Clubmitteilungen

Erster Kieler Ruder-Club von 1862 e.V.

1 Dezember 2013 bis Februar 2014 - 87. Jahrgang

HEINRICH

das-schuherlebnis.de

IHR SCHUHHAUS IN KIEL.

FÜNF MAL IN KIEL: HOLTENAUER STRASSE

SOPHIENHOF CITTI-PARK

HOLSTENSTRASSE ALTER MARKT

Tel. 0431/98135-0 · Mail service@schuhheinrich.de · **www.das-schuherlebnis.de**

Inhalt

Lieber Leser 5
Einladung zur Jahreshauptversammlung 6
Berichte zur Jahreshauptversammlung 8
Neue Mitglieder 24
Spenden 24
Eine Bitte Eurer Schatzmeisterin 24
Gemeinschaftsarbeit 25
5. Benefitzregatta »Rudern gegen Krebs« in Kiel 27
Neulich vor dem Bootshaus 28
Carl Storjohann Gedächnislauf 29
Schnee oder kein Schnee? 35
Trainer C-Ausbildung 2013 36
Kentertraining in der Uni-Schwimmhalle 39
Wille und Kraft suchen die Herausforderung 40
Einladung zur Jugendhauptversammlung 2014 41
Jugendwanderfahrt Sommer 2014 41
Bericht des Jugendvorsitzenden 42
Wintercamp Kappeln 2014 43
Das Ergometerevent im Schuppen 6 44
Gaby, her mit dem Pott 46
Teilnahme mit Handicap 47
Kilometerliste 2013 51
Bootsstatistik 2013 53
Ewige Bestenliste seit 1862 55
Die Winterwoche 2013/14 58
EKRC-Terminkalender 2014 59
Regattakalender 2014 59
Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag! 60
Vor 40 Jahren – Bundesverdienstkreuz für Herbert Weidling 61
Der Vorstand des EKRC 62
Impressum 62

Bildseiten:

Titel:	Langlauf im Harz
Mittelteil	Impressionen vom Pellkartoffelessen (siehe Seite 29)
3. Umschlagseite:	Langlaufwochenende im Harz
Rückseite:	Winter ist schön, aber jetzt erwarten wir den Frühling!

Die Fotos in dieser Ausgabe stammen von: Hans-Martin Hörcher, Patrick Hayes, Nils Rothhardt, Jürgen Coy

Attraktive Gebrauchtwagen
- supergünstig -

Unser Ansprechpartner für Sie:

Oliver Voss
Tel. 0431 – 64 95-229
Fax 0431 – 64 95-260
E-Mail: verkauf.voss@paulsenthoms.fsoc.de

Ford C-Max 5-trg. 02/12, 12.800 km, 1,6l, 92kW, (125PS), schwarzmet. Klima, Wintrf., LMF	€ 16.990,--
Ford Focus Turnier, 03/12, 25.000 km, 1,6l, 110kW (150PS), braunmet., Klima, Sitzhzg, LMF	€ 15.490,--
Nissan Qashqai SUV, 04/08, 63.000 km, 2,0l, 104kW (141PS), silbermet. Allrad, Wintrf.	€ 11.990,--
Ford Fiesta 3-trg. 10/09, 23.000 km, 1,25, 44 kW (60PS), rot, Klima, Radio-CD, ESP, Ganzjrf.	€ 7.790,--
Renault Clio 5-trg., 09/11, 16.500 km, 1,15l, 55kW (75PS), rot, Klima, ISOFIX, Winträd., el.Fenst.	€ 7.390,--
Opel Zafira 5-trg., 10/06, 89.500 km, 1,6l, 77kW (105PS), rot, 7-Sitz, Klima, Radio-CD, Anhkupp.	€ 6.990,--
Ford Ka 3-trg. 05/09, 71.100 km, 1,25l, 51kW, (69PS), gelb, LMF, Klima, Radio-CD, Wintrf.	€ 6.450,--

Fahrzeuge sofort lieferbar – weitere Angebote vorrätig

Paulsen & Thoms
Seit 1927 Stormarnstr. 35 · 24113 Kiel
Tel. 0431/6495-0 · www.paulsen-thoms.de

Lieber Leser

Ein erfolgreiches Jahr liegt hinter uns. Diesen Eindruck vermitteln einvernehmlich die Berichte zur **diesjährigen Mitgliederversammlung**, die Ihr ab Seite 8 lesen könnt. Die Mitgliederzahlen wachsen weiter in Richtung der 400er Marke, was einerseits eine erfreuliche Bestätigung einer positiven Gesamtentwicklung im Clubleben widerspiegelt, andererseits aber auch immer neue Herausforderungen nicht zuletzt an uns alle stellt, die Erwartungen der neuen Mitglieder zu erfüllen, damit diese sich nicht wieder enttäuscht von uns abwenden.

Die Berichte zur Versammlung fallen dieses Jahr ungewohnt umfangreich aus, da wir beschlossen haben, einmal alle Vorstandsmitglieder zu Wort kommen zu lassen, also auch die, die »eigentlich gar nichts zu berichten haben«. Denn eigentlich ist auch ihre Arbeit zu interessant und vielfältig, als dass man sie stillschweigend unter den Tisch fallen lassen sollte.

Auch die **Jugendabteilung** lädt zur **Mitgliederversammlung**, zusammen mit dem Bericht ihres Vorsitzenden (ab Seite 41).

Ein Thema, welches nach wie vor viele von uns beschäftigt, ist die **Gemeinschaftsarbeit**. Ihr als Mitglieder macht Euch in zum Teil lebhaften Diskussionen Gedanken über Sinn und Unsinn dieser Maßnahme, deren Gerechtigkeit und die praktische Durchführung. Der Vorstand hält dieses Thema nach wie vor für richtig und wir beschäftigen uns natürlich weiter mit den Details zur praktischen Umsetzung dieser Maßnahme. Neue Informationen hierzu auf Seite 25. Auf der Mitgliederversammlung werden wir Gelegenheit haben, über dieses Thema noch einmal ausführlich zu reden. Nicht nur deshalb lohnt es sich auf jeden Fall, am 20. März zu erscheinen.

Von den **Harzfahrern** erhielt ich, quasi zum Druckbeginn frisch aus den Bergen, einen tollen Bericht (Seite 30) und einige Fotos (hinterer Umschlag), die noch einmal Lust auf Winter machen.

Ansonsten gibt es neben vielen anderen Themen ab Seite 51 wie gewohnt zum Jahresanfang wieder jede Menge **Statistik zur letzten Saison**.

Nun möchte ich mich den Schlussworten unseres Vorsitzenden aus seinem Bericht anschließen und uns allen eine erlebnis- und erfolgreiche Saison wünschen. Und diese beginnt natürlich am 20. März mit unserer Mitgliederversammlung.

Bis dahin.

Hans-Martin Hörcher

Einladung zur Jahreshauptversammlung

Erster Kieler Ruder-Club von 1862 e.V.
Donnerstag, 20. März 2014, 19:00 Uhr
im Clubhaus (Anton Willer Saal)

Tagesordnung

1. Feststellung der Anwesenheit und Stimmberechtigung und Ordnungsmäßigkeit der Einberufung der Versammlung
2. Feststellung der Tagesordnung
3. Genehmigung des Protokolls der Jahreshauptversammlung vom 21. März 2013, veröffentlicht in den Clubmitteilungen 2/2013.
   Die ungekürzten Fassungen liegen, zusammen mit dem Finanzstatus, zur Einsicht im Jugendraum aus.
4. a) Jahresberichte:
   Die Berichte der Vorstandsmitglieder sind in dieser Clubmitteilung veröffentlicht.
   b) Kassenbericht 2013
5. Aussprache über die Berichte
6. Bericht der Kassen- und Rechungsprüfer
7. Entlastung des Vorstandes
8. Neuwahlen:
   - Geschäftsführender Vorstand — a) Vorsitzender
     b) stellvertr. Vorsitzender Sport
   - Beisitzer
   - Kassen- und Rechnungsprüfer
   - Schiedsgericht

   Wahlvorschläge können schriftlich bis zum 7. März 2014 beim Ältestenrat eingereicht werden.
9. a) Vorstellung des Haushaltsplans 2014
   b) Genehmigung des Haushaltsplanes 2014
10. Gemeinschaftsarbeit
11. Anträge:
    - Ernennung von Jens Benthin zum Ehrenmitglied
12. Termine
13. Verschiedenes

Aus Vorstand und Redaktion

Nach der Sitzung des Vorstandes am 23. Januar 2014 schlägt dieser für die Wahlen folgende Mitglieder vor:

Geschäftsführender Vorstand:		
a) Vorsitzender	Wiederwahl	Bernd Klose
b) stellv. Vorsitzende Sport	Wiederwahl	Gaby Schulz
Beisitzer:		
– Schriftwart	Wiederwahl	Jürgen Kähler
– Hauswart	Wiederwahl	Marc Lorenz
– Ruder- und Trainingswart	Wiederwahl	Andreas König
– Boots- und Gerätewart	Wiederwahl	Christian Prey
– Pressewart	Wiederwahl	Hans-Martin Hörcher
– Vergnügungswart	Wiederwahl	Frank Engler
Kassen- und Rechnungsprüfer	Wiederwahl	Michael Böhmer, Berndhard Kaczenski
Schiedsgericht	Wiederwahl	Dieter Schwark, Hans-Günter Meenke, Dr. Thomas Holzhüter, Hans-Andreas Friese

Bernd Klose

Vorsitzender

Blumen-Reese

Brigitta Plarre

Blumen, Grabpflege und Anlagen

24113 Kiel-Hassee, Hasseer Straße 18, Tel. (04 31) 68 20 30

Aus Vorstand und Redaktion

Berichte zur Jahreshauptversammlung

Vorsitzender des EKRC – Bericht 2013

Das 151. Jahr des EKRC hat sich leise und unaufgeregt verabschiedet. Das heißt aber nicht, es sei im Club nichts geschehen. Ganz im Gegenteil: Die viel beschworene Clubgemeinschaft hat sich in vielen Bereichen als sehr lebendig erwiesen, wie z.B. auf den vielen Wanderfahrten als Tages-, Wochenend- oder Wochentouren, während des Sommerfestes mit seiner "unter Wasser" stattfindenden Internen Regatta, oder das saisonabschließende Pellkartoffelessen mit Siegerehrung. Letzteres sprengte mit 175 Clubmitgliedern und Gästen fast unsere die Raumkapazitäten, so dass nur mit entsprechender Technik alle das Geschehen "auf der Bühne" mit verfolgen konnten.

Mein herzlicher Dank gilt allen, die das vergnügliche Beisammensein von Jung und Alt durch die Übernahme eines Patengedecks für unsere jugendlichen Clubmitglieder unterstützt haben. Es war in diesem Jahr besonders schön, so zahlreiche junge Gesichter bis nach Mitternacht dabei zu haben.

Förderlich für das gemeinsame Sporttreiben außerhalb des Wassers ist mit Sicherheit unser neuer Sportraum, der uns über Zumba, Stretching, Rückenschule, Spinning, Hanteln oder Ergometerrudern beim gemeinsamen Schwitzen etwas näher bringt und auch kennenlernen lässt. Dies war in unserem alten kleinen Kraftraum in dieser Form unmöglich.

Die Mitgliederentwicklung auf knapp 400 ist sicherlich auch auf diese Baumaßnahme zurückzuführen, so dass sich der "return of investment" [1)] in einem sehr kurzen Zeitrahmen widerspiegelt.

Dies alles gelingt aber nur, wenn in einem guten Team vertrauensvoll, konstruktiv, engagiert und mit einem erheblichen Zeitaufwand zusammengearbeitet wird.

So möchte ich insbesondere den Ausbildern danken, die einen wesentlichen Anteil daran haben, dass die neuen Mitglieder am Rudersport und an unserer Gemeinschaft Freude entwickeln und dem Club mehr als eine Saison treu bleiben. Dazu gehören aber auch Aktionen wie das "early-bird-Rudern" mit Hans Martin, das sonntägliche Frührudern, die Ausfahrten mit Hartmut von unserem 2. Bootshaus am Westensee oder die Mitnahme von jungen Clubmitgliedern zu ersten Langstreckenregatten, um hier ein wenig Wettkampfluft schnuppern zu können. Dies geschieht immer unter dem Motto: wir nehmen Euch mit ins Boot, um gemeinsam den Rudersport in seiner Vielfalt erfahren zu können.

---

[1] Wohlwollende Äußerung eines der Aufstockung kritisch gegenüberstehenden Managers

Voraussetzung für soeben erwähnte Aktionen ist, auf einen einsetzbaren Bootspark zurückgreifen zu können. Mit Christian haben wir einen Bootswart, der unglaublich viel Zeit in der Werkstatt verbringt, um immer alle Boote ruderfähig zu halten.

Und somit komme ich zu einem Punkt, an dem ich mahnende Worte anbringen und mich den Anmerkungen unseres Ältestenrates, Jens Paustian, anschließen muss. Hierin begründet sich u.a. auch die inhaltliche Ausgestaltung der Gemeinschaftsarbeit.

Die Arbeit, die Christian zu verrichten hat, könnte sich um ein Vielfaches minimieren, wenn alle mit dem Bootsmaterial insgesamt wesentlich umsichtiger umgingen. Man steigt z.B. nicht mit sandigen Sportschuhen auf das Einstiegsbrettchen, von dem dann der Sand in die Rollschienen fällt. Konsequenz erklärt sich von selbst. Die Boote werden nach dem Gebrauch nicht nur von außen, sondern insbesondere auch von innen gründlichst gereinigt. Die Bootspflegearbeiten mit Höppi (Claus Höppner) und dem Bootsbauer Hauke Bührk sollen hier ein Verständnis für das Bootsmaterial und für die Ruderplatzeinstellung (Stemmbretteinstellung, Dollenhöhe, Riemen- und Skullinnenhebel) vermitteln, so dass man sein zu nutzendes Boot immer in einem ruderbaren Zustand aus dem "Regal" ziehen kann. In der abgelaufenen Saison zählte das Fahrtenbuch 255 Aktive, von denen 21 davon mehr als 1000km und 10 von diesen wiederum mehr als 2000km gerudert sind, so viel wie nie zuvor.

Daher gilt es umso mehr, gemeinsam darauf zu achten, dass wir vor jedem Einsatz ein gut eingestelltes und sauberes Boot vorfinden können.

Zu guter Letzt möchte ich allen Ruderinnen und Ruderern eine erlebnis- und erfolgreiche Saison wünschen. Mögen dabei mit Bedacht und Umsicht das Bootsmaterial und auch der Sportraum genutzt werden, so dass jeder Einzelne seine ungetrübte Freude daran haben kann.

Bernd Klose

Stellvertretende Vorsitzende Sport – Bericht 2013

Die Saison 2013 liegt hinter uns und hat Dank des guten Wetters viele schöne Ausfahrten und Erlebnisse auf dem Wasser zugelassen. Unsere Clubgemeinschaft ist weiter angewachsen und in der Liste der „Kilometerjäger“ sind viele neue Namen auf den vorderen Plätzen zu finden.

Nach einem langen Winter in unserer Fitnesshalle, beim Team-Rowing, Lauftreff, Beckenrudern und Krafttraining waren unsere angestammten Termine der Sommersaison regelmäßig so ausgelastet, dass unser Ausbilderteam alle Hände voll zu tun hatte, einen reibungslosen Ablauf zu realisieren. Während der Saison haben sich Freiwillige gefunden, die die Ausbildungsarbeit unterstützt haben und so dazu beigetragen haben,

dass alle Aktiven unseres Vereins in die Boote gekommen sind. Ihnen allen sei an dieser Stelle für ihren Einsatz und ihre Verlässlichkeit gedankt.

Neben Tages- und Wanderfahrten haben auch einige Aktive den Weg in den Regattasport gefunden und erste Erfahrungen in Langstreckenrennen gesammelt. Ihr Engagement wurde mit einem Sieg in Berlin belohnt. Ich hoffe, dass der Funke auch auf andere überspringen wird, so dass möglichst viele Aktive die ganze Bandbreite der Ausübung des Rudersports im Verein kennen lernen.

Die Trainingsgruppe unter Leitung unserer Trainerin Nele Schürmann hat sich in der Saison 2013 gut entwickelt und präsentiert. Wir hatten mehrere Boote in den Endläufen der Deutschen Jugendmeisterschaft und einen sehr guten 4. Platz im Juniorinnen-Leichtgewichtseiner. Leider hat Nele ihre Trainertätigkeit beendet, um sich ganz ihrem Studium zu widmen. Unser FSJ-ler Nils Rothhardt trainiert nun zusammen mit Max Wulff die Gruppe der Jugendlichen.

Die Masters-Ruderer des EKRC waren in der Saison 2013 auf den Saisonhöhepunkten in bundesweiten Renngemeinschaften erfolgreich unterwegs, unser Verein hat jedoch das Potential, auch mit Vereinsmannschaften gut mitzufahren. Vielleicht ist das nächste Ziel „Euro-Masters 2014“ ja ein Anreiz, es mal wieder mit den Vereinskameraden und -kameradinnen zu versuchen.

Der erfolgreiche Verlauf des Jahres 2013 darf uns nicht dazu verleiten, uns mit dem Erreichten zufrieden zu geben.

Wir müssen uns weiter bemühen, allen Aktiven eine gute Aus- und Fortbildung zukommen zu lassen, denn nur so haben wir zufriedene Mitglieder, die unserem Club langjährig die Treue halten werden. Wenn wir diesem Ziel stetig näher kommen, dann sind wir auf dem richtigen Weg.

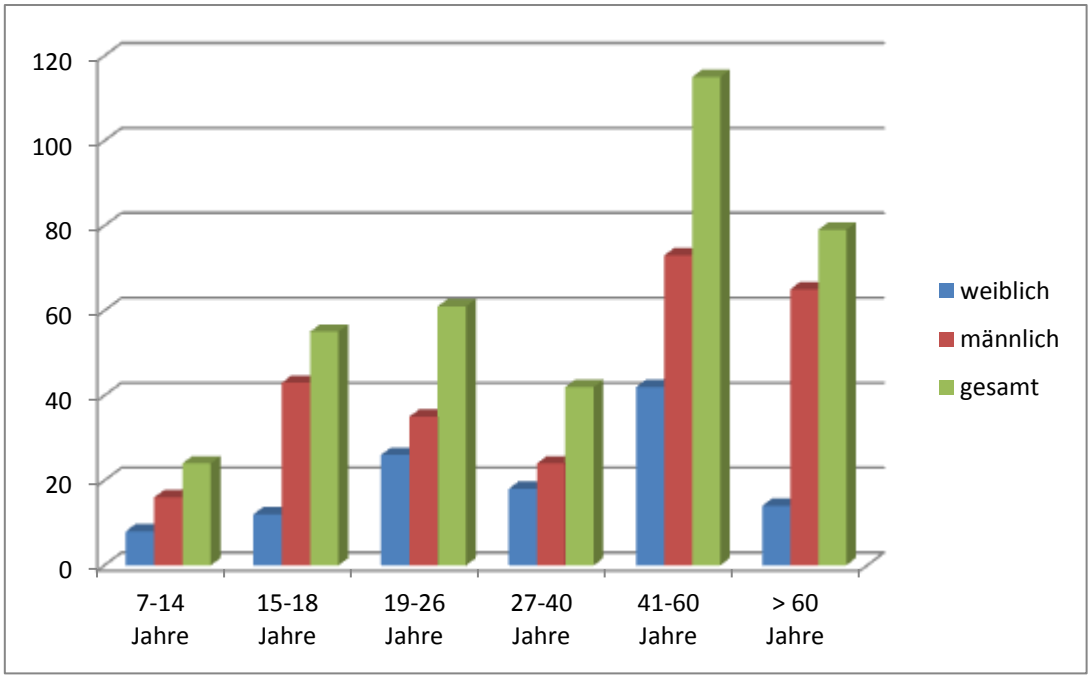
Gaby Schulz

Stellvertretender Vorsitzender Verwaltung – Bericht 2013

Zu Anfang meines Berichtes wie immer ein wenig Statistik.

Wir konnten im vergangenen Jahr 60 neue Mitglieder am Steg des EKRC begrüßen. 35 haben den Club verlassen, so dass wir zum Stichtag 01.01.2014 376 Mitglieder zählen. Die Zahl 400 für das Jahr 2014 scheint also durchaus realistisch und sollte Ansporn für uns sein.

Anfang des Jahres stellt sich die Altersstruktur der Clubmitglieder wie folgt dar:



Neben der reinen Mitgliederverwaltung (Bearbeiten von Neuanmeldungen, Kündigungen usw.) nahm ich, sofern terminlich möglich, an den monatlichen Vorstandssitzungen, den Treffen der Ruderlobby und Treffen „Orga-Team“ für die Benefizregatta „Rudern gegen Krebs“ teil

Auch im vergangenen Jahr konnte wieder ein passender Termin für die Veranstaltung „Rudern meets Classic“ gefunden werden; trafen sich doch am 10. Januar viele Ruderer/innen des EKRC und der RG Germania im Kieler Schloss, um eine Probe des Phil. Orchesters Kiel live mitzuerleben. Auf dem Programm Christobal Hallfter „Schachnovelle“. Für viele sicherlich ein erster und vielleicht auch irritierender Kontakt mit zeitgenössischer Musik.

Für die Benifizregatta „Rudern gegen Krebs“ am 01. Juni organisierte ich die Verteilung der auszubildenden Mannschaften auf die Kieler Rudervereine und war dafür verantwortlich, dass die jedes der 17 vom EKRC zu betreuenden Teams ein/e Ausbilder/in zur Verfügung stand. Bei bestem Ruderwetter konnte ein neuer Rekord bei den Teilnehmerzahlen – immerhin gingen 50 Boote an den Start – sowie ein neuer Rekorderlös von 30.000€ erzielt werden.

An dieser Stelle ein herzliches „Dankeschön“ an die freiwilligen Helfer und Ausbilder die sich in den Dienst dieser guten Sache gestellt haben. Ohne sie wäre es nicht möglich so ein Projekt auf die Beine zu stellen. Es sei mir gestattet in meinem Bericht schon auf die kommende Benefizregatta am 31.Mai diesen Jahres hinzuweisen. Zum 2. Mal wird der EKRC Gastgeber sein, und ich lade alle Mitglieder ein mitzuhelfen, so dass auch die Veranstaltung 2014 ein Erfolg wird. Entsprechende Listen werden frühzeitig am Schwarzen Brett ausgehängt.

Aus Vorstand und Redaktion

Das Thema SEPA (Single European Payment Area) hat auch den EKRC, hier besonders die Schatzmeisterin, aber auch den stell. Vors. Verwaltung beschäftigt, musste doch im Rahmen der Zahlungsumstellung ein neues Aufnahmeformular und ein SEPA-gerechtes Begrüßungsschreiben für die Neumitglieder entwickelt werden.

Die gesamte Mitgliederverwaltung wurde auf ein neues von der Fördesparkasse lizensiertes Computerprogramm (SpG-Verein) umgestellt, um den neuen Anforderungen gerecht zu werden. Dazu erhielten Helga Puschendorff und ich eine mehrstündige Einführung durch Herrn von Rönne von der Fördesparkasse. Das läuft inzwischen ganz gut, so dass der Club-PC und ich schon fast Freunde geworden sind. War die „Freundschaft" mal getrübt, so standen mir Florian Kleinicke und Michael Böhmer mit Rat und Tat zur Seite. Dafür vielen Dank. Ein großes „Dankeschön" auch an Andreas König, der in hervorragender Weise unsere Web-site auf Stand hält und immer wieder schnell Lösungen anbietet, wenn es z.B. darum geht einen Infoflyer zu kreieren oder den neuen Aufnahmeantrag in eine ansprechende Form zu bringen

Meine Bitte an die Rechnungszahler, die Beitragszahlungen auf das gängige SEPA-Lasteneinzugssystem umzustellen, folgten immerhin 25 Mitglieder. Vielleicht nehmen die letzten Unentwegten diese Zeilen zum Anlass, ihrem Beispiel zu folgen.

Für die kommende Saison wünsche ich uns Begeisterung, Gemeinsinn und guten Sport, so dass das Boot „EKRC" weiterhin auf Erfolgskurs gehalten werden kann.

Siegfried Schürmann

Schatzmeisterin – Bericht 2013

Seit fast einem Jahr bin ich jetzt als Schatzmeisterin des EKRC tätig. Eigentlich gibt es nicht viel zu berichten. Vor allem nichts, was die Leser dieser Clubmitteilung wirklich interessieren könnte. Denn das „Leben" einer Schatzmeisterin besteht aus nüchternen Zahlen. Wirklich Spannendes oder gar Aufregendes geschieht nicht. Was nicht besagt, dass es nicht jede Menge Arbeit gibt.

Obwohl mir die Materie grundsätzlich vertraut war, bedurfte es doch einer gewissen Zeit der Einarbeitung. Hierbei standen mir mein Vorgänger Michael Odenthal und unser Vorsitzender Bernd Klose jederzeit mit Rat und Tat zur Seite. Dafür an Beide meinen herzlichen Dank. Ohne ihre Hilfe wäre der Start sicher wesentlich holpriger ausgefallen. Auch auf Michael Böhmer und Florian Kleinicke war immer Verlass, wenn eine EDV-Frage zu klären war.

Meine Tätigkeit begann damit, dass die Vereinssoftware SPG-Verein, die Michael bereits für seine Schatzmeistertätigkeit nutzte, jetzt auch von

Siggi Schürmann für die Verwaltung der Mitglieder genutzt werden sollte. Mit Hilfe des Experten der Förde Sparkasse gelang dies auch mit einigen Übertragungsschwierigkeiten. Das bedeutete aber auch für Siggi und mich immer wieder Abgleichen der verschiedenen Listen, damit Übertragungsfehler festgestellt und ausgemerzt werden konnten.

Auch mit FiBu musste ich mich beschäftigen. Zwar wird die eigentliche Buchhaltung von unserem Steuerberater gefertigt. Aber um einen guten Überblick über die Einnahmen und Ausgaben des Clubs zu haben und auch zur Vorbereitung darauf, dass wir demnächst die Buchhaltung ohne Steuerberater fertigen möchten, schien mir -auch auf Ratschlag von Bernd- die rechtzeitige Einarbeitung in dieses Programm sinnvoll. Hier konnte ich zum Glück auf Bernds Erfahrung zurückgreifen, der mich sehr gut einarbeiten konnte.

Mit dem Umbau hatte ich finanztechnisch glücklicherweise nicht mehr viel zu tun. Auf dem Gebiet fielen nur „Restarbeiten“ an.

Dann war da ja noch SEPA. Bei einem unserer Treffen zwecks Übergabe der Amtsgeschäfte holte Michael einen Packen Unterlagen raus und sagte, das ist SEPA, das kommt demnächst. Damit musst du dich beschäftigen. Nun gut, das sagte mir so gar nichts, ich hatte noch nicht einmal das Wort gehört. Das änderte sich aber bald. Ich erhielt eine Einladung des Landessportverbandes zu einer mehrstündigen Schulung, an der ich auch gern teilnahm. Danach war schon manches klar, aber vieles auch noch nebulös.

Aber alles wird ja nicht so heiß gegessen wie es gekocht wird. Und mit der Zeit wurden die „Nebelschwaden“ durchsichtiger und ich stellte fest, dass wir ganz gut aufgestellt waren, was die Vorbereitung betraf. Ein Testlauf betr. Einziehen der Mitgliedsbeiträge im November 2013 lief glatt und auch der erste „echte“ Einzug der Mitgliedsbeiträge zum 15. Januar 2014 ging ohne Schwierigkeiten über die Bühne.

Im März steht meine erste Kassenprüfung ins Haus. Mal sehen, was die Kassenprüfer von meinem „ersten Jahr“ als Schatzmeisterin halten.

Helga Puschendorff

Ruder- und Trainingswart – Bericht 2013

Mein Aufgabenschwerpunkt liegt im Freizeitsport. Gaby Schulz, stellvertretende Vorsitzende Sport, bearbeitet den Leistungs- und Wettkampfsport. Die Schnittmengen bearbeiten wir gemeinsam. Die Aufgaben und Ziele im Berichtszeitraum 2013:

Ruder- und Sportbetrieb nach Zielgruppen koordinieren und durchführen

Ruderanfänger und Fortgeschrittene sowohl bei den Kindern und Jugendlichen als auch bei den Erwachsenen sind die Zielgruppen für den

Ruder- und Trainingswart. Die Leistungs- und Wettkampfruderer gehören zu den Aufgaben von Gaby Schulz.

Im Sommer werden für die Kinder und Jugendlichen sowie für die Erwachsenen je drei Rudertermine in der Woche angeboten. Die Ruderanfänger werden vorrangig im Einer ausgebildet. Danach schließen sich Ausfahrten in verschiedenen Bootsklassen an. Bei den Erwachsenen ist die Betreuungssituation 2013 verbessert worden.

Im Winter werden die Sporthallentermine montags für die Kinder und Jugendlichen der Freizeitsportgruppe sowie freitags für die Jugendlichen und Erwachsenen angeboten. Der Hallentermin am Montag wird gut besucht. Hinzu kommen noch Termine am Bootshaus mit Laufen, Ergometer und Krafttraining für die Kinder und Jugendlichen. Bei den Erwachsenen werden die beiden Runden vom Team Rowing sehr gut angenommen. 2013 fanden wieder einige Specials statt. Die Teilnehmer melden sich ausschließlich online für die zehn Ergometer an, die jedoch manchmal nicht ausreichen. Wir erreichen dabei um die 30 Teilnehmer. Zumba, eine Kombination aus Aerobic und Tanz, mit Angela Heldt wird gut angenommen; ebenso die Rückenschule und das Stretching mit Rainer Collberg-Grebenkämper.

Trainer einsetzen und qualifizieren

Im Trainerteam 2013 waren dabei: Michael Böhmer, Christina Dunsing, Sabine Gödtel, Florian Kleinicke, Inga Klose, Inga Karin Todtenhaupt, Nele Schürmann, Hans-Jürgen Wartenberg, Max Wulff, Rolf und Ulrike Zumegen. Hans-Martin Hörcher hat im Sommer wieder das Frühstücksrudern „Early Bird“ übernommen. Seit dem 1. September absolviert Nils Rothhardt sein Freiwilliges Soziales Jahr bei uns. Nils, ich danke dir für deine Arbeit, Ideen und Geduld. Hingegen müssen wir leider auf Nele und Inga verzichten; sie widmen sich mehr ihrem Studium bzw. sind nicht mehr vor Ort. Auch Bernd Klose, Hartmut Digutsch, Gaby Schulz, Amke Nimmrich und David Kerscher haben uns unterstützt. Vielen Dank an alle Trainer für euer Engagement!

Ulrike Zumegen, Nils Rothhardt, David Kerscher und Max Müller haben 2013 erfolgreich an der Trainer C-Ausbildung des Ruderverbands Schleswig-Holstein in der Ruderakademie Ratzeburg teilgenommen. Somit sind wieder alle Trainer der Jugendabteilung lizensiert.

Zehn Mitglieder des EKRC haben erfolgreich am 15. Kieler Steuerleutelehrgang teilgenommen: Rainer Collberg-Grebenkämper, Cristina Freitag, Barbara Keunecke, Susanne Ihle-Gerschwitz, Stefan Lauther, Volker Franz, Werner Lehmann, Beate Lengl-Janßen, Maren Schur-Pirk und Sigmar Schultz.

„Die Anfängerausbildung schließt mit dem Freirudern ab. Das Freirudern

besteht aus einem praktischen und einem theoretischen Teil“, heißt es in der Freiruderordnung, die Bestandteil der neuen Ruderordnung ist. Die gilt es nach dem einstimmigen Beschluss auf der Mitgliederversammlung umzusetzen. So haben sich beim ersten Freirudern im EKRC nach vielen Jahren zehn Mitglieder frei gerudert: Louisa Kulawik, Andrea Suhr, Holger Apostel, Lutz Besch, Tilman Besch, Alexander Claviez, Hartwig Hardell, Holger Röschmann, Julian Schröder und Thomas Schröder. Herzlichen Glückwunsch! Vielen Dank an Christina Dunsing für die Unterstützung. Informationen zum Freirudern sind auf unserer Homepage unter www.ekrc.de/rudern/freirudern/ zu finden.

Freizeitsportangebote und Aktionen initiieren und anbieten

Im Angebot waren auch wieder offene Rudertouren. So waren 17 Jugendliche 12 Tage auf der Mecklenburgischen Seenplatte bei bestem Sommer-, Ruder- und Badewetter unterwegs. Michael Böhmer erkundete in der Pfingstwoche mit 14 Ruderern die Gewässer im Süd-Osten von Berlin. 17 Ruderer nahmen an der Wochenendtour Ende Oktober auf den Schweriner Seen teil. Auch die eintägigen Rudertouren wurden sehr gut nachgefragt. Im Juli fand wieder der Skifftag in Preetz statt, vielen Dank an Sabine. 24 Teilnehmerinnen und Teilnehmer ruderten im August auf der Schlei. Und im September sorgte Bernd wieder für eine Rudertour auf dem Plöner See.

Das Feiertagsrudern auf der Kieler Förde am Ostermontag, Maifeiertag, Pfingstmontag, Heiligabend und Silvester wurde ebenfalls gut angenommen.

Im März stand unser Mitglied Meike Evers-Rölver, zweimalige Olympiasiegerin, für ein Techniktraining auf den Ergometern zur Verfügung. Und im April haben wir eine Videoanalyse auf dem Wasser angeboten. Wir arbeiten an Wiederholungen dieser Aktionen.

Was im Jubiläumsjahr mit nur einer Bugballlänge verloren ging, klappte 2013 mit deutlichem Vorsprung umso besser: Der EKRC gewinnt das 16. Stadtachterrennen zur Kieler Woche mit Rona Schulz, die Junioren-Weltmeisterin 2011, und Claudia Mack, Studenten-Europameisterin 2010, Christina Dunsing, York-Anton David, Alejandro Enriquez Rioja, Maria Zankow, Tim Piesch, Niels Piesch sowie Steuerfrau Heike Roggenbrodt..

Der EKRC beteiligt sich jedes Jahr am Fahrtenwettbewerb des Deutschen Ruderverbands. Ich danke Michael Böhmer, der das Fahrtenbuch auswertet und die Daten beim DRV einreicht.

Zum dritten Mal war der Ruderverband Schleswig-Holstein beim Tag des Sports des Landessportverbands vertreten. Die sechs Ruderergometer des EKRC standen von 10 bis 18 Uhr kaum still. Vielen Dank dem Helfer-

team und dem EKRC. Der EKRC unterstützte auch ein Kompaktwochenende der Sportstudierenden der Universität Flensburg.

Netzwerke pflegen und nutzen

Für unsere Kommunikation nutzen wir u. a. unsere Internetauftritte www.ekrc.de und www.ekrc-jugend.de. 2013 wurden auf ekrc.de 58 und auf ekrc-jugend.de 14 Artikel veröffentlicht. Der EKRC ist bei Facebook unter www.facebook.com/ekrc.de dabei. Die Möglichkeiten eines E-Mail-Newsletters sind noch verbesserungsfähig.

Die Ruderlobby Kiel wird von einem EKRC-Mitglied koordiniert.

Der EKRC nutzt die Angebote des Ruderverbands Schleswig-Holstein und der Schleswig-Holsteinischen Ruderjugend bei Leistungssport, Lehre, Freizeitsport und Ruderjugend. Drei EKRC-Mitglieder sind Mitglieder des Vorstands im RVSH bzw. der SHRJ.

Der EKRC nimmt die Angebote des Deutschen Ruderverbands wahr. Ein EKRC-Mitglied ist Ehrenmitglied des DRV, ein EKRC-Mitglied ist Mitglied im Fachressort Bildung, Wissenschaft und Forschung sowie im AK Sicherheit.

Es war wieder ein tolles und spannendes Jahr für mich im EKRC. Ich bedanke mich bei so vielen Mitgliedern für ihre Freude am Rudersport und für ihr freiwilliges Engagement in unserer Vereinsfamilie. Während ich diesen Bericht schreibe, kann ich aus beruflichen Gründen noch nicht abschätzen, ob ich dem EKRC weiterhin wie bisher zur Verfügung stehe.

Andreas König

Boots- und Gerätewart – Bericht 2013

Alle Boote konnten für den Ruderbetrieb funktionsfähig gehalten werden. Die im letzten Jahr neu eingeführten Patenschaften zur Bootspflege zeigen erste Erfolge. Vorhandene Mängel konnten schneller beseitigt werden und bis auf den Achter »Union« auch die Oxidation der Alu-Ausleger vermieden werden.

Die Union wurde noch einmal gründlich in der Werkstatt überholt, es kommt nun auf die Dauerpflege an. Ein Unfallschaden sowie Reparaturen an einem Skiff und Doppelzweier, die nicht mit Bordmitteln zu erledigen waren, wurden durch eine örtliche Bootswerft durchgeführt.

Der Klinker-Zweier »Behler See« wurde vom Westensee abgezogen. Er ist nicht mehr reparabel und muss ausgemustert werden.

Die Sonderarbeiten zum An- und Abrudern waren sehr gut besucht. Bei der Vielzahl der Helfer verlor ich mitunter fast den Überblick, aber die Arbeit hat sich gelohnt. Ich danke allen Helfern für ihren Einsatz.

Da die helfenden Hände immer wieder von den selben Mitgliedern angeboten werden, sieht sich der Vorstand veranlasst, eine Regelung zur allgemeinen Gemeinschaftsarbeit einzuführen. Immer noch fallen Arbeiten an, die wir an bezahlte Kräfte abgeben müssen für Geld, welches wir lieber anders einsetzen würden. Hierzu mehr an anderer Stelle in diesem Heft.

Bei allen positiven Entwicklungen in Richtung »aktive Mitglieder« ist es uns leider nicht gelungen, die Ordnung in den Bootshallen einzuhalten. Nach wie vor wird häufig Bootsmaterial dort abgelegt, wo gerade Platz ist. Boote, die mit schmutzigem Schuhwerk betreten werden (kann ja immer mal passieren), werden nicht gründlich – auch von innen - gereinigt, Steuermannssitz bzw. Rollsitzeinheit nicht richtig an die benannten Plätze gebracht und die Dollenschutzbälle irgendwo verlegt. Bitte etwas mehr Sorgfalt, ein paar Minuten hierfür müssen über sein und sparen anderen langes Suchen oder gar aufwändige Instandsetzungen.

Leider konnten die letzen beiden Bootslager in der Wanderbootshalle noch nicht realisiert werden, aber auch in 2014 soll ja noch etwas zu tun bleiben.

An sich sind keine Bootsanschaffungen geplant, da wir derzeit gut aufgestellt sind. Allerdings wäre mein Vorschlag, als Ersatz für die »Behler See« einen strapazierfähigen Riemen-Zweier mit Steuermann anzuschaffen, um die Ausbildung im Riemenrudern zu intensivieren. Eventuelle Sponsoren sind zur Grundlagenbildung aufgerufen.

In der Rennboothalle ist es jetzt sehr eng geworden. Wenn alle Boote zum Training aufgeriggert werden, ist eine vernünftige Lagerung nicht mehr sichergestellt. Wir sollten eventuell einen Achter veräußern.

Nochmals Dank an alle fleißigen Helfer. Bleibt mir treu, denn dann packen wir es.

Christian Prey

Vergnügungswart – Bericht 2013

Die Aufgabe übernahm ich Im März 2012, ohne zu ahnen, was tatsächlich von mir erwartet wird. Das bedeutete: Viel fragen, viel recherchieren, selber Ideen einbringen, um dort Veränderungen vorzunehmen, wo es mir ratsam erschien und um Bewährtes zu bewahren.

Als erstes nahm ich mir die Einladungen und Antwortkarten vor. Also Gestaltungsideen entworfen, Texte ebenso, mit der Designerin unserer Hausdruckerei zig-Mal hin und her gemailt, den Vorstand mit eingebunden, nochmals korrigiert, zum Druck freigegeben, Umschläge für die In-

fo-Post bestellt, dann endlich nach ca. 1400 Arbeitsschritten*2 die Umschläge zur Post gebracht; in der Folge dann die Antwortkarten ausgewertet (Teilnehmer, Gäste, welches Essen, Plazierungswünsche etc.). Über das Ergebnis werden der Vorstand und der Gastronom informiert.

Für die Erfassung der Vorbereitungen/Arbeitsabläufe gibt es jetzt fortlaufende Planungs- und Ablauflisten, zu neudeutsch to-do-Listen, die ständig auf den neusten Stand gebracht werden. Hier wird alles erfasst, was an Aufgaben zu bewältigen ist, nachdem das Konzept erarbeitet und mit dem Vorstand abgestimmt ist.

Der Aufwand für die Vorbereitung ist durchaus unterschiedlich, hier z.B. das Grünkohlessen: Auswahl des Lokals, das bitte auch eine Kegelbahn und Platz für alle Aktivitäten haben soll; das Essen soll exzellent und trotzdem bezahlbar sein, die Umgebung für die Spaziergänge und die Laufstrecke möglichst attraktiv; die Sportler sollten sich auch noch duschen können und bitte doch alles verkehrsgünstig gelegen. Also Besichtigungstermine, Absprachen vor Ort, Bitten um Gewinne für die Tombola usw. usw.

Etwas eingeschränkt gilt das auch für die anderen Veranstaltungen, für die man im Vorfeld auch manchen Rat bekommt: Von allen Aktivitäten bitte nicht zu viel, aber auch nicht zu wenig, nicht zu früh und nicht so spät; bitte ganz kurz, aber ausführlich. Die Essensauswahl, Aktivitäten und Musikinteressen sind bei einer Altersspreizung von 14 – 94 Jahren auf einen Nenner zu bringen, ebenso wie Platzierungswünsche (die Tischordnungen tut sich der Vorsitzende gerne selber an).

Nun mach mal, Vergnügungswart.

Und der macht es sogar gerne, solange er wie bisher unterstützt wird.

Frank Engler

Pressewart – Bericht 2013

Meine Haupttätigkeit besteht natürlich in der Herausgabe der vierteljährlichen **Clubmitteilungen**. Diesen Bericht möchte daher nutzen einmal vorzustellen, welche Arbeitsschritte notwendig sind, bis Ihr schließlich die fertige Zeitung in den Händen haltet.

Die Clubmitteilungen

Die Arbeit beginnt mit einer groben Planung des Inhaltes. Auch wenn es im Laufe des Jahres wiederkehrende **Themen** gibt, so sind aktuelle Veränderungen natürlich am spannendsten. Zwar bekomme ich vieles mit,

---

[2] *Wieso ca. 1.400? **1**. 350 Umschläge etikettieren (aus 400), **2.** 350 Einladungen und 350 Antwortkarten zusammenfügen, **3.** 350 x Beides zusammen eintüten **4.** 350 x zukleben. Ach ja, davon noch für ca. 40 Auswärtige Umschläge frankieren.*

was im Club läuft, bin hier aber immer auf Eure Mitarbeit angewiesen. Wenn Ihr meint, interessante Themen für die Clubzeitung zu haben, so lasst es mich wissen. Auch reine Hinweise sind willkommen. Es müssen nicht immer große Themen sein – auch eine neue Sicht auf den vermeintlich uninteressanten Cluballtag (z.B. die erste Schwentinefahrt eines neuen Ruderers an einem schönen Sommerabend) sind interessant. Habt keine Angst, dass Ihr mit einem Hinweis auch gleich den »Schwarzen Peter« habt, etwas schreiben zu müssen. Am meisten freue ich mich natürlich über einen fertigen Bericht, aber wenn Ihr Euch das nicht zutraut, formuliere ich auch mit Eurer Hilfe gerne etwas selber.

Habe ich Eure Berichte beisammen, beginnt mit dem **Layout** die eigentliche Arbeit. Idealerweise kann ich die Berichte so in die Zeitung übernehmen, aber häufig gibt es doch etwas anzupassen. Mal gilt es, einen umfangreichen Fahrtenbericht zu straffen, mal an einigen Formulierungen zu feilen oder lange Berichte mit Überschriften zu strukturieren. Nicht immer kann ich die Änderungen aus Zeitgründen mit den Verfassern abstimmen und manchmal passieren mir dabei auch Fehler – hierfür an dieser Stelle noch einmal meine Entschuldigung und der Dank für Eure Geduld mit mir.

Wenn die Inhalte und die grobe Struktur stehen, beginnt mit dem **Schlusslayout** die letzte Herausforderung: Die fertige Zeitung muss zum Drucken eine Seitenzahl bekommen, die durch vier teilbar ist. Und dann sitze ich mitunter vor der Entscheidung, noch zwei Seiten einzudampfen, oder mir noch zwei weitere aus den Fingern zu saugen. Manchmal reicht es auch, großzügig Fotos einzubauen oder welche durch Anzeigen zu ersetzen. Gut ist es dann, noch einen Bericht in der Hinterhand zu haben, der vielleicht nicht zeitaktuell gebracht werden muss.

Die Clubmitteilungen finanzieren sich zu einem großen Teil aus **Anzeigen** von Clubmitgliedern und Sponsoren. An dieser Stelle daher von meiner Seite auch einmal ein herzlicher Dank an alle Förderer, die uns immer wieder ermöglichen, unser Clubleben in der vorliegenden Form zu kommunizieren.

Zu Beginn jeden Jahres müssen die Anzeigen neu eingeworben werden. Auch wenn Bernd Klose die eigentliche Akquisition übernimmt, bedarf es nach Vorliegen einer Zusage mitunter noch einiger Abstimmung, bis ich die druckfertigen Anzeigen in den Händen halte. Darüber hinaus gestalte ich einige Anzeigen nach Vorgaben der Inserenten selber oder kümmere mich um die Aktualisierung von Anzeigen mit wechselnden Inhalten.

Steht schließlich die Ausgabe, so bereite ich sie für die **Druckerei** vor: Je einen Auszug für den farbigen Deckel, den farbigen Mittelteil sowie den schwarz-weiß gedruckten Innenteil. Alles auf CD und mit der Druckerei

durchgesprochen. In der Zwischenzeit hat Jürgen die Etiketten gedruckt und so kann die Zeitung schließlich zur Post und durch diese zu Euch gebracht werden.

Seit langem könnt Ihr die Zeitung auch auf unserer **Homepage** im Internet lesen. Auch hierfür muss ich die Ausgabe aufbereiten, das Ganze hochladen und schließlich publizieren. Und schon könnt Ihr – meistens noch vor der Druckausgabe – im Internet schon einmal mitlesen.

Wie Ihr seht, steckt eine Menge Arbeit in einer Ausgabe der Zeitung. Und weil dies nicht am Freitagnachmittag zu schaffen ist, beginne ich meist schon bald nach Fertigstellung einer Ausgabe mit den Arbeiten an der nächsten…

Weitere Aktivitäten

Eine weitere Leidenschaft von mir ist ja die Fotografie. Und wenn ich dann einige Zeit in die Fotos investiert habe, verwende ich diese neben Zeitung und Homepage gerne auch noch für andere Zwecke.

So wird im Frühjahr der **Schaukasten** aktualisiert. Eine Winterausgabe hatte ich mir zwar vorgenommen, aber nicht mehr geschafft. Vielleicht nächsten Winter.

Eigentlich würde man die **externe Pressearbeit** auch beim Pressewart erwarten. Diese haben wir aber aus praktischen Gründen aufgeteilt. So berichten von Regatten die Aktiven oder Trainer, meistens schon vom Regattaplatz oder während der Rückfahrt, direkt an den verantwortlichen Redakteur, damit die Informationen rechtzeitig zum Annahmeschluss in der Redaktion vorliegen. Zu anderen großen Ereignissen (z.B. An- oder Abrudern, Rudern gegen Krebs) versuchen wir immer, die Presse einzuladen, so dass der Redakteur die Informationen direkt aus erster Hand beziehen kann.

Hans-Martin Hörcher

Schriftwart – Bericht 2013

Zu den wiederkehrenden Aufgaben des Schriftwarts gehört die Erstellung der Protokolle der

- Vorstandssitzungen (in 2013 waren es 10 Sitzungen)
- Sondersitzungen
- Mitgliederversammlung

Am Ende des Geschäftsjahres (=Kalenderjahr) erfolgt per PC die Selektierung der Mitgliederzahlen nach Alter und Geschlecht für die Meldungen an den DRV und LSV. Danach werden von den genannten Institutionen die Beiträge erhoben. Die ermittelten Mitgliederzahlen werden auch in der Clubmitteilung veröffentlicht.

Weitere Aufgaben sind auf Anfrage des jeweiligen Ressorts das Drucken der Adressetiketten für den Versand der CM und Einladungen. Ebenso lasse ich auf Anfrage der Ressortinhaber eine aktuelle Mitgliederliste drucken.

In diesem Frühjahr erfolgte die Umstellung auf die Sofware „PGS Verein". Damit werden künftig die Buchhaltung, die Mitgliederbetreuung (Neuzugänge, Kündigungen, Adressänderungen) und Statistiken, Listen und Adressaufkleber „gefahren".

Weiterhin gehört die Beschaffung von Büromaterial zu den wiederkehrenden Aufgaben.

Jürgen Kähler

Ältestenrat – Bericht 2013

Gemäß der Satzung des EKRC hat der Ältestenrat u.a. die Aufgabe, das Vereinsgeschehen im sportlichen und gesellschaftlichen Ablauf zu beobachten und ggfls. Anregungen zu geben. Außerdem soll der Ältestenrat bei Streitigkeiten versuchen eine gütliche Einigung herbeizuführen.

Aus der Sicht des Ältestenrates verlief das Jahr 2013 harmonisch und ohne Schlichtungsbedarf. Die hervorragende Arbeit des gesamten Vorstandes wird von den Mitgliedern durchgehend mit viel Lob und Dankbarkeit registriert.

Eine Bereicherung der Aktivitäten ist das von **Gaby Schulz** organisierte Zumba-Angebot und die Rückenschule von **Rainer Colberg-Grebenkämper** für ältere Mitglieder. Beide Bereiche erfreuen sich großer Beliebtheit.

Die von **Andreas König** organisierten Gemeinschaftsfahrten sowie die Wanderfahrten von **Michael Böhmer** waren Selbstgänger und immer ausgebucht. Das **Teamrudern** mit Andreas ist nach wie vor ein Knüller, ebenso wie das Early Bird-Rudern mit **Hans-Martin Hörcher.** Das von Michael Böhmer betreute **elektronische Fahrtenbuch** wird von allen Aktiven gelobt.

Die positive Mitgliederentwicklung, durch engagierte Betreuung unserer Ausbilder, wird als sehr erfreulich von den Mitgliedern wahrgenommen. Hervorzuheben ist hier **Hartmut Digutsch,** welcher sich außerordentlich bei der Anwerbung und Ausbildung neuer Mitglieder einbringt. Die Eingliederung der Neumitglieder in die bestehenden Rudergruppen oder die Bildung neuer Gruppierungen hat sehr gut funktioniert.

Im Mastersbereich hat **Jürgen Wartenberg** einen beachtenswerten Frauenvierer geformt, welcher mit Elan und Spaß bei der Sache ist.

Die seit Jahren fest installierten Termine aller Altersgruppen sind weiterhin beliebte Anziehungspunkte. Stellvertretend einige Beispiele:

Aus Vorstand und Redaktion

Die **Vormittags- Rudergruppe** um Uwe Johannsen und Bernd Vobbe rudert jahresdurchgängig Dienstags und Donnerstags um 10:00 Uhr mit großer Beteiligung.

Der **Hansen- Vierer** mit Hans-Rudolf Schröder, Klaus Bartuschek und Klaus Leemhuis ist auch nach dem Ausfall von Konni Feldmann und dem Namensgeber Jochen Hansen, mit neuen Mannschaftskameraden weiterhin, im Winter im Ruderkasten oder auf dem Ergometer und im Sommer im Boot, jeden Dienstag ab 17:00 Uhr aktiv

Der **AH-Fitnes-Achter** um Dieter Petersen und Rolf Esselbach rudert nach wie vor jeden Montag und Donnerstag um 17:00 Uhr und trifft sich im Winter entsprechend zum Ergo-Rudern, Kasten-Rudern und anderen Aktivitäten.

Der **Freitags-Vierer** mit u.a. HansA Friese und Jens Benthin, der sich nach einigen Ausfällen neu formiert hat, ist im Sommer ebenfalls regelmäßig im Boot und im Winter bei der Rückenschule mit Rainer aktiv.

Die beiden **Skatgruppen „Balduin“ und „Die blinden Vögel“** sind an jedem Dienstag Abend Gäste im Rundbau und betreiben mit Begeisterung ihr schönes Hobby.

Erfreulich ist die **Beteiligung neuer Mitglieder** und insbesondere **jugendlicher Mitglieder** an den angebotenen **Clubveranstaltungen und bei den Arbeitseinsätzen.** Bei den Vorbereitungen zum Sommerfest zeichnete sich die Jugendabteilung besonders aus. Der **Trainingsfleiß und die Begeisterung unserer jungen Leistungssportler** lässt Hoffnungen auf die Zukunft keimen. Es macht Spaß deren Trainingsaktivitäten zu beobachten.

Das **Engagement** unseres Schriftwartes **Jürgen Kähler** in Bezug auf **Sauberkeit und Ordnung** auf dem Bootsplatz, in den Hallen, im Männerumkleideraum und in der Dusche ist vorbildlich. Wie es ohne ihn aussehen würde kann man teilweise zwischen seinen Aktivitäten erleben

Ein großartig organisiertes und durchgeführtes **Pellkartoffelessen** kam bei allen Teilnehmern super an und war wieder einmal ein Höhepunkt des Jahres.

Im laufenden Sportbetrieb unsers Clubs ergeben sich natürlich auch kritische Anmerkungen:

Bunt zusammengewürfelte Kleidung beim Mannschaftsrudern trägt **nicht unbedingt zum Image unseres Clubs bei.** Bei Neumitgliedern ist allerdings ein Trend zu einheitlicher Clubkleidung zunehmend zu erkennen. Es wäre zu begrüßen, wenn dieses ein allgemeiner Trend werden könnte.

Beobachtet wurden teilweise **Unkenntnis oder Missachtung gängiger Regeln** bei der Behandlung des Rudermaterials oder bei der Befolgung von Ruderbefehlen im Mannschaftsboot. Die Folgen sind dann z.B. verbogene Ausleger durch falsches Anlegen oder unsachgemäßes Drehen des Bootes. **Offene Dollen beim Drehen des Bootes** führen schnell zu Beschädigungen der Dollen- Bügel. Bei der Ablage der Boote auf den unteren Rollwagen werden die hängenden Dollen-Bügel ebenfalls leicht **verbogenen oder gar abgebrochen.**

Skulls, Riemen, Steuer, Steuersitze und Rollsitzvorrichtungen der Dreier (Vierer o. Stm.) werden oft einfach **irgendwo hingehängt**, trotz vorhandener Kennzeichnung.

Eine immer wieder beobachtete **Unsitte** ist es, **Rollenlager für Boote** einfach **mitten im Raum stehen** zu **lassen** anstatt diese nach dem Heraustragen der Boote an ihren Platz zurückzuschieben. **Dasselbe gilt für die praktischen Drehböcke** für die Gigboote.

Lose hängende Bugleinen sind gefährliche Stolperfallen beim Tragen der Boote. Trotzdem wird das Festbinden der Bugleine nach dem Ausheben der Boote aus dem Wasser oft vergessen. Leider nicht nur bei Anfängern.

Oft findet man beim Einsteigen in das Boot **völlig lose Stemmbretter** vor. Es stellt sich die Frage, wie die Vorgänger damit rudern konnten. Den festen Sitz der **Stemmbretter und den Verschluss der Dollenbügel** vor dem Ablegen zu überprüfen, sollte für jeden Ruderer eine Selbstverständlichkeit sein.

Mit **Besorgnis** hat der Ältestenrat zur Kenntnis genommen, dass aktive Clubmitglieder auch bei **extremen winterlichen Wetterverhältnissen**, wie Starkwind mit Schaumkämmen auf dem Wasser oder beginnenden Eisgang, **auf der Förde rudern.** Wegen der damit verbundenen Gefahr sollten die betroffenen Aktiven dieses Verhalten einmal in Ruhe, auch mit Blick auf ihre Eigenverantwortung, überdenken.

Insgesamt **überwiegen** bei der Rückbetrachtung auf das abgelaufene Jahr eindeutig **die positiven Wahrnehmungen** und es macht offenbar Spaß Mitglied im Ersten Kieler Ruder Club zu sein.

Für den Ältestenrat: Jens Paustian, Vorsitzender

Jugendvorsitzender – Bericht 2013

Findet Ihr auf Seite 41.

Aus Vorstand und Redaktion

Neue Mitglieder

Sogar jetzt im Winter begrüßen wir neue Gesichter am Steg:

Anne Klose	Julius Hohnholz	Maximilian Johannes Kobow
Joshua Zimmermann	Philipp Hengel	Domonik Wocheslander

Willkommen im Club und viel Spaß beim Rudern!

Spenden

Spenden erhielten wir von

Christian Prey	Klaus Leemhuis	Helga Puschendorff
Dr. Johannes Berg	Sabine Gödtel	Harald und Gaby Schulz

sowie unserem Sponsor J.P. Sauer Kompressoren

Allen Spendern einen herzlichen Dank!

Eine Bitte Eurer Schatzmeisterin

Wenn sich Eure Kontoverbindung ändert, so teilt uns dies bitte rechtzeitig mit. Es kommt Immer wieder vor, dass eine Beitragslastschrift wegen ungültiger Kontendaten zurückgebucht wird. Dies ist ärgerlich und kostet neben viel Mühe auch unnötige Gebühren, die wir in einem solchen Falle an Euch weitergeben müssen.

Auch wenn sich andere Daten ändern, so denkt bitte auch an den Club. Dies gilt neben Eurem Beitragsstatus insbesondere für die Anschrift. Sollte diese nicht mehr stimmen, so würden Euch weder diese Clubmitteilungen noch die Einladungen zu den Clubveranstaltungen erreichen, und das wäre doch schade.

LEEMHUIS 77
HANDTASCHEN + KOFFER
Holstenstrasse
24103 Kiel – RUF 04 31/9 49 45

Gemeinschaftsarbeit

Im letzten Heft hatten wir die Einführung von Gemeinschaftsarbeit für dieses Jahr angekündigt, was bereits viele Diskussionen, aber auch viele Fragen aufgeworfen hat. Einige dieser Fragen wollen wir an dieser Stelle beantworten.

Termine

Es fällt das ganze Jahr über Arbeit an Booten und Clubhaus an. Daher bieten wir nun über das Jahr verteilt Termine an, zu denen Ihr tätig werden könnt:

wann		was gibt es zu tun	Koordinator
08.02.	10:00 – 14:00	Bootspflege	Claus Höppner
15.02.	10:00 – 14:00	Bootspflege	Claus Höppner
01.03.	10:00 – 14:00	Bootspflege	Claus Höppner
22.03.	10:00 – 14:00	Bootspflege	Hauke Bührk
05.04.	10:00 – 14:00	Gelände-, Gebäude- und Bootspflege	Christian Prey u Bernd Klose
30.05.	16:00 – 18:00	Aufbau wg "Rudern gegen Krebs"	Bernd Klose u Siggi Schürmann
31.05.	08:30 – 12:00	„Rudern gegen Krebs" – Aufbau Steghelfer und -Aufsicht; Steuern	Bernd Klose
	13:00 – 18:00	Steghelfer und -Aufsicht; Steuern Abbau	
14.06.	10:00 – 14:00	Bootspflege	Hauke Bührk
12.07.	10:00 – 14:00	Bootspflege	Hauke Bührk
29.08.	16:00 – 18:00	Aufbau wg Sommerfest	Frank Engler
01.11.	10:00 – 14:00	Gelände-, Gebäude und Bootspflege	Christian Prey u. Bernd Klose
08.11.	10:00 – 14:00	Bootspflege	Christian Prey

Wie viele Helfer zu dem jeweiligen Anlass benötigt werden, ergibt sich aus den Anmeldelisten, in die Ihr Euch rechtzeitig vor den einzelnen Terminen am Schwarzen Brett eintragen könnt. Und bei vielen dieser Arbeiten könnt Ihr vielleicht auch etwas dazulernen, wenn Ihr z.B. unserem Bootbauer Hauke Bührk bei der Instandsetzung der Boote zur Hand geht – abgesehen davon, dass solche Aktionen gemeinsam sicher viel Spaß machen.

Weitere Tätigkeiten

Wer mit offenen Augen durch das Clubleben geht, wird auch außerhalb dieser Gemeinschaftstermine jede Menge Tätigkeiten finden, in die er sich jederzeit einbringen kann. Hier einige Anregungen:

- Regelmäßig den Rasen mähen, den Steg säubern, Laub zusammenharken oder den Bootsplatz sauber halten
- Pflege von Parkplatz und Grünanlagen vor dem Clubhaus
- Ausbildung für Mannschaften zu Rudern gegen Krebs (vgl. Seite 27)
- Regelmäßige Überprüfung und Instandhaltung der Ergometer

- Organisation einer Tages- oder Wochenendwanderfahrt (mit klassischem oder neuem Ziel) oder dem Skifftag
- Betreuung der Computer für das Fahrtenbuch, Mitbetreuung der Homepage

Wenn Ihr Euch zu einer solchen Aufgabe verpflichten möchtet oder einen anderen Vorschlag habt, sprecht einfach jemanden aus dem Vorstand an.

Modalitäten

Wie soll die Buchführung gestaltet werden? Zu den Gemeinschaftsterminen werden wir ein Büchlein auslegen, in das sich die Teilnehmer eintragen und welches der Koordinator abzeichnet. Einzelarbeiten (z.B. vor dem Rudern einmal ½ Stunde den Rasen gemäht) werden wir – wahrscheinlich am Fahrtenbuch) kleine Erfassungsbögen bereithalten. Hierauf vermerkt Ihr Art der Arbeit und Zeitaufwand und werft ihn in einen bereitstehenden Kasten. Wir werden die Arbeiten unterjährig zeitnah erfassen, so dass Ihr jederzeit einen Überblick über Euer »Zeitkonto« bekommen könnt.

Apropos Zeitkonto: Nachdem wir letztes Mal von zehn Stunden pro Aktivem ausgegangen waren, haben wir nun beschlossen, das Ganze zunächst mit acht Stunden zu beginnen.

Wir meinen, dass wir auf diese Weise jedem aktiven Ruderer genügend Gelegenheit geben werden, sich auf seine Weise in den Club einzubringen und so der Clubgemeinschaft etwas von dem zurückzugeben, was er bei seiner Teilnahme am Sportbetrieb von ihr bekommt.

5. Benefitzregatta »Rudern gegen Krebs« in Kiel

Die Stiftung **Leben mit Krebs** veranstaltet am 31.Mai 2014 die 5. Benefizregatta **Rudern gegen Krebs** an der Kiellinie.

Die in der Ruderlobby Kiel organisierten Rudervereine werden auch in diesem Jahr gemeinsam mit vielen Helferinnen und Helfern die Regatta ausrichten. Unter www.ruderlobby.de erhaltet Ihr alle weiteren wichtigen Informationen sowie auch die Meldeformulare.

Veranstaltungsort und Organisation werden in diesem Jahr turnusgemäß in den Händen des EKRCs liegen. So wende ich mich schon jetzt mit der Bitte um viele helfende Hände an alle Clubmitglieder. Die Unterstützung kann in Form der Ausbildung (es sind unsererseits 12 Mannschaften zu betreuen), am Tag der Regatta als Steuerfrau/-mann, als Steghelfer oder im Regattabüro erfolgen.

Auch zum Aufbau des Regattaplatzes wird viel Hilfe benötigt.

Hierzu wird rechtzeitig eine Teilnahmeliste am Schwarzen Brett ausgehängt. Die erbrachten Arbeiten werden selbstverständlich der zu erbringenden Gemeinschaftsarbeit angerechnet.

Ich hoffe, dass wir, wie bereits in 2012, alle gemeinsam wieder eine ordentliche Leistung abliefern werden.

Bernd Klose

Neulich vor dem Bootshaus
Was ich mich manchmal frage: Wie kommt ein Schneepflugfahrer morgens zur Arbeit? und wenn es heute 0 Grad hat und morgen doppelt so kalt werden soll, wie kalt wird es morgen?
Wann wird es endlich Frühling!?
Matthias Falk

Carl Storjohann Gedächnislauf

"Sehr schön, ein Gedächtnislauf, der ist wohl das etwas knackigere Pendant zu der ebenfalls angebotenen Wanderung", dachte ich und packte prompt den Kollegen Röbisch ein, um uns ein wenig Hunger zu erlaufen. Ich lockte ihn mit der Aussicht auf Korn, welchen es wohl unterwegs geben würde.

"Die zwei Kilometer schafft man immer!"

Bei 10 Grad minus und strahlendem Sonnenschein kamen wir im schönen Probsteierhagen bzw. dem zur Verfügung gestellten Clubhaus des S.V.P. an. Wir trafen auf sieben muntere Kameraden und Kameradinnen neuerlichen Jahrgangs.

Als wir vollständig zu sein schienen, verließen wir das Clubhaus und gingen an den "Start". Florian sorgte an dieser Stelle für eine präzise und faire Startaufstellung, gefolgt von einer Erklärung des Streckenverlaufs. Langsam dämmerte mir, wo wir hineingeraten waren. Ich hatte den Volker vor falsche Tatsachen gestellt.

Zack - da ging es auch schon los, die munteren Kameraden sprinteten davon, wie von Taranteln gestochen. Kollege Röbisch und ich mussten zunächst einmal realisieren, dass 8 km Laufstrecke vor uns liegen und wir deutlich ranklotzen müssen, um den Anschluss auf dem Weg nach Tökendorf nicht gänzlich zu verlieren. Und Korn gibt es auch nicht.

Nach einer Schleife im Wald am Dobersdorfer See erreichten wir deutlich geschwächt im hinteren Siebtel das warme Clubhaus zurück in Probsteierhagen.

Für Hunger und Durst war gesorgt, nun kam der entspannte Teil des Tages - aktive Regeneration bei Familie Biermann mit Lütt un Lütt.

Patrick Hayes

Einige Fotos vom Lauf wie auch vom anschließenden Grünkohlessen findet Ihr im farbigen Heftmittelteil.

CLUB-KLEIDUNG

in den original EKRC-Clubfarben

Ruderhemd, ½ Arm	€ 38,--	Anstecknadel	€ 3,--
Ruderhemd, Träger	€ 48,--	Wappen für Blazer	€ 15,--
Ruderhose, kurz	€ 34,--	EKRC-Krawatte	€ 25,--
Ruderhose, lang	€ 44,--	EKRC-Fliege	€ 20,--
EKRC-Einteiler	€ 79,--	EKRC-Tuch	€ 20,--
- mit Sponsorenaufnäher	€ 59,--	EKRC-Aufkleber	€ 2,--
Ruder-Weste	€ 74,--	EKRC-Mütze	€ 18,--
Regenjacke	€ 109,--	Schlüsselband, blau/rot	€ 4,50
EKRC-Sweatshirt	€ 35,--	Tischflagge	€ 20,--
Polohemd, blau	€ 28,--	EKRC- T-Shirt, blau	€ 16,50

Die Clubkleidung ist in allen gängigen Größen erhältlich im Internet:
www.ekrc.de/ekrc/clubkleidung

oder bei: Bernd Klose, Siggi Schürmann (Telefonnummern hinten im Heft)
E-Mail: clubkleidung@ekrc.de

Solange der Vorrat reicht – Bezahlung: Überweisung nach Rechnung

Denkt beim Rudern an entsprechende Clubkleidung!

Träumen - Buchen - Verreisen

Flüge weltweit

Last Minute

Pauschalreisen

Ski-Reisen

Individualreisen

Ferienhäuser/Hotels

Mietwagen

Reisepreis-Vergleichssystem

Reisebüro KLOSE
www.reisebuero-klose.de

Reisebüro Klose · Holtenauer Straße 90 · 24105 Kiel · Telefon 0431/57939-0
www.reisebuero-klose.de · info@reisebuero-klose.de

Auf den richtigen Partner kommt es an.

Förde Sparkasse

Wenn man ein gemeinsames Ziel vor Augen hat, ist es wichtig, verlässliche Partner an seiner Seite zu wissen. Was für sportliche Höchstleistungen gilt, lässt sich auch auf finanzielle Fragen übertragen. Lassen Sie uns über Ihre Ziele reden.

LORENZ

Marc Lorenz vertraut uns seit 2009
alle anfallenden Arbeiten im Bereich Werbung und Kommunikation an.

Als Firmenmitglied unterstützen wir den EKRC passiv und als Werbeagentur helfen wir aktiv.

Von der konzeptionellen Beratung über die grafische Gestaltung bis hin zur werbetechnischen Umsetzung bleibt alles in unseren Händen.

Das sind drei gute Gründe uns anzurufen und uns zu sagen, was wir für Sie tun können.

Darüber würden wir uns wirklich sehr freuen.

0431 2209890 | milch43.de

MILCH43°
Agentur für Werbung und Kommunikation

Schnee oder kein Schnee?

Langlaufwochenende im Harz

Eigentlich war die Frage für fast alle vorab schon schweren Herzens zugunsten „Nicht-Schnee“ beantwortet, angesichts der Wettervorhersagen, Webcams und was noch so alles bemüht wurde. So hatten sich alle, bis auf drei EKRC-Skihaserln entschieden, ihre Skier zu Hause zu lassen, was diese zum Teil doch sehr bereut haben. Noch bis gefühlt 200 Meter vor Torfhaus war auch wirklich nichts Weißes zu sehen, aber Oderbrück dann – unser alljährliches und sehr geschätztes Ziel - empfing und verschneit und die Loipe gleich nebenan war gespurt.

Also schnell entschlossen zum Skiverleih und den Skibestand ergänzt und schon ging es bei schönstem Winterwetter Richtung Wurmberg zum traditionellen „Schierker Feuerstein“ in der dortigen Baude. Am Abend trafen die Übrigen – teilweise leider nach langer Staufahrt – ein, auch unsere Freunde von der DAV-Sektion Lippe-Detmold freuten sich über das alljährliche Wiedersehen. Armin zückte die Gitarre und bei Hexenbier, Schierker und anderen Leckereien gab es einen wunderbaren langen Hüttenabend.

Am nächsten Morgen wieder die bange Frage: Ski oder Nichtski? Es sah nach Tauwetter aus und so blieben nur noch zwei Skimutige übrig (die den ganzen Tag in der Höhe beste Bedingungen vorfanden), der Rest machte sich zu verschiedenen Wandertouren auf: Eine Gruppe bestieg mal wieder den Brocken um sich dort fast vom Berg pusten zu lassen, anschließend gab es einen anstrengenden Abstieg – da steil und glatt – nach Schierke, wo wir nach geschafften 15 km wieder im schönen Café Winkler Torte und Windbeutel genießen konnten, zusammen mit Regine und Jürgen, die es auch mit ihren Skiern hierher geschafft hatten. Den 12 km Anstieg zurück nach Oderbrück haben wir dann auch alle irgendwie geschafft, trotz der doch widrigen Wegverhältnisse. Die zweite Wandergruppe hat auch stolze 20 km im Bodetal erwandert. Nach diesen Anstrengungen fiel der Abend kürzer aus und es kreiste mehr Pfefferminztee und aufgelöstes Magnesium als Wein, Bier und Schnaps.

Am Sonntagmorgen war der Himmel wieder voller Schnee, so dass sich wieder fünf Skilanglaufbegeisterte fanden, die nochmals eine Tour in der Höhe starteten, es wurde ein fantastisches Erlebnis, bei abwechselnd Schneeschauern und strahlendem Sonnenschein mit Glitzerschnee. Die Wanderer genossen die Sonne auf dem Achtermanngipfel und gemeinsam schlossen wir diesen viel zu kurzen Tag mit der traditionellen Einkehr bei Wildgerichten im Restaurant bei den Radaufällen

Alles in allem: Schnee satt, es war wieder superschön, wir freuen uns auf’s nächste Mal, alle haben sich wieder angemeldet, auch die beiden „Neulinge“ Andrea und Ulrike, wie schön! Und außerdem: Nie wieder ohne Skier losfahren, egal was Wettervorhersagen behaupten!!

Wiebke

Trainer C-Ausbildung 2013

Trainer C-Ausbildung des Ruderverbands Schleswig-Holstein

Im Herbst 2013 hat der Ruderverband Schleswig Holstein (RVSH) wieder eine Trainer C-Ausbildung angeboten. Nils Rothhardt und ich (Ulrike Zumegen) waren für den Ersten Kieler Ruder-Club und David Kerscher und Max Müller für den ORC Neptun Kiel (Ruderriege der Hebbelschule) dabei. Unter der Leitung von Andreas König haben wir gemeinsam mit 22 anderen Teilnehmern aus Schleswig Holstein, Niedersachsen, Mecklenburg-Vorpommern und Hamburg eine lehrreiche und unterhaltsame Zeit verbracht.

Nachdem ich die Teilnehmerliste gelesen hatte war mir ein wenig mulmig zumute, denn mir war schnell klar, dass meine Altersgruppe eher schwach vertreten sein würde. So war es dann auch. Ich war mit meinen 54 Jahren zusammen mit Gisela Kordes von Germania Kiel der Dinosaurier der Truppe. Wenn man mal ehrlich ist, hätten alle (vom Alter her) meine Kinder sein können. Das machte aber gar nichts. Wir sind schnell zu einer wirklich netten Truppe zusammengewachsen.

Voraussetzung für die Teilnahme in Ratzeburg war neben ausreichender Rudererfahrung noch eine 2-tägige Erste Hilfe-Ausbildung sowie ein Übungsleiter-Grundkurs, der entweder beim Landessportverband oder bei einem der Kreissportverbände absolviert werden konnte und an zwei Wochenenden von Freitag bis Sonntag stattfindet.

So vorbereitet konnten wir uns beim RVSH anmelden. An insgesamt vier Wochenenden im Oktober, November und Dezember diesen Jahres haben wir uns also auf den Weg nach Ratzeburg in die Ruderakademie gemacht und von Freitagabend bis Sonntagmittag mit dem Thema Rudern beschäftigt. Untergebracht waren wir in der Akademie, bzw. an zwei Wochenenden mussten einige in die benachbarten Herbergen ausweichen. Die Verpflegung war ausgezeichnet. Glücklicherweise haben wir nicht nur im Seminarraum gelernt. Ein Teil des Unterrichts wurde auch in praktischer Form durchgeführt, so dass wir die Möglichkeit hatten Aufwärmspiele, Stabilisationstraining, Beweglichkeits- und Krafttraining in der Halle zu erlernen und praktischerweise einen Teil der reichlich zugeführten Kalorien gleich wieder verbrennen.

Da die Teilnehmerschar aus Kiel ausgesprochen zahlreich war, hatte der Club den Clubbus zur Verfügung gestellt, der von Nils gesteuert, viele überwiegend jugendliche Ruderer nach Ratzeburg und zurück transportierte. Da das immer noch nicht reichte, bin ich zusätzlich mit meinem Auto gefahren und habe ebenfalls die Karre voll gehabt.

Gleich zu Beginn wurden wir in vier Gruppen aufgeteilt, die sich klangvolle Namen wie z. B. Fischgräten gegeben hatten. Diese Gruppen ha-

ben dann immer wieder gemeinsam Themen erarbeitet und vorgestellt und auch ein Teil der Prüfung am letzten Sonntag der Ausbildung wurde in diesen Gruppen absolviert.

Wir haben im Laufe der vier Wochenenden zahlreiche Themen behandelt und ich kann hier an dieser Stelle nur einen kurzen Überblick über einige Highlights geben. Grundsätzlich war es immer so, dass Andreas König am Freitag und am Sonntag das Programm mit uns bestritten hat, während am Sonnabend unterschiedliche Fachleute eingeladen wurden. Diese Mischung fand ich persönlich sehr gut und ich fand es prima, mal in direkten Kontakt mit dem Vorsitzenden des RVSH Reinhart Grahn oder dem Trainer des Ruderinternats Marc Swienty zu kommen und von ihnen zu lernen.

Am ersten Wochenende vom 25. bis 27. Oktober war es Reinhart Grahn der mit uns die Themen Rudertechnik und Anfängerausbildung behandelt hat. Es wurden unter Anderem sowohl verschiedene Trainingsmethoden als auch Checklisten zu jeder Phase der Ruderbewegung besprochen. Das Thema Sicherheit spielte ebenfalls eine große Rolle.

Am zweiten Wochenende vom 8. bis 10. November waren es Lars Koltermann (RVSH, Friedrichstadt) und Marc Swienty die uns mit der Trainingsplanung beschäftigt haben. Hier haben wir neben dem Erlernen von theoretischen Grundlagen auch die Möglichkeit gehabt selber Trainingspläne aufzustellen, zur Diskussion zu stellen und den Fachleuten „Löcher in den Bauch“ zu fragen.

Am dritten Wochenende vom 22. bis 24. November stand die Bewegung selber im Vordergrund. In der Halle näherten wir uns unter der Leitung des Physiotherapeuten Sebastian Schulz den Themen Stabilisations- und Beweglichkeitstraining. Hier ist mir noch einmal klargeworden, wie wichtig es ist neben der Kräftigung auch etwas für die Beweglichkeit und Stabilität zu tun. Das Verblüffende ist, dass man dafür gar nicht viel an Ausstattung braucht, nur ein paar Kleinigkeiten wie z. B. Matten und Bälle und die Bereitschaft es zu tun. Wer mag, kann mich gerne ansprechen. Ich zeige dann gerne ein paar Übungen zu diesen Themen. Dann war noch das Krafttraining mit Marc Swienty und Malte Glomp (Rudertrainer, Ratzeburg) ein zentrales Thema. Den praktischen Teil in der Halle habe ich leider versäumt, weil ich mich zusammen mit Nils, David und Max auf den Weg nach Kiel gemacht hatte um am Pellkartoffelessen teilzunehmen. Es war zwar etwas stressig mit der Zwischenfahrerei, aber wer beim Pellkartoffelessen dabei war wird es mir bestätigen: es hat sich gelohnt.

Das vierte Wochenende vom 6. bis 8. Dezember stand schon ganz im Zeichen der Prüfungen. Außerdem haben wir noch das Thema Boote trimmen angeleitet von Joachim Borgwardt (DRV-Bootsmeister, Ruder-

akademie Ratzeburg) behandelt. Unsere Prüfung bestand aus zwei Teilen. Der eine Teil bestand daraus, dass sich jeder Teilnehmer ein Projekt ausdenken sollte, dass seinem Heimatverein zugute kommt. Zu diesem Thema musste ein zweiseitiger Bericht geschrieben und ein Poster erstellt werden, dass am letzten Samstag des Lehrganges im Rahmen einer Vernissage ausgestellt wurde. Da kamen ganz unterschiedliche Projekte zustande. Das ging von der Organisation von Ausflügen, Wanderfahrten bis hin zur Konzeption eines neuen Kraftraumes. Ich hatte mir das Thema Krafttraining vorgenommen, aber hierbei den Blick mal ganz gezielt auf die Muskeln gerichtet, die beim Krafttraining auch gerne mal vernachlässigt werden, wie z. B. die Trizeps oder die Abduktoren. Mein eigens dafür erstelltes Poster werde ich gelegentlich im Fitnessraum aufhängen. An einem Freitagabend im neuen Jahr werden wir den Zirkel mal absolvieren. Natürlich freue ich mich jederzeit über Nachfragen zu dem Thema.

Der zweite Teil der Prüfung wurde zusammen mit der bereits oben erwähnten Gruppe bewältigt. Hier musste von jedem ein kleiner Vortag über eines der im Laufe des Lehrgangs behandelten Themen gehalten werden.

Darüber hinaus haben wir eine Fülle von Themen behandelt. Es ging um den Ehrenkodex und Sicherheit ebenso wie um Wanderfahrten, Zielgruppen im Verein, Aufwärmspiele, Öffentlichkeitsarbeit, Wettkampfregeln, Anti-Doping und, und, und … Alle Themen souverän moderiert von Andreas König. An dieser Stelle noch einmal herzlich Dank an Andreas für die lehrreiche Zeit und die tolle Organisation.

Am Sonntagmittag des letzten Wochenendes wurden uns dann die Trainer-C-Lizenzen feierlich übergeben. Alle 26 Teilnehmer haben bestanden. Ein schöner Moment, als Andreas mir die Lizenz aushändigte und der eigens zur Übergabe der Lizenzen anwesende Reinhart Grahn mir die Hand schüttelte, nachdem er vorher noch ein paar Worte zu der Bedeutung der Lizenz sagte.

Alles in Allem: es hat sich gelohnt. Immerhin waren es insgesamt sieben ganze Wochenenden, die wir dafür eingebracht haben. Für mich hieß das sechs Mal Tasche packen (Erste Hilfe war in Kiel) und Abschied nehmen von Rolf, der mich die ganze Zeit über liebevoll spöttelnd Trainerin i. A. (in Ausbildung) genannt hat und jetzt immer noch nicht weiß, wie er mich nach bestandener Prüfung nennen soll. Nicht zu vergessen, so ganz kostenlos war es dann auch nicht. Immerhin mussten insgesamt 350 € an Lehrgangsgebühren und zusätzlich Fahrkosten berappt werden, die in der Regel von den Vereinen übernommen wurden, was bei mir allerdings nicht zutrifft.

Ich freue mich darauf, mein frisch erworbenes, bzw. aufgefrischtes Wissen in Zukunft an den Mann bzw. an die Frau zu bringen und wünsche euch allen einen guten Rutsch ins neue Jahr

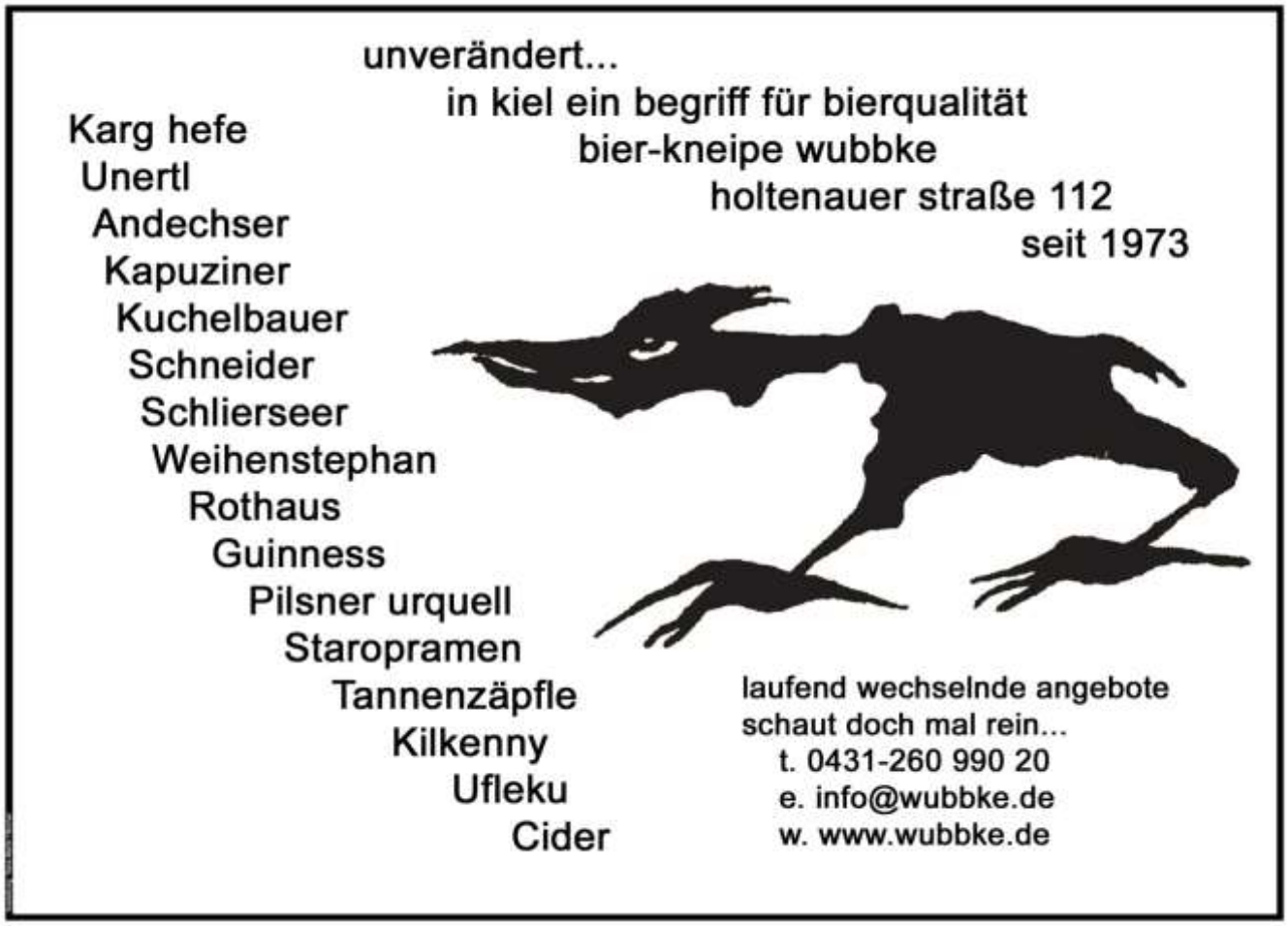
Eure Ulrike Zumegen

Kentertraining in der Uni-Schwimmhalle

Nachdem eine vergleichbare Veranstaltung der Jugendlichen in der Vergangenheit großen Anklang gefunden hatte, soll es in diesem Jahr eine Neuauflage geben.

Am Sonntag, 30. März, 17:00 – 19:00 findet wieder ein Skiff-Kentertraining in der Uni-Schwimmhalle statt. Im warmen Wasser, ohne Angst vor Wellen, großen Schiffen oder Quallen kann jeder einmal sein Gleichgewicht in den schmalen Booten auf die Probe stellen und ihre und seine Grenzen ausloten.

Es ist Platz für ca. 30 Teilnehmer, die Anmeldeliste hängt am Schwarzen Brett. Wenn Ihr Fragen hierzu habt, wendet Euch gerne an Nils Rothhardt (nils@ekrc-jugend.de, Mobil 0176 62398568)



Wille & Kraft
suchen die Herausforderung
von JAN GRUBER
Wille und Kraft sind neu im Club.
Der Typ schaut sich die Gegend an und achtet nicht auf Technik, das nervt.
Kraft, an was denkst du grad?
ÄH...
Das erzähle ich Ihr lieber nicht.
Echt cool, Kraft darf auf Schlag sitzen.
Die Ruderblätter kosten mir noch mal den Kopf.
KLONG!
www.jangruber.de

Einladung zur Jugendhauptversammlung 2014

Am Mittwoch, den 12. März 2013 um 17.30 Uhr nach dem Training im Jugendraum findet die Jugend-Jahreshauptversammlung 2014 statt.

Es werden folgende Tagesordnungspunkte behandelt:

1. Feststellung der Anwesenheit der stimmberechtigten Mitglieder
2. Jahresbericht des Jugendvorstands
3. Entlastung des Vorstandes
4. Durchführung der Wahlen
5. Anträge
6. Verschiedenes

Lebe EKRC-Jugend,

wie jedes Jahr findet mal wieder die Jahreshauptversammlung der Jugend statt. Wir treffen uns am 12. März um 17.30 Uhr im Jugendraum, um die oben stehenden Tagesordnungspunkte durchzugehen. Deshalb wird an dem Tag wir nur ein verkürztes Training stattfinden. Die Einzelheiten zur Prozedur der Wahl können in der Jugendordnung nachgelesen werden.

Ich hoffe ihr werdet zahlreich erscheinen.

Mit freundlichen Grüßen

Euer Jugendvorsitzender

Florian Kleinicke

Jugendwanderfahrt Sommer 2014

Die Sommerfahrt der Jugendabteilung wird dieses Jahr nach Holland führen. Den Termin könnt Ihr Euch schon einmal merken: Sie wird stattfinden vom 26. Juli – 05. August.

Alles Weitere, vom Streckenverlauf über Unterkünfte und Kosten wird gerade mit Hochdruck vom Planungsteam erarbeitet.

Jugendabteilung

Bericht des Jugendvorsitzenden

Der Jugendvorsitzende wird einmal im Jahr auf der Jugendhauptversammlung gewählt. Diese findet häufig, ähnlich wie die Jahreshauptversammlung des Vereins, im März statt. Als Vorsitzender der Jugend muss man nicht zwangsläufig Trainer sein. Allerdings war ich es schon bei meiner Wahl und meine Vorgänger wunden es während ihrer Amtszeit. Meine zweite Amtsdauer ist bald vorüber.

Eine meiner Aufgaben ist es, die Jugend über Veranstaltungen des Vereins zu informieren. Unter anderem um dies einfacher zu machen, habe ich vor fast zwei Jahren eine Facebookgruppe für die Jugend gegründet. Mittlerweile ist die Gruppe, in der jeder etwas schreiben und kommentieren kann, zu einem wichtigen Bestandteil der Kommunikation geworden. Die Gruppe wird auch zur Ankündigung von anderen Veranstaltungen genutzt, beispielsweise für ein spontanes Grilltreffen am Club. Sie ist aber auch bei von mir Organisiertem wichtig.

Im September waren wir mit ungefähr 20 Jugendlichen Wasserskilaufen in Süsel. Dazu musste ich mich informieren, welche Jugendlichen interessiert sind und welche Termine am besten passen würden. Daraufhin habe ich den Wasserskipark angeschrieben und eine Bahn reserviert, für die eine Gruppe von mindestens 14 Teilnehmern erforderlich war. Da wir eine deutlich größere Gruppe waren, werden vermutlich nächstes Jahr eine größere Bahn buchen. Wir hätten sogar noch mehr Jugendliche mitnehmen können, wenn ich die zahlreichen Anmeldungen innerhalb der letzten 24 Stunden vor der Abfahrt mit berücksichtigt hätte. Dies war jedoch nicht möglich, da wir mit vier Autos gefahren sind und es mehrere Absagen potentieller Fahrer gegeben hat. Somit war die Zahl der Autoplätze soweit begrenzt, dass wir nicht viel mehr als die rechtzeitig angemeldeten Personen mitnehmen konnten.

Im Oktober, in der Nacht vor dem Abrudern, habe ich dann einen Filmeabend im Kraftraum organisiert. Dazu muss man als erstes den Vereinsvorstand fragen, ob der anvisierte Zeitpunkt in Ordnung ist. Dann gilt es, Personen zu finden, die kommen wollen. Das Problem war, dass diese Phase der Planung mit den Herbstferien überlappte, sodass man nur wenige Personen frühzeitig für die Idee begeistern konnte. So gab es viele Interessensbekundungen, aber nur wenige konkrete Zusagen.

Als nächstes musste ich noch überlegen, was wir als Abendessen vor dem Filme gucken und als Frühstück am nächsten Morgen essen würden. Daraufhin habe ich alle nötigen Lebensmittel eingekauft und mit dem Fahrrad zum Verein gefahren.

Für das Filmegucken an sich habe ich mir frühzeitig den Beamer von Andreas geliehen. Die Filme sollten von den Jugendlichen mitgebracht werden und ich habe Henning überzeugt, seinen Laptop zum Abspielen der Filme mitzubringen.

Kurz vor Weihnachten fand im Jugendraum die Weihnachtsfeier statt. Der Termin war schnell gefunden und es konnten die ersten Jugendlichen über die Feier informiert werden. Als nächstes habe ich mir mit Nils und Leonie überlegt, wie die Feier ablaufen soll. Wir einigten uns schließlich darauf, dass ich Glühpunsch und Plätzchenteig mitbringe und dass auch für feierliche Musik gesorgt werden soll.

Da ich beim Erstellen der Etiketten mit den Adressen für die Einladung der letzten Jugendhauptversammlung ein bisschen Erfahrung mit dem Umgang der Vereinsverwaltungssoftware gesammelt habe, konnte ich oftmals anderen Vorstandsmitgliedern, beim Bearbeiten ähnlicher Aufgaben, mit Rat und Tat zur Seite stehen.

Auf den einmal im Monat stattfindenden Vorstandssitzungen bin ich regelmäßig, auch wenn ich nicht ganz so viele Wortmeldungen einbringe, wie andere.

Mittlerweile haben die ersten Planungen zur Jugendwanderfahrt 2014 begonnen.

Meine letzte Amtshandlung vor der Wahl wird die Organisation der nächsten Jugendhauptversammlung sein.

Florian

Wintercamp Kappeln 2014

Die große Talentiade des 7. Wintercamps in Kappeln

Wie zu jedem Jahresanfang stand nun für die Kinderruderer aus Schleswig-Holstein mit den Jahrgängen 2000 bis 2003 das Wintercamp Kappeln vor der Tür. Ein drei-tägiges Camp mit einer großen „Talentiade“, bei der es darum geht, die Kinder vorzubereiten auf den Zusatzwettbewerb vom Bundