie verfügen oft nur über wenig Möglichkeiten, um wirksame Interventionen einzuleiten. Nicht selten haben sie darüber hinaus selbst ein kollegiales

Verhältnis zu den Täter:innen und sind Teil der Organisationen, in denen Gewalt und Missbrauch stattfindet.



Über die konkrete Ausgestaltung des Zentrums für Safe Sport wurde deshalb von Beginn an intensiv diskutiert, wobei sich insbesondere Teile des organisierten Sports zurückhaltend und manchmal ablehnend zeigten. Die Gründe hierfür sind vielfältig – zentral sind sicherlich Schwierigkeiten, sich die Integritätsprobleme in der eigenen Organisation einzugestehen und im nächsten Schritt einen Teil der Autonomie im Sport abzugeben. Nach intensiven Aushandlungsprozessen zwischen Politik, dem organisierten Sport, der Wissenschaft und der Zivilgesellschaft, gibt es seit August 2023 einen konkreten Fahrplan für den Aufbau des Mamutprojekts Zentrums für Safe Sport. Das Zentrum soll mit umfassenden Kompetenzen für die Erfüllung seiner Aufgaben im Bereich Prävention, Intervention und Aufarbeitung ausgestattet werden. Dafür werden ihm jährlich rund sechs Millionen Euro zur Verfügung stehen. Geplant ist, dass das Zentrum 2025 seine Arbeit aufnimmt und ein Jahr später mit voller Kapazität in den Regelbetrieb startet.

Vor dem Hintergrund, dass bis dahin interpersonelle Gewalt weiter zum Trainingsalltag von Athlet:innen gehören wird, hat Athleten Deutschland vor über

einem Jahr die Beratungsstelle „Anlauf gegen Gewalt“ gegründet. Das Angebot richtet sich dabei vor allem an Kaderathlet:innen, die dort eine Beratung erhalten und denen bei Bedarf psychotherapeutische und rechtliche Hilfe vermittelt werden kann. Dass „Anlauf gegen Gewalt“ innerhalb eines Jahres über 150 Anfragen erreicht haben, zeigt eindrücklich, wie dringlich notwendig professionelle und unabhängige Hilfe ist. Dies hat auch die Politik erkannt und auf der Sportminister:innenkonferenz im vergangenen Jahr den Verein „Safe Sport e.V.“ gegründet. Aus dem Verein ist die unabhängige Beratungsstelle des Bundes für Betroffene von Gewalt aus dem Breiten- und Leistungssport entstanden, die seit Juli für Beratungen erreichbar ist.

Was können wir im DRC tun?

Das alles macht Hoffnung, ändert aber gleichzeitig nicht, dass Gewalt im Sport ein strukturell tief verankertes Problem im Breiten- und Spitzensport ist. An dieser Stelle sind wir gefragt und sollten uns individuell und als Verein die Frage stellen, was wir tun können?

Hierzu gehören zunächst ein grundlegendes Problembewusstsein und die selbstkritische Erkenntnis, dass Gewalt im Sport überall – auch in unserem Verein – vorhanden ist. Die Studien haben dabei gezeigt, dass das Gewaltisiko in Vereinen, in denen eine „Kultur des Hinsehens“ vorhanden ist, deutlich reduziert wird. Zu einer solchen Kultur gehört, dass wir nicht wegschauen, wenn wir Gewalt und grenzverletzendes Verhalten beobachten oder erfahren. Es ist dabei wichtig, diese Verhaltensweisen entweder direkt anzusprechen oder einer vertrauten Person davon zu erzählen. Es geht außerdem darum, sich persönliche Grenzen klarzumachen, zu wissen, dass man jederzeit „Nein“ sagen darf und immer die Möglichkeit besteht, mit jemandem über das Erlebte zu sprechen. Beratungsstellen findet ihr am Ende des Textes.

Für unseren Verein ist es wichtig, dass es verbindliche Regeln im Umgang mit Fällen von Gewalt gibt, die in einem Schutzkonzept festgelegt und in Zukunft auch in der Satzung verankert werden. Außerdem sollten wir Vertrauenspersonen im DRC aufstellen, die als direkte Ansprechpartner:innen zu diesem Thema zur Verfügung stehen.

Eine kleine Gruppe hat sich bereits aufgemacht und sich in mehreren Treffen mit

dem Thema Safe Sport im DRC beschäftigt. Zuletzt haben wir die Arbeit im sogenannten Tandemprogramm der Niedersächsischen Sportjugend aufgenommen und werden in diesem Prozess umfassende Schutz- und Interventionsmaßnahmen für den DRC etablieren. Darüber hinaus wollen wir nach Jahrzehnten endlich den Missbrauchsfall im DRC professionell aufarbeiten.

Wir wollen das Thema im kommenden Jahr weiter voranbringen und freuen uns, wenn ihr daran mitarbeiten möchtet. Sprecht Gesa Lindenau oder mich gerne persönlich an oder schreibt eine Mail an safesport@drc1884.de.

Leon Knaack

Falls ihr Hilfe benötigt, wenn ihr Gewalt erfahren oder miterlebt habt, könnt ihr euch an folgende Organisationen wenden. Jede Erfahrung, mit der ihr euch unwohl fühlt, ist wichtig genug, um darüber mit jemandem zu sprechen. Euch Hilfe zu suchen ist kein Zeichen von Schwäche, sondern mutig und euer gutes Recht!

Safe Sport e.V.

Von Gewalt und Missbrauch betroffene Breitensportler*innen können sich an die Ansprechstelle des Safe Sport e.V. wenden. Die Ansprechstelle ist telefonisch unter 0800 11 222 00 erreichbar (Mo-Mi 10-12 Uhr, Do 15-17 Uhr). Auf Wunsch kann eine Beratung (online oder vor Ort) vereinbart werden.

Anlauf gegen Gewalt

Anlauf gegen Gewalt ist deine unabhängige Anlaufstelle, wenn du körperliche, psychische oder sexualisierte Gewalt im Spitzensport erlebst oder erlebt hast. Wir hören dir zu und begleiten dich – anonym und vertraulich. Telefonisch unter [0800 90 90 444](tel:08009090444) (Mo-Mi 9-13 Uhr · Di & Do 16-20 Uhr) oder per Mail an kontakt@anlauf-gegen-gewalt.org.

Hilfe-Portal Sexueller Missbrauch

Im Hilfe-Portal Sexueller Missbrauch findest du ein Hilfe-Telefon 0800 22 55 530 und ein Online-Beratungsangebot für Jugendliche und Erwachsene.

Telefonseelsorge

Die Telefonseelsorge ist 24 Stunden, 365 Tage im Jahr für dich da. Unter 0800 111 0 111, 0800 111 0 222 oder 116 123 sowie Online erreichst du jederzeit Personen, die dir zuhören und dich auffangen.

Nummer gegen Kummer

Telefonisch unter 116111 und per Chat hilft dir die Nummer gegen Kummer in jeder Krisensituation.

Medizinische Versorgung

Krankenhäuser bieten nach Gewaltdelikten medizinische Soforthilfe und vertrauliche Spurensicherung. Eine Anzeige erfolgt nicht. Krankenhäuser in deiner Nähe findest du im Internet unter dem Stichwort »Medizinische Versorgung nach Gewaltdelikten« und deinem Wohnort.

Erfolgreich auf dem Baldeneysee

Meisterschaften der U17 | U19 | U23 in Essen



Im zweiten Vierer o. St. von unten: Paula Becher und Fiona Heidemann im Mittelschiff

Die Deutschen Jahrgangsmeisterschaften U17/19/23 fanden dieses Jahr Ende Juni für vier Tage auf dem Essener Baldeneysee statt.

Nachdem die Anreise geschafft war und erste Trainingskilometer bereits am Mittwoch gesammelt wurden, starteten traditionell am Donnerstagmorgen die Wettkämpfe mit den Rennen der B-Juniorinnen und B-Junioren über 1.500 Meter. Gezeichnet von Regen und heftigen Unwettern wurden schon am Donnerstag erste Rennen auf den Folgetag verlegt, um faire Wettkämpfe zu ermöglichen. Einige Sportler:innen bekamen dadurch einen unerwarteten freien Tag, der die Leistungen aber nicht schmälern sollte.

Im Junior-B-Bereich ist der DRC mit fünf eigenen Sportler:innen in acht Bootsklassen und teils in Renngemeinschaft mit anderen Vereinen aus Niedersachsen an den Start gegangen. Max Broermann und Sascha Lorenz gingen wie auch alle anderen Sportler:n:n der Junior-B-Klasse des DRC in gleich zwei Bootsklassen an den Start. Im leichten Doppelzweier konnten sie sich über einen starken Hoffnungslauf einen Platz im

Halbfinale erkämpfen und wurden im leichten Junior B Doppelzweier schlussendlich Dritter im B-Finale. In ihrer zweiten Bootsklasse, dem leichten Doppelvierer der B Junioren, hatten sie gemeinsam mit ihren Partnern vom HRC nach gewonnenem Vorlauf die Medaillen als Ziel für das A-Finale klar im Blick und konnten sich dann am Finaltag belohnen. Sie erreichten den dritten Platz und damit Bronze in ihrem letzten Jahr in der U17 Kategorie.

Ebenfalls im leichten Bereich an den Start gegangen war Lea Scherenberg, die den DRC im Einer- und Doppelzweier der B-Juniorinnen vertrat. Nachdem sie im Vorlauf des Einerrennens noch für einen kurzen Schreckmoment gesorgt hatte, als sie mehr oder weniger freiwillig die Temperatur des Essener Baldeneysees überprüfte, konnte sie sich im Hoffnungslauf zurückmelden, gewann diesen und qualifizierte sich dann über das Halbfinale für das Finale A, wo sie in einem kämpferischen Rennen den sechsten Platz belegte. In Renngemeinschaft mit Celle fuhr Lea knapp hinter den Medaillenträgern auf den vierten Platz.

Im Schwergewichtsrudern der B-Junioren waren Merle Schleef und Enno Becher unterwegs.

Merle ging sowohl im Doppelzweier, als auch im Doppelvierer an den Start, womit sie sich in beiden Bootsklassen für das A-Finale qualifizieren konnte. Nach zwei harten Rennen am Finaltag sprang ein sechster Platz im Doppelvierer und ein stark umkämpfter fünfter Platz im Doppelzweier heraus.

Enno fuhr im Niedersachsenachter und konnte mit diesem den fünften Platz im A-Finale belegen. Im Vierer wurde er leider von weniger Glück begleitet. Nach einem harten Hoffnungslauf musste er sich hier der Konkurrenz geschlagen geben.

Bei den A-Junioren gingen drei Sportler:innen an den Start. Marlene Njofang und Alexandra Kasterina waren im schweren Riemen bzw. Skullen unterwegs, Cara Sue Lüdemann im leichten Einer und Doppelvierer.

Alexandra schaffte es auf den dritten Platz im B-Finale und wird von nun an als Kindertrainerin im DRC zu finden sein.

U23



Anna Schiefer (links), Lea Schneider (Kettwiger RG)



Lgw.-Doppelvierer mit Anna Schiefer (rechts)

BÄM! Doppelsilber für unsere Anna!



Fiona Heidemann und Paula Becher (rechts)



Paula Becher (4.v.l.) und Fiona Heidemann (3.v.r.)

Silber im Vierer o. St. und Bronze im Achter! Coole Sache!

Marlene ging im Zweier ohne und im NRW Achter an den Start. Nach guten Ranglistenergebnissen ging es im Zweier ohne gemeinsam mit Pauline Seehafer vom HRC für Marlene um Medaillen. Nach starkem Einstand mit gewonnenem Vorlauf und einem zweiten Platz im Halbfinale wurde es schließlich im A-Finale der vierte

Platz. Im Achter erreichte Marlene nach zweitem Platz im Bahnverteilungsrennen ein vierter Platz im Finale.

Leichtgewicht Cara Lüdemann sorgte für die erste Medaille bei den A-Juniorinnen, indem sie ihr starkes Ergebnis aus dem Vorjahr bestätigte und nach starkem

Vorlauf und Halbfinale Bronze im leichten A-Juniorinnen Einer gewann. Im leichten Doppelvierer wurde der vierte Platz.

Auch im U23-Bereich konnten dieses Jahr einige Medaillen abgeräumt werden. David Erfanian und Jonas Schleef gingen im Zweier ohne der Leichtgewichte ins Rennen



Aaron Erfanian



Aaron Erfanian (rechts)

Silber im Einer und im Doppelvierer, das soll mir mal einer nachmachen :-)



David Erfanian und Jonas Schleef

Mit uns auf dem Silber-Rang im Lgw.-Zweier o. St. hat sicher im Vorlauf kaum einer gerechnet!

und erreichten in einem umkämpften Finale die Silbermedaille in ihrem ersten U23 Jahr.

Leichtgewicht Anna Schiefer gewann Silber im Doppelvierer. In einem spannenden und eng umkämpften Rennen gelang es ihr und Lea Schneider (Kettwiger RG) ebenfalls auf den Silberrang zu rudern und sich damit für die U23-WM zu qualifizieren.

Auch Fiona Heidemann und Paula Becher konnten sich für die WM qualifizieren. Das eingespielte Duo ging im Vierer-ohne und Achter an den Start. Durch die Silbermedaille im Vierer ohne erreichten sie die erhoffte Qualifikation. Zusätzlich ging es für die beiden noch im Achter an den Start, in dem sie zu Bronze ruderten. Den Abschluss setzte Aaron Erfanian, der im Einer und Doppelvierer startete. Im Doppelvierer erreichte die Mannschaft um

Aaron die Silbermedaille und auch im Einer sollte es erneut der zweite Rang und Silber werden, was nach dem Saisonverlauf schon eine Überraschung war und Aaron die Teilnahme am der U23-WM als Ersatzruderer sicherte.

Der DRC kann also auf eine durchaus sehr erfolgreiche Saison zurückblicken.

Merle und Jonas Schleef

U19



Bronze im Lgw.-Einer für Cara Sue Lüdemann



Marlène Njofang (rechts) zweimal Rang vier im Zweier o. St. und im Achter

U17

Bronze im Lgw.-Doppelvierer mit Max Broermann (2.v.l.) und Sascha Lorenz (3.v.l.)

Bild unten: Aenne zum Felde (TSV Otterndorf) mit Merle Schleef erreichten Platz fünf

Merle landete zusätzlich im Niedersachsen-Doppelvierer m. St. mit Coralie Hesse als Steuerfrau auf Rang sechs



Unten: Lea Scherenberg erreichte Platz sechs im Lgw.-Einer. Zusätzlich konnte sie einen vierten Platz im Lgw.-Doppelzweier erreichen.



Christian „Otto“ Held im Gespräch mit unseren Freunden aus der Ukraine

Gelebte Solidarität

Sportler*innen aus der Ukraine

Die DRC-Clubfamilie ist gewachsen und sie ist reicher geworden. Reicher an vielen Erfahrungen und Emotionen und reicher an Menschen mit Hoffnungen und Wünschen aus einem osteuropäischen Land, das uns bis vor zwei Jahren noch sehr fern war. Aus der sportlichen Solidarität mit den vor dem russischen Angriffskrieg geflüchteten Ukrainer:innen haben sich in den vergangenen fast 22 Monaten persönliche Freundschaften und ein harmonisches Miteinander entwickelt.

Inzwischen sind viele unserer zehn ukrainischen Mitglieder bei der Wohnungssuche erfolgreich gewesen und konnten so aus den Flüchtlingsunterkünften ausziehen. Ein großer Dank gebührt dabei den DRC-Mitgliedern, die durch ihre beruflichen

Kontakte dies tatkräftig unterstützten und ermöglichten.

Der Zusammenhalt untereinander und die gegenseitige Hilfe innerhalb der DRC-Clubfamilie ist erfreulicherweise ungebrochen groß. Dabei ist auch der Spaß. Die anfängliche Sprachbarriere löste sich durch den unermüdlichen Einsatz einiger Mitglieder mit Sprachqualifikationen und des Lerneifers der Ukrainer:innen Zusehens auf. Dank dafür vor allen an Anton, Artem und seine Schwester Alexandra.

Sportlich sitzen aktuell an den winterlichen Wochenenden im Leistungs- und inzwischen auch im Breitensport alle in einem Boot und es werden gemeinsam Pläne geschmiedet für die kommende

Wettkampfsaison. Erneut ist bei den Männern ein Start bei der Royal Henley Regatta im Gespräch. Talent Pavlo arbeitet daran, noch einmal im U23-Wettkampfbereich auf höchstem sportlichem Niveau anzutreten.

Mit ihrer Entscheidung, bis auf weiteres in Hannover zu bleiben, müssen vor allem die jungen Männer, die altersmäßig aus der U19-Nationalmannschaft herausgewachsen sind, drastische persönliche Konsequenzen akzeptieren. Mit ihrem nun auf Dauer angelegten Aufenthalt in Deutschland geht einher, dass sie ihre Heimat und ihre Familienmitglieder und Verwandten in der Ukraine auf unbestimmte Zeit nicht besuchen können. Für die 18- und 19-jährigen Männer bedeutet ihr Entschluss de-facto tiefgreifende und richtungsweisende Entscheidungen für ihren weiteren persönlichen und beruflichen Lebensweg. Entscheidungen, die ihnen im Rahmen der traurigen und aufgezwungenen Gesamtumstände des Angriffskrieges auf ihr Land sichtlich schwerfallen und die sie merklich beschäftigen. Alle bangen überdies weiterhin täglich um Leben und Gesundheit ihrer Familien, Verwandten und Freunde in den direkt von Krieg betroffenen, schwer zerstörten und teils okkupierten Heimatregionen Mykolaiv, Cherson, Saporischja und Luhansk. Nicht zuletzt deshalb ist unsere gelebte Solidarität in der Clubfamilie weiterhin wichtig!

Christian Otto Held



Eine wilde Saison ...

Saison der Juniorinnen und Junioren

Nach drei Jahren voller Sorgen um Corona war endlich ein Ende in Sicht. Diese Saison war die erste, in der sich weder die Athlet:innen noch die Trainer um Corona und die dazugehörigen Maßnahmen kümmern musste. Jedoch war die Gesundheit weiterhin ein größeres Hindernis für einige der Juniorinnen und Junioren.

Dieses Jahr gab es eine erstmalige Förderung von der Firma Volkswagen Financial Services, bei der sich der DRC erfolgreich mit seinen Sportlerinnen angemeldet hat und sich vieles mit der Förderung erleichtern konnte. Dafür sind die Mädels im März nach Braunschweig gefahren und haben viele andere Sportlerinnen und Sportler, und auch Sportarten kennengelernt. Auch wurde dadurch mehr auf Social Media gepostet und unsere Athletinnen besser unterstützt und gezeigt.

Die Langstrecken in Hildesheim und Dortmund waren der Auftakt für die Saison. Hier bildeten sich bereits die ersten Renngemeinschaften und performten. Damit begann auch der typische Stress durch die ganzen Ergo-, Lauf- und weiteren Tests. Vier unserer A-Juniorinnen konnten im Anschluss eine Woche mit ihren Trainern Milan Dzambasevic und Frederik Stoll ein Trainingslager in Portugal verbringen, wo

sie sich auf die weitere Saison vorbereiteten.

Die deutschen Ergomeisterschaften brachten einige persönliche Bestzeiten und auch einige Plätze auf dem Siebertreppchen ein, vor allem bei unseren Leichtgewichtigen Sascha Lorenz und Cara Sue Lüdemann, welche beide eine Bronzemedaille errudert haben.

Die Langstrecke in Oberhausen brachte sowohl für die B-Junioren Sascha und Max Broermann im leichten Doppelzweier ein Sieg als auch für B-Juniorin Merle Schleaf im Einer. Lea Scherenberg ist ebenfalls im Einer Vierte geworden und A-Juniorin Cara ebenfalls. Alexandra Kasterina und Veronika Leis sind ebenfalls im A-Einer gestartet und haben die Plätze sieben und acht errudert. Marlène Njofang und ihre Zweierpartnerin Pauline Seehafer vom HRC sind auf dem sechsten Platz durchs Ziel gekommen.

Das Oster-Trainingslager, welches das erste nach der Corona Krise war, wurde dieses Jahr in Berlin im Ruderclub Phönix verbracht, wo trotz einiger stark aggressiver Schwäne gutes Training absolviert wurde. Ebenso wurde die Gemeinschaft zwischen dem HRC, die ebenfalls ihr Trainingslager in Berlin verbracht hatten, und dem DRC und



Cara Sue Lueademann siegt in Rgm. in Köln

generell der Zusammenhalt der Junior:innentruppe gestärkt. Aus diesem Trainingslager ist Cara zur Langstrecke in Leipzig gefahren, Alexandra ist verletzungsbedingt ausgefallen. Cara belegte dort Platz 21.

Damit waren die Ergoeinheiten und Langstrecken fürs Erste vorbei und die richtige Regattasaison konnte starten. Die erste Regatta war der Frühtest in Brandenburg. Cara und Alexandra starteten im Einer, Marlène im Zweier und Vierer o. St. Marlène hat es auf den 18. Platz geschafft.

Für alle anderen war die erste Regatta, die auf dem Münsteraner Aasee, wo besonders die B-Junior:innen starteten. Dort wurden einige Medaillen errudert und einige Renngemeinschaften ausprobiert. Hier legten Sascha und Max im gesteuerten Doppelvierer mit Jonathan Neuer, Robin Weiß und Steuerfrau Luise van der Beck, und auch verschiedene Doppelzweier-Kombinationen am Siegersteg an. Merle tat dies im Einer und in ihrem von Coralie Hesse gesteuerten Doppelvierer mit Yaroslava Kravchenko vom HRC, Aenne zum

Alexandra Kasterina (Bug) mit Dina Damaske (CR Tegel)

Merle Schleaf (Schlag) mit Aenne zum Felde (TSV Otterndorf) siegreich in Hamburg





U19-Vierer o. St. der Ukraine bei den Europameisterschaften



Lea Scherenberg in Köln am Siegersteg

Felde vom Team Nordwest und Charlotte Kanne aus Hann.-Münden.

Bei den nächsten Regatten teilte sich die Gruppe leicht auf. Cara und Fabienne Hesse und Marlène mit Pauline im Zweier ohne nahmen an der internationalen Regatta in München teil.

Der Rest der Gruppe ruderte zur gleichen Zeit in Bremen, wo jede Sportlerin und jeder Sportler der Trainingsgruppe am Siegersteg anlegen konnten. Besonders die leichten B-Junioren Max und Sascha besuchten diesen jedes Mal im Doppelzweier und im gesteuerten Doppelvierer mit Kenzo Hellgardt, Jonathan und Luise vom HRC.

Bei den A-Juniorinnen legten Veronika und Alexandra im Doppelzweier ebenfalls am Siegersteg an. Alexandra gewann im Doppelzweier auch mit ihrer neuen Renngemeinschaft Dina Damaske vom RC Tegel, wodurch sich ihr Boot für die restlichen Regatten bildete.

Dann ging es für alle Juniorinnen und Junioren zu der Regatta in Köln, wo auch einige am schönsten Ort Kölns anlegten: am Siegersteg. Dies taten Lea im Leichtgewichts-Einer, Cara im Doppelvierer mit ihrer Renngemeinschaft aus Berlin und Neuss sowie Marlène mit Pauline im Zweier. Alle anderen sammelten weitere Wettkampferfahrungen und lernten ihre Stärken und Schwächen kennen.

Zur gleichen Zeit ging es für die U19 Ukrainer, die am DRC trainiert haben, zur U19 EM in Frankreich. Sie starteten im Vierer mit Steuerfrau Diana und den Sportlern Andrii, Maksym, Bodhan und Volodymyr. Allerdings mussten sie ziemlich einstecken. Es startete ebenfalls ein ukrainischer Juniorinnenachter, den das

DRC-Mitglied Pavlo Subit steuerte. Im Bug saß die B-Juniorin Yaroslava, die mit Merle Anfang der Saison noch im Doppelvierer saß und dann jedoch in den Achter gewechselt war.

Mit der internationalen Regatta in Hamburg kam auch die letzte Regatta vor den deutschen Meisterschaften und somit die Motivation und Anspannung der Trainer und Athletinnen und Athleten. Bei den A-Juniorinnen ist Cara krankheitsbedingt ausgefallen. Alexandra ist in drei Bootsklassen gestartet und hat eine Medaille im Einer errudert. Mit Veronika, einer Hamburgerin und der Renngemeinschaft aus Berlin ist sie einen Vierer gefahren. Auch hat Veronika im Einer den fünften Platz im gesetzten Lauf erreicht. Marlène ist in der Rangliste gestartet, im ersten gesetzten Lauf wurde sie im Vierer Dritte. Im Achter musste sie sich mit einem vierten Platz zufrieden geben. Bei den B-Juniorinnen und Junioren gewannen unsere Luftis, so wurden Sascha und Max von allen genannt, mit ihrem gesteuerten Doppelvierer und ihren Mitstreitern vom HRC. Merle legte ebenfalls am Siegersteg in ihrem Doppelzweier mit Aenne zum Felde vom Team Nordwest an. In ihrem von Coralie gesteuerten Doppelvierer mit Aenne, Charlotte vom Mündener Ruderverein und Emma Kulak vom Ruderverein Humboldtshule Hannover erruderten sie einen guten dritten Platz. Lea hat mit ihrer Partnerin Emilie Ricker aus Celle im leichten Doppelzweier den zweiten Platz und im Einer den vierten Platz besetzt. Enno Becher wurde im Einer Vierter.

Die deutschen Meisterschaften waren bei den meisten erfolgreich und beinahe alle,

Trainer sowie Sportlerinnen und Sportler, sind zufrieden aus Essen nach Hause gefahren. Marlène hat sich mit Pauline durch gute Leistungen für den Baltic Cup qualifiziert und ist dort erfolgreich mit ihrem Vierer ohne mit Pauline, Nike Utesch aus Hamburg und Sophie Egger aus München angetreten.

Diese Saison hat den Trainern, Sportlerinnen und Sportlern viel mitgegeben. Seien es einfache Trainings- und Wettkampferfahrungen, das Mitdenken für andere, der Umgang mit brütenden Schwänen oder auch das Achten auf den eigenen Körper.

Ein großer Dank geht an die Trainer Milan Dzambasevic, Frederik Stoll, Paul Peter und Malte Engelbracht!

Alexandra Kasterina

Max Broermann (Schlag) und Sascha Lorenz (RVB)



Saison der Kinder

Kindergruppe im DRC



Malte (links) erreicht beim DRC-Ergocup Platz 2

Wie jedes Jahr wechseln nach den Sommerferien die ältesten Kinder der Kindergruppe in die U17-Gruppe und wir bekommen viele neue, ruderinteressierte Kinder in unsere Gruppe. Da der Sommer '22 der erste „Post-Corona“ Sommer war, war der Andrang hoch und Saskia Oertling, Lara Popp und ich, Ole Peter, konnten eine mehr als 25 Kinder starke Gruppe betreuen. Die Zeit zwischen den Sommerferien und den Herbstferien dient alljährlich dem Ausbilden und Aufnehmen neuer Kinder. Wenn wir die Kinder dann an das Rudern und den DRC herangeführt haben, kann nach den Herbstferien mit dem Anfang unseres Wintertrainings das richtige Rudertraining und -leben beginnen.



Lgw.- Doppelzweier beim BW mit Colin und Clemens

Bedingt durch die Ganztagschule und auch den Verpflichtungen der Trainerinnen und Trainer an Studium und Arbeit können wir in den Wintermonaten unter der Woche nicht aufs Wasser. Damit die Kinder trotzdem fit bleiben bzw. werden und Spaß haben, gehen wir nicht immer nur aufs Ergometer, sondern trainieren jeden Montag in einer Schulsporthalle. Hier werden Ball- und Laufspiele gespielt, die Kinder lernen Tabata kennen, müssen Laufleitern bestreiten, Hindernisparcours laufen, Körperspannungszirkel absolvieren und -sehr wichtig- viel Zahlenfußball und Zombieball spielen.

Für die älteren Kinder geht es dann immer mittwochs in den Krafraum und sie lernen die Hantelstangen kennen. Kniebeugen, olympisches Gewichtheben, Bankdrücken und Co. sind wichtige Kraftübungen im Rudersport und hier sollen die Kinder schon einmal lernen, wie man diese ausführt.

Natürlich wird aber auch intensiv für unseren alljährlichen DRC-Ergocup trainiert. Hierfür geht es unter lautstarken Begeisterungsrufen der Kinder immer freitags auf die Ergometer. Und um die Ruderbewegung auch in der kalten Jahreszeit zu verbessern, wird am Samstag auch bei kalten Temperaturen und bei Wind in Doppelzweiern und Doppelvierern gerudert.



Doppelzweier beim BW mit Malte und Richard

Bei unserem Ergocup sind dieses Jahr die 13 und 14 Jahre alten Kinder über 1.000 Meter für den DRC an den Start gegangen und unsere Jüngsten über 350 Meter. Sie konnten hier ihre erste wahre Wettkampfluft schnuppern. Besonders hervorstechen konnte Malte Brackhahn, der bei den schweren 14-jährigen Jungen auf den zweiten Platz gerudert ist. Zusätzlich zu ihren Einzelstarts sind die Kinder in Viererstaffeln über 2.000 Meter an den Start gegangen. Hier muss immer ein Kind 500 Meter rudern und dann das Ergometer an das nächste Kind übergeben. Damit der Wechsel schnell von stattem gehen kann, werden die Fußschlaufen an den Ergometern komplett geöffnet und jeweils ein Kind hält mit dem Schlaufenband den Fuß auf dem Ergo und lässt ihn dann zum Wechsel los. Da aber jedes Kind sowohl Ruderer als auch Festhalter ist, müssen auch die Festhalteplätze getauscht werden. Formel 1 Boxenstopps brauchen weniger Finesse als Kinderergostaffeln.

Dieses Jahr konnten sich bei den 13- und 14-jährigen Jungs unser Team um Malte, Richard Janz, Janus Lippke und Clemens Raschke mit vierzehn Sekunden Vorsprung den Sieg sichern.

Bis zu den Osterferien trainierten wir weiter in der Halle und auf den Ergos. Nach den Osterferien ging unser Sommertraining wieder los, was bedeutete, dass wir montags, mittwochs, freitags und samstags auf dem Wasser waren. Hier haben sich dann auch die Boote, die beim Landesentscheid an den Start gingen, gebildet: Ein schwerer Jungen-Doppelzweier 13/14 Jahre mit Malte und Richard, ein leichter Doppelzweier 13/14 Jahre mit Clemens und Janik Matthaei und ein Mixed Doppelvierer 13/14 Jahre mit Klara Starke, Rabiya Hohensee, Thees Jakob Scheffermann, Janus Lippke und Steuermann Dorian Kayser.

Aber auch der Rest der Gruppe war bei den Regatten in Bremen und Otterndorf dabei. In Bremen konnte der Mixed-Doppelvierer seinen ersten Sieg einrudern und für unsere Gruppe an Jünglingen gab es die



Kindergruppe beim Bundeswettbewerb in Brandenburg a.d.Havel Kindergruppe bei der Regatta in Otterndorf

ersten Regattaerfahrungen in Slalom und Sprintrennen. In Otterndorf konnten Felix Podworny und Heinrich Starke im Doppelzweier ihren ersten Sieg ihrer Ruderkarriere einholen.

Der Landesentscheid, die Qualifikationsregatta für den Bundeswettbewerb (BW), fand dieses Jahr in Scharnebeck am Schiffshebewerk statt. Neben den drei Kinderbooten sind hier auch einige Juniorinnen von uns in offenen Rennen an den Start gegangen. Juniorin Gesa Brackhahn konnte hier ihr Einerrennen hier für sich entscheiden. Der Landesentscheid wird über zwei Distanzen ausgefahren:

3.000 Meter und 1.000 Meter. Das siegreiche Boot der beiden Rennen qualifiziert sich für den BW. Wenn beide Rennen vom selben Boot gewonnen werden, dann qualifiziert sich das zweitplatzierte Boot der Langstrecke. Unser Mixedvierer erreichte leider in beiden Rennen den dritten Platz und hat sich damit leider nicht qualifiziert, unsere beiden Doppelzweier haben sich allerdings beide mit einem zweiten Platz auf der Langstrecke für den BW in Brandenburg an der Havel qualifiziert.

Leider war Janik das Glück nicht hold. Er erkrankte am Tag vor der Abreise zum BW.

Mit Colin Scott von Hermann Billung Celle als Ersatzmann konnte der leichte Doppelzweier doch noch an den Start gehen. Leider hat sich ihre Unerfahrenheit im gemeinsamen Boot gezeigt, weshalb sie sowohl auf den 3.000 Meter als auch auf den 500 Meter das Feld nach hinten abgesichert haben - die 1.000 Meter Strecke wurde wegen Wind und Welle auf 500 Meter verkürzt. Bei Richard und Malte im schweren Doppelzweier sah es besser aus, und sie konnten auf beiden Distanzen jeweils den 16. Platz aus 27 Booten belegen.

Ole Peter

Felix und Heinrich siegen in Otterndorf

Mixed Doppelvierer m. St.



Ein Nashorn, ein Kampfterrier und acht Dolbayobi auf der Themse

Bericht der zweiten Wettkampfebene „Henley Truppe“

Brügge - Budapest - Berlin - Gent - Ratzeburg - Henley - Köln.

Das waren die Haltestellen der Henley-Truppe für die Saison 2023. Als das Training im Spätherbst 2022 begann, war noch nicht ersichtlich, in welcher Bootsklasse die älteste Traditionsregatta der Welt von Seiten des Deutschen Ruderclubs bestritten wird. Ein Kern aus einem Vierer m. St. war zu erahnen, weshalb das Training auch erstmal so ausgelegt wurde. Dass sich noch ein voller Achter bilden würde, war bis zum Brügge Boat Race im März nicht zu erahnen. Es war das auch das erste Mal, dass ein Clubachter vom DRC an den Start auf der Themse ging.

Kurz gefasst bildete sich der Achter aus der Idee, mit möglichst vielen Jungs des ehemaligen ukrainischen U19-Nationalachters, der im Frühjahr 2022 zu uns geflüchtet ist, zusammen zu trainieren. Dieses enge Miteinander steht als Symbol der Solidarität des Deutschen Ruderclubs zur Ukraine im Krieg gegen Russland und führte zu einem regen und äußerst interessanten Austausch zwischen den beiden Kulturen über den Rudersport hinaus.

Die Kerngruppe bestand den Winter über aus fünf Sportlern und einem Trainer: Lars Hildebrand, Cornelius „Kurby“ Dietrich, Tom-Otis Brandes und mir, Artem Kasterin, an den Riemen. Jana Hülsmeier hatte die Steuerseile im Griff und Milan Dzambasevic begleitete im Motorboot. So wurde bis zum

Saisonauftritt beim Brügge Boat Race trainiert, wo die Idee entstand, mit dem Team der Ukrainer in Budapest den Achter mal auszutesten. Am Ende der Saison durften sich neun Sportler und drei Trainer Teil des Projektes nennen. Das waren von Bug zu Heck aufgezählt Finn „Zwei-Mal-gegen“ Lindemann, Roman „Felge“ Pokryshka, Yevhen „Jochen“ Sotnikov, Pavlo „Pascha“ Bolotov, Roman „Nemecz“ Rudenko, Kurby, Tom und ich wieder an den Riemen. Steuerfrau Jana Hülsmeier hat zum größten Teil das Krafttraining überwacht und zu Milan als Trainer stiegen die beiden ukrainischen Trainer Mikhailo Getmansev und Vitali Raievskyi mit ins Motorboot.

Abgesehen von dem ständigen „auf-die-Schlagzahluhr-schauen“ hatte ich als

Der Henley-Achter in Führung gegen Leeds Rowing Club: (v.r.n.l.) Jana, Artem, Tom, Kurby, Roman, Pascha, Jochen, Roman, Finn.





Die Mannschaft mit den Fans vor Ort bereit für Teil 2 von der Henley-Experience.

Schlagmann eine besondere Aufgabe. Mit Russisch als Muttersprache war ich stets bemüht, nach Kräften sowohl auf dem Wasser als auch an Land zu dolmetschen. Zumindest hat es für den Anfang gewisse Dinge enorm erleichtert, da schließlich in beide Richtungen Anweisungen übersetzt werden mussten, die sofort im Training umgesetzt wurden. Das Training selbst unter teilweise ukrainischer Anleitung war auch ein Erlebnis. In Grundzügen recht ähnlich zu unserem Training, gab es doch häufig Übungen, Techniken und andere Details, die auf interessante Arten und Weisen die unterschiedlichen Trainings-Mentalitäten hervorhoben. Das ist eine Erfahrung, die ich sehr wertzuschätzen weiß.

Mit noch leicht veränderter Besetzung in Budapest am Start war das Ziel für Henley gesetzt, nämlich den Thames Challenge Cup, also die (Männer-)Clubachter-Kategorie in Henley, mit einem starken deutsch-ukrainischen Männerachter zu bestreiten. Das war in jeder Hinsicht eine Herausforderung für das gesamte Team. Krankheitsfälle und Verletzungen, Kommunikationsschwierigkeiten und Probleme bei der Trainingsplanung, Probleme bei der Beschaffung eines Bootes oder gar der Visa für die Einreise machten die Organisation für den Wettkampf nicht leicht. Ich selbst hatte mein Visum erst drei Tage vor Abreise in den Fingern und mein linker Daumen war die halbe Saison über gebrochen.

Nach der Langstrecke in Budapest gab es noch zwei Termine, bei denen man den Gegnern für Henley die Flagge unseres Vereins präsentieren konnte. Wir wussten, dass die Karten nach den Ergebnissen bei der Gent International Spring Regatta und auf der Internationalen Ruderregatta Ratzeburg gar nicht so schlecht standen. Die Mannschaft machte sich also in der letzten Juni-Woche guter Dinge auf zur britischen Insel.

Im Kontrast zu den meisten Regatten mit ausgeklügelten Wettkampfsystemen geht es in Henley etwas härter zur Sache. Es wird im K.O.-System ein gegen ein gefahren. Die Strecke beträgt anstatt der olympischen 2000 Meter genau eine Seemeile und 550 Yards. Das sind 2112 Meter. Fast jeden Tag ein Rennen, sobald man verliert, ist man ausgeschieden. Die Stimmung an Land und auf dem Wasser war ein besonderes Erlebnis, vor allem für die Mehrheit unseres Teams, die zum ersten Mal an die Startlinie in Henley ging. Dazu gehörte auch das Drumherum, also beispielsweise das Meer aus bunten Blazern auf dem Bootsplatz und die Enclosures am Ufer, die traditionellen Fly-Bys historischer Flugzeuge, die Umpires, die Stewards und vieles mehr.

Die Erfahrung, nach einer knallharten Saison als Erster über die Ziellinie zu fahren ist kaum beschreibbar. Die Erleichterung war schon im Boot spürbar, als wir erst gegen Leeds Rowing Club und tags darauf gegen Lea Rowing Club mit

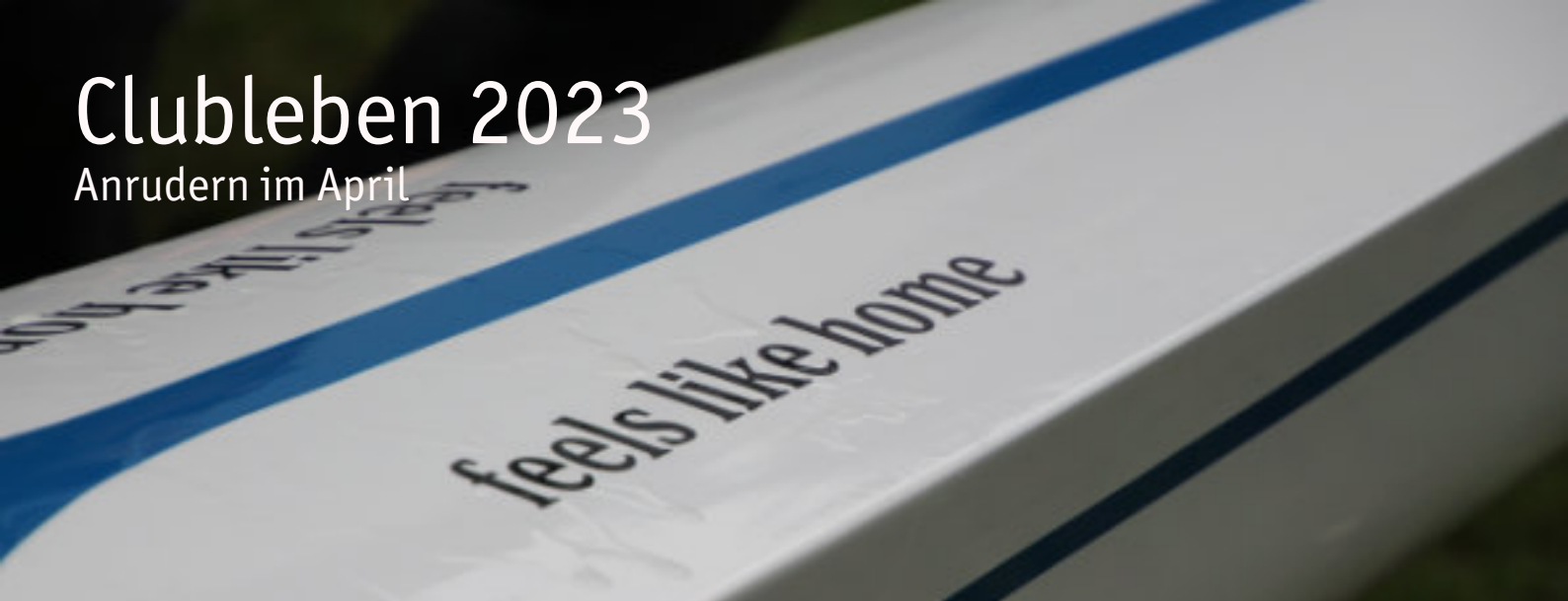
einigen Längen Vorsprung gewannen. Der anschließende Austausch mit den Gegnern machte dieses Erlebnis erneut besonders, denn man spürte den Sportgeist auf der gesamten Themse und am Ufer. Freitag gegen den ältesten Ruderklub der Welt, Leander Rowing Club, zu verlieren war dann etwas, was die wenigsten bedrückt hat. So hatten wir zumindest das Wochenende noch, um den zweiten Teil der Regatta in den Pubs an der Theke und in den Clubs auf der Tanzfläche hinreichend auszukosten.

Nachdem in Henley ausreichend gefeiert wurde, ging es zurück nach Hannover mit einem letzten Stopp zwei Wochen später in Köln bei der Großbootmeisterschaft, um die Saison ausklingen zu lassen. Eine Saison, die sich für jeden Einzelnen von uns sehen lassen kann. Jeder hatte Hindernisse zu überwinden, damit das Henley-Projekt nicht ins Wasser fällt. Vieles löste sich erst in recht knapp bemessenen Zeitrahmen und teilweise nur unter besonderer Bemühung und Unterstützung vom Verein. Dafür bedankt sich der Henley-Achter bei den Mitgliedern, die den Start des Achters bei der Henley Royal Regatta mit ermöglicht haben. Für den DRC war das sicherlich ein würdiger Auftritt bei einer so prestigegeladenen Veranstaltung, aber auch ein Zeichen für den Zusammenhalt vom deutschen und ukrainischen Rudersport, auf die der Henley-Achter stolz sein kann. Слава Україна!

Artem Kasterin

Clubleben 2023

Anrudern im April



Bootstaupe mit Johanna Vennemann (links) und Cornelius „Kurby“ Dietrich (2.v.l.)



Christian „Otto“ Held mit Matthias Edeler am fachsimpeln

Unsere Fahrtenabzeichen-Absolventen: Charly Krüger, Wilfried Knauer, Oliver Puncken und Gerd Weingardt



*Johanna Vennemann (links) gratuliert den Ergo-Landesmeister*innen: Lars Hildebrandt, Sascha Lorenz und Lea Scherenberg*



Clubgeburtstag im September

*60 Jahre DRC-Mitgliedschaft:
Christian Bartels (rechts) mit
seinem Laudator Gerd Weingardt
(2.v.r.) mit Finanzvorstand Markus
Peter (links) und Julius Peschel
(2.v.l.)*



Siegerehrung im Oktober



Von Vaake nach Hameln

Weserwanderfahrt 2023

Auch in diesem Jahr wurde eine Tradition fortgesetzt, die bis in die 50-iger Jahre zurückreicht, als die Gründungsväter unseres Clubs Rudern und geselliges Zusammensein unter den damaligen Umständen miteinander verbanden: Die Weserwanderfahrt. Es war der Jahreshöhepunkt des Breitensports. Über Himmelfahrt wurde in Etappen nicht selten mit mehr als vier Booten vom hessischen Witzenhausen bis nach Bodenwerder auf Werra und Weser gerudert. Zwischendurch wurde an fast immer den gleichen Stationen Rast gemacht und abends klang dann der Tag mit einem gemeinsamen Essen aus. Tradition eben. Bei einem Kommers im „Hotel Bremen“ in Beverungen war es dabei sogar Pflicht, Clubsakko und Schlips zu tragen!

Aber die Zeit bleibt nicht stehen. Wanderfahrten werden heute über die einzelnen Vereine und auch über die deutschen Grenzen hinaus angeboten und auch von Ruderinnen und Ruderern des Deutschen Ruder-Clubs angenommen. Das Besondere einer Weserwanderfahrt ging verloren. Dementsprechend ging hier die Beteiligung zurück. Die Absagen bedingt durch Corona der vergangenen Jahre taten schließlich ein Übriges. In diesem Jahr gingen wir nur noch mit einem Gigdoppelfünfer und dem nötigen Landdienst in der ersten Juliwoche auf Wanderfahrt, was der guten Stimmung aber keinen Abbruch tat. Vorbereitet wurde alles wie immer von Margit und Henning Otte, die im Voraus alles für bestes Gelingen organisierten. Vielen Dank dafür an dieser Stelle!

Schon vor Jahren wurde der erste Teil der Wanderfahrt auf der Werra aufgegeben und direkt auf der Weser im Bereich Hann. Münden gestartet; diesmal in Vaake. Ziel des ersten Tages war nach einer Einkehr in Gieselwerder und nach dem Wechsel des Landdienstes das „Hotel Bevertal“, wo die Wirtin schon ein Kaltgetränk für uns bereitgestellt hatte. Aus der Vergangenheit wusste sie, dass wir durstig waren. Dieses Hotel war auch in der Vergangenheit unser festes Stammquartier, zu dem wir täglich zurückkehrten. Das Abendessen wurde dann wie immer und ohne festlichen Kleiderzwang im „Hotel Bremen“



Oben rechts: Christian und Anita Bartels, Henning Otte, Charly Krüger und Margit Otte

Unten: Charly Krüger, Wolfgang Hottenrott, Manfred Haake, Christian und Anita Bartels

eingenommen und mit dem einen oder anderen Schnaps Swarte Magen beendet.

Die zweite Etappe sollte dann bis Holzminden gehen, wo unsere Organisatoren einen Grillnachmittag auf dem Gelände des Ruderverein Holzminden vorbereitet hatten. Unser Dank gilt hier dem RV Holzminden, der uns Räume und Mobiliar nicht zum ersten Male zur Verfügung gestellt hatte. Aber es kam anders als geplant. Wegen eines Unwetters mit immer stärkeren Sturmböen wurde uns vom RV Holzminden geraten, die Etappe abubrechen, zumal der Ruderbetrieb dort eingestellt worden war. Aber auch das wurde nicht zum Problem. Dank Henning`s Kontakten konnten wir unser Boot beim Ruderverein Höxter unterbringen und fuhren dann mit Hotti`s Bus, unserem Landgefährt, nach Holzminden. Nach getaner Arbeit stand dann wie immer ein gemeinsames Abendessen in Beverungen auf dem Programm.

Die fehlenden Kilometer holten wir am nächsten Tag nach, indem wir eben von Höxter aus an Holzminden vorbei, wo wir nur Landdienstwechsel machten, nach Bodenwerder ruderten. Eine ein bisschen

länger als geplante Etappe, aber machbar. Die Schlussetappe führte uns dann am letzten Tag zum Ruderverein Weser Hameln.

Am Ende waren wir uns einmal mehr einig, dass sich eine Ruderfahrt durch das wunderschöne Weserbergland immer wieder lohnt. Schön wäre es, wenn wir den Teilnehmerkreis erweitern und verjüngen könnten, denn es soll auch 2024 wieder eine Weserwanderfahrt geben. Wir kehren dann auch zum traditionellen Termin über Himmelfahrt zurück. Dieser gibt jüngeren Clubmitgliedern, die ja voll im Berufsleben stehen, die Möglichkeit, mit nur einem Urlaubstag eine halbe Woche auf der Weser und im Weserbergland zu verbringen. Organisiert wird alles von uns Alten unter der Regie von Margit und Henning Otte. Sprecht uns nur an!

Termin für die 65. Wanderfahrt ist der 8. Mai 2024, Bootstransfer und rudern vom 9.-12. Mai 2024.

Alle, die am Mittwoch noch arbeiten müssen, können am Donnerstag pünktlich zum Rudern vor Ort sein.

Christian Bartels

ruderblatt 2023

Dooooomed!

Rudertour nach Irland 2023

Grün soweit das Auge reicht, urige Pubs und gastfreundliche Menschen – unser Traum vom Wanderrudern auf den Flüssen Irlands ist in diesem Jahr wahr geworden.

Täglicher Startpunkt für die Rudertouren war der kleine Ort Graiguenamanagh (sprich „Greg na ma nach“), irgendwo in Irland. Etwa eineinhalb Stunden per Bustransfer dauert die Fahrt vom Flughafen in Dublin, wo wir uns mit unseren altbekannten Ruderkamerad:innen aus Altwarmbüchen, Hildesheim, Essen und Benrath getroffen haben. Reiseleiter, Fahrradverleiher, Stadtführer, Schuhfabrikant, Mitgründer des örtlichen Ruderclubs, Restaurant- und Hotelbesitzer in einer Person war Multitalent Brian Roberts. Er hat uns in seinem liebevoll hergerichteten Gästehaus, einem alten Maisspeicher am Fluss Barrow, untergebracht und uns zweimal täglich erlesene Drei-Gänge Menüs kredenzt.

Zum Rudern mussten die drei Gigboote täglich auf- bzw. abgeriggert werden, um sie und die Crews zu verschiedenen Einsatzstellen an den Flüssen Barrow und Nore zu bringen. Von dort ging es dann entweder durch muskelbetriebene Schleusen durch eine mehr oder weniger unberührte Natur - stets dicht am linken Ufer einem alten Treidelpfad folgend. An



einigen Tagen ließen wir uns ohne Schleusen von den Gezeiten der Irischen See leiten. Zum Schleusen verlässt man das Flussbett und fährt in einen schmalen Schleusenkanal ein. "Otherwise you are doooooomed!!". Je zwei Boote passen hintereinander in die Schleuse, in der man sich mit Hilfe der Skulls zwischen den Schleusenwänden festkeilt. Skulls lang oder gar anlegen an der Schleusenwand waren hier tabu. Zahlreiche Wanderungen durch viel Umland und viel Wetter haben die Fahrt ebenso abgerundet, wie auch ein Besuch in Kilkenny, die Besichtigung der alten Wollmanufaktur von Graiguenamanagh, die noch mit den mechanischen Webstühlen Wollgarne für irische Schals, Pullover und Mützen produziert.

Selbstverständlich durfte auch ein Besuch, vielleicht waren es auch eher drei oder vier Besuche, bei Mick Doyles nicht fehlen, einem urigen Pub, in dem der Übergang

zum Tante-Emma Laben fließend ist. Angeblich handelt es sich um den besten der sechs ortsansässigen Pubs, der ob mit oder ohne Livemusik stets gut besucht war. Dass die Tour auch für Brian, seine Frau Bridget und die beiden Helfer Andrew und Paul durchaus gelungen war, konnte man unter anderem am mit Hingabe hergerichteten großem Picknick erahnen, das die vier am letzten Tag für uns hergerichtet hatten. Und auch wir haben uns natürlich vom wechselhaften Wetter nicht die Laune verderben lassen.

Oliver Puncken





Moorgeschichten aus dem Norden

Teufelsmoor-Rallye 2023

Schon der Name "Teufelsmoor" mutet eine äußerst düstere und ein bisschen mysteriöse Stimmung an. Vor dem geistigen Auge taucht ein karges, tristes und lebensfeindliches Sumpfgebiet auf, das möglicherweise so manchen Menschen bei lebendigem Leibe verschluckt hat. Am vergangenen Sonntag haben wir nun, mal wieder, getestet, inwieweit dieses Gruselimage der Wirklichkeit entspricht. Als wir früh morgens in Osterholz-Scharmbeck ankommen, liegt noch ein leichter Dunstschleier in der Luft, der Boden ist weich und modrig und es riecht ein bisschen nach feuchter Erde. Unser Ziel ist die Hamme, die sich schwarz durch das Teufelsmoor zieht und Schauplatz der Teufelsmoor-Rallye ist, welche alljährlich vom Verein RV Osch organisiert wird.

So haben wir unsere vier Gig-Boote entladen und geriggert und zogen los. Die Nebelschwaden verzogen sich schnell und Moorleichen und Irrlichter entpuppten sich

zunächst als harmlose Graureiher und Störche. Doch schon auf dem Weg zur Ritterhuder Schleuse vernahmen wir plötzlich ein lautes Schnauben und ein leises Plätschern des schwarzen Wassers hinter uns. Da musste irgendetwas sein! Erleichtert stellten wir kurz darauf fest, dass es sich lediglich um unsere Rennmannschaft in Boot Johann Reden handelte, die mit einem deutlichen Vorsprung vor den drei übrigen Booten durch die Landschaft schoss und dabei blubbernde Gasblasen im Kielwasser hinterließ, die mit einem leisen „Plopp“ wieder zerplatzten.

Die drei übrigen Boote schoben sich eher gemächlich und begleitet von zahlreichen Kanuten und Ruderern anderer Vereine durch die fremden Gewässer, der Teufelsmoorschleuse entgegen, an der ausgiebig gerastet wurde. Das freundliche Wetter wog uns in trügerischer Sicherheit, doch bereits während der Rückfahrt zum

RV-Osch mehrten sich die Zeichen, dass hier doch nicht alles mit rechten Dingen zugeht. Seltsam heulende Töne drangen durch die ansonsten eher angenehme Stille. War das das Kreischen der Moorhexen? Oder doch nur ein Moorhuhn, die Dollen der Bugfrau oder das Stöhnen des Schlagmanns? Kalter Schweiß erschien auf unserer Stirn – unklar, ob vor Anstrengung, immerhin wollten wir noch vor dem Bremer Vierer das Ziel erreichen, oder vor Unbehagen angesichts der unergründlichen Hammetiefen. Wir hatten es fast geschafft. Erleichtert und etwas erschöpft hatten drei Crews sich schon wieder durch den engen Hafenkanal zurück zu „unserem“ kleinen Steg gezwängt und die Boote aus dem Wasser gezogen, als die Hammegeister ihr schreckliches Gesicht zeigten. Eine knochige Hand schob sich aus dem Schlamm und griff nach den wasserseitigen Auslegern des letzten Doppelvierers. Ein grinsender Schädel



Fröhliche Reisegruppe Teufelsmoor



Im Doppeldreier durchs Moor

strahlte den verdutzten und nun durchnässten Ruderern kurz entgegen, doch dank helfender Hände aus Lehrte konnten das vollgelaufene Boot und die im Wasser treibende Mannschaft noch einmal den Naturgewalten entrissen werden.

Nach diesem Schreck ließen wir uns gerne von den zu dem etwas abgelegenen Steg herüberschallenden Stimmen leiten: „Liebe

Hannoveraner, was treibt Ihr hier? Kommt in unser Clubhaus, hier gibt es Bier!“. Wir ließen uns das nicht zweimal sagen und genossen noch einen kurzen Ausklang am Grill, bei dem auch die Vereinswertung bekannt gegeben wurde. Immerhin für Platz drei von siebzehn hat es dank der erfreulichen Mannschaftsstärke gereicht und irgendwie schienen auch die Geister Gefallen an uns gefunden zu haben. Sonst

hätten sie sicher nicht versucht, sich an der Lichtleiste unseres Trailers festzukrallen und uns so an der Heimfahrt zu hindern.

Falls die beteiligten auswärtigen Vereine dies lesen: Danke nochmal für Eure Hilfe bei der Befreiungsaktion, und es tut uns leid, dass Ihr dann doch noch im Gewitterschauer ausharren musstet, während wir die Zufahrt blockiert haben!

Oliver Puncken

DRC-Heinzelmännchen

Eine Danksagung

Denk ich an meine Kindertage, so fällt mir immer, wenn die Hausarbeit ruft, die Geschichte von den Heinzelmännchen ein. Nun, die rheinischen Frohnaturen haben sie vor lauter Neugierde in die Geschichte verbannt. Ich würde sie mit berauschenden Getränken weinseelig zum Bleiben bitten.

Mein Wunsch ist in Erfüllung gegangen! Schon mehrfach sind DRC-Heinzelmännchen bei mir im Hause gewesen. Statt wie im Rheinland Erbsen auf die Treppe zu streuen, habe ich sie mit leckerem Wein in schweren Bleikristallgläsern als Wegmarkierung auf den Treppenstufen bis in die Küche gelockt. Dieser Duftspur sind sie süchtig gefolgt. Kaum sahen sie die blitzenden Küchengeräte und den Herd, blickten sie lustvoll in den Kühlschrank. Sie mussten einfach kochen. In den Tiefen des Kühlgerätes fanden sie genug

Lebensmittel, um ein umfangreiches Menü zu zaubern. Flink legen sie mit Messern, Kochlöffel, Töpfen und Pfannen los. Blitzschnell flogen Erbsen, Bohnen, Kartoffeln, Zwiebel und viel anderes Grünzeug unter die Messer und dann sofort frisch und mit vielen Gewürzen weiter in die Töpfe und Pfannen. Es brodelte und brutzelte. Verführerische Düfte zogen durch die Wohnung. Feinste Gewürze, kräftiger Bratenduft und flüchtige Weinaromen lagen in der Luft.

Bald stand leckeres Essen auf dem gepflegt gedeckten Tisch. Wir durften uns den Magen mit unglaublich gutem Essen bei fröhlichen Gesprächen vollschlagen. Ein süffiger Wein als Speisebegleiter sorgte für den genussvollen Speiserahmen. Klar, ein süßer Abschluss musste her! Zart schmelzendes Eis rutscht immer gut. Picke packe satt!

Nun wartete die Küchenwerkstatt mit Aufräumen und Putzen. Aber die norddeutschen Heinzelmännchen hatten sich bereits dieses Problems angenommen. Schon war es auch keines mehr. Kein Staubkörnchen oder Fettspritzer war ihnen entgangen. Es funkelte und blitze piko bello.

Nach vielen heiteren Gesprächen radelten die Heinzelmännchen glücklich in ihre Heimatquartiere und wir stiegen in unsere Betten. Bei uns sind sie immer gern gesehen, die DRC-Heinzelmännchen. Kommt gerne wieder und Danke, dass es Euch gibt!

Nach Redaktionsschluss:

Sie haben es zu unserer Freude schon wieder getan!

Der Autor ist der Redaktion bekannt.

Fußgänger aufgepasst!

Boßeln 2023

Bei feinstem Nieselregen und stürmischen Böen von vorn läuft eine Gruppe fröhlicher Menschen durch das Ricklinger Holz und wirft bunte Holzkugeln über die schlammigen Sandwege. "Rot!". "Nee, GRÜN", schreien sie dabei aufgeregt durcheinander. Hinter sich ziehen sie einen Bollerwagen mit allerlei Heiß- und Kaltgetränken, Brezeln und Keksen.

Einer von ihnen rennt los, hüpfet und wirft die Kugel. Sie eiert etwa 300 Meter über den Feldweg, bis sie mit einer schlammig braunen Fontäne in einer Pfütze versinkt. "Bahn frei!", heißt es dann. Der nächste Werfer ist an der Reihe, holt weit aus und schleudert den Ball in einer eleganten Wurfbewegung in den Wald hinein. Eine weitere Kugel prallt mit einem lauten "klack" gegen einen etwas schiefen Elektroverteilerkasten.

So geht das dann immer weiter, bis schließlich irgendwo im Nirgendwo ein für seine handliche Verpackung sehr großer Falttisch vom Bollerwagen gezogen und der mitgebrachte Proviant verzehrt wird.

All das ist ein untrügliches Zeichen: Im Süden Hannovers ist nach zwei Jahren Corona-Pause wieder Wettkampfsaison – und zwar nicht im DRC-typischen Rudern, sondern im Boßeln.



Boßeln ist so etwas wie Kegeln nur ohne Pinne und draußen. Es kommt darauf an, die Kugel mit möglichst wenigen und möglichst weiten Würfen über die etwa vier Kilometer lange Strecke voranzubringen. Wassergräben gehören in diesem Jahr nicht zu den Schikanen. Es zeigt sich aber, dass auch Stock und Stein, Kantsteine und Radfahrer zu Herausforderungen werden können.

Nach gut zwei Stunden war es dann geschafft. Die Strecke war absolviert, die

Teilnehmer trotz eher milder Temperaturen etwas durchgefroren und alle Kugeln wieder beim Ballhüter und Ballbesitzer Christian Bartels. Jeder Wurf war von den jeweiligen Gruppen akribisch genau protokolliert worden, so dass man zur Auswertung schreiten konnte.

Das Team „Rot“ mit Gerdchen, Knispel, Erika, Katharina und Günter landete auf dem letzten Platz und ist damit Ausrichter des Boßelturniers 2024.

Für Team "Gelb" reichte es, um auf den dritten Platz vorzudringen und das Team "Grün" freuten sich über Rang zwei. Boßel-Sieger 2023 wurde die Mannschaft "Blau" mit Christian, Bettina, Hannelore, Heike und Henning. Im Gasthaus "Anno 1901" wurden die Siegerurkunden überreicht und zum Ausklang des Tages gab es nach der Siegerehrung wieder "Grünkohl satt", kühles Bier und gute Laune.

Oliver Puncken

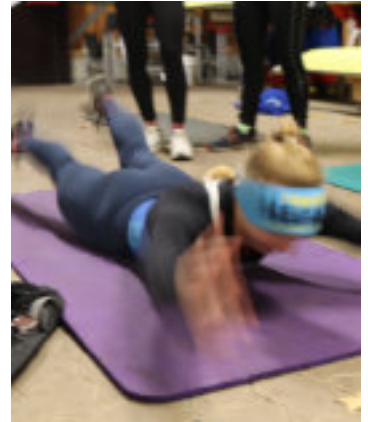
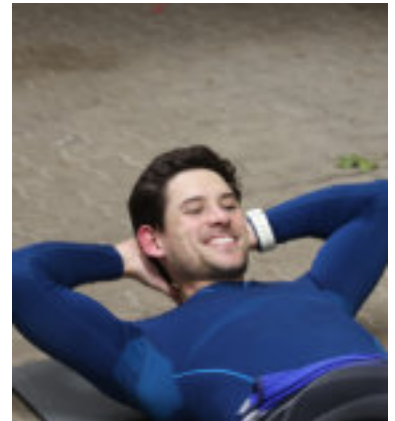


Schwitzen, Lachen und Fluchen

Manjana-Crew

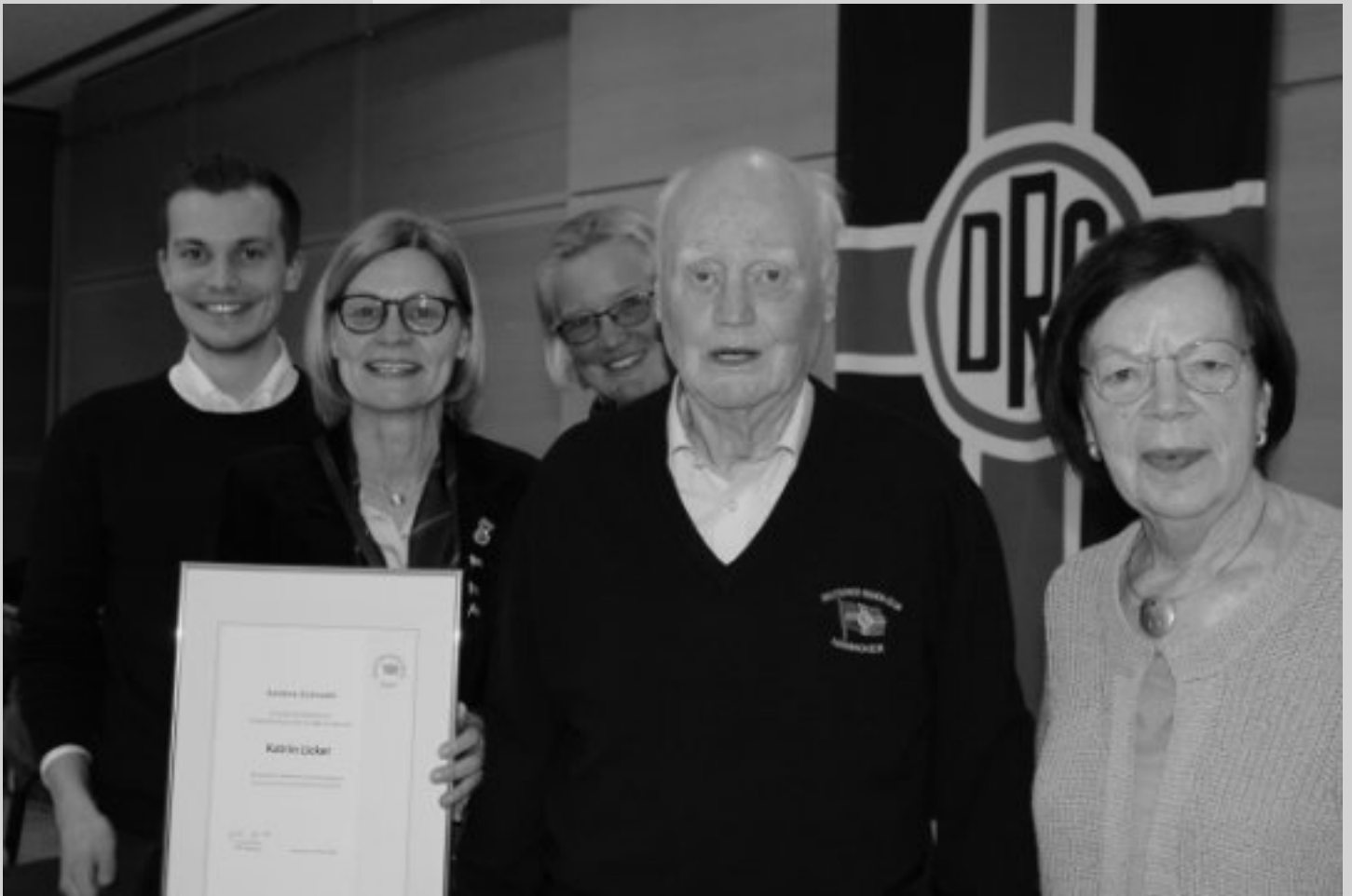
Liebe Manjana-Crew,

vielen Dank, dass ihr so zahlreich jeden Montag mit uns schwitzt, lacht und flucht. Wir freuen uns über die lieben Menschen und den Support von allen Seiten. Hier ein paar Impressionen aus diesem Jahr:



Und wer es selber ausprobieren möchte findet mit dem QR-Code viele Programme von Manjana:





Wolfgang „Leo“ Wüstefeld, verstorben 27. März 2023

Im Kreis seiner Familie fühlte sich Wolfgang Wüstefeld am Abend des 24. März 2023 sehr wohl, konnte unsere Mitgliederversammlung sichtlich genießen: Seine Frau Sigrid (r.), seine Tochter Katrin (2.v.l.) und sein Enkel Tim (l.) waren mit ihm zum turnusmäßigen Treffen der Clubgemeinschaft gekommen. Ihren großen Auftritt hatte seine Tochter Katrin, als sie auf die Bühne gebeten wurde: Sie wurde mit der Goldenen DRC-Clubnadel für 40-jährige Mitgliedschaft geehrt. Gut gelaunt und gemeinsam mit Laudatorin Andrea Löpertz nahmen Tim, Katrin, Wolfgang und Sigrid Aufstellung vor der DRC-Flagge für das fällige Erinnerungsfoto (siehe oben, v.l.).

Was damals niemand wusste: Es wurde eine Aufnahme für die Ewigkeit. Denn es

war das letzte Mal, dass Wolfgang Wüstefeld im Kreis seiner Familie und seiner Clubfamilie feiern konnte. Nur wenige Tage später ist Wolfgang, den im Club alle „Leo“ nannten, nach kurzer schwerer Krankheit im Alter von 86 Jahren verstorben.

Begonnen hatte „Leo“ mit dem Rudern als Schüler in Kassel. Im Jahr 1960 kam er zur Berufsausbildung nach Hannover und zum DRC. Zunächst als Leistungsruderer, später als aktiver Breitensportler, umtriebiger Wanderfahrer und kreativer Organisator zahlreicher Fahrten und Ausflüge war „Leo“ ein nimmermüder Aktivposten in unserem Clubleben. Als erfolgreicher Unternehmer, Uhrmachermeister und Juwelier, pflegte er mit Akribie, zeitlicher Hingabe und hohem

Sachverstand nicht nur sämtliche Uhren im Bootshaus, sondern vor allem unsere wertvollen historischen Pokale. Regelmäßig unterstützte er den Club mit Ideen, Engagement und großzügigen Spenden. Bis ins hohe Alter nahm „Leo“ mit Begeisterung und Freude an den Mondschein-Wanderungen und den DRC-Veranstaltungen teil. An deren Ende, beim traditionellen „Hipp-Hipp-Hurra“, war seine Stimme nicht zu überhören.

Der DRC trauert um ein hochverdientes Mitglied, denn wir haben Wolfgang „Leo“ Wüstefeld viel zu verdanken und werden ihm ein ehrendes Andenken bewahren.

Julius Peschel

Herzlichen Glückwunsch!



Paul Schramm geboren am 4. März 2023, Sohn von Anna Schramm



Rafael Eli Hellhammer, geboren am 11. April 2023, zweiter Sohn von Hendrik und Fanny Hellhammer



Valentin Reviol, geboren am 6. August 2023, Sohn von Cathrin Boeckler und René Reviol

Victoria Quentin (links), geboren am 21. März 2023, Tochter von Monika und Lorenz Quentin

Tarje Kentschke (Mitte), geboren am 11. April 2023, Sohn von Freia Kentschke und Patrick Doering

Amelie Reinke (rechts), geboren am 29. April 2023, Tochter von Sabine Jäger und Carl Reinke



Hochzeit von Patrick Doering und Freia Kentschke am 25. Februar 2023 vor dem Alten Rathaus zu Hannover



Das Jawort gaben sich auch Carl und Sabine Reinke (geb .Jäger) am 9. August 2023.



- ✓ Möbel
- ✓ Messebau
- ✓ Einbauküchen
- ✓ Objekteinrichtungen
- ✓ Denkmalschutz
- ✓ Reparaturservice
- ✓ Einbruchschutz
- ✓ Wintergärten
- ✓ Fenster- Türen, Haustüren
- ✓ in Holz, Alu und Kunststoff

Tischlerei Kaiser + Gent

Geschäftsführer: Patrick Doering / Thomas Post

Ikarusallee 8b

30179 Hannover

Tel.: 0511/260 900-0

www.kaiser-gent.de



Fiduz Gebäudereinigungs GmbH

Kopernikusstraße 32
30853 Langenhagen
Tel. 0511 - 72 53 53 - 0
www.fiduz.de
info@fiduz.de



Wir lieben sauber.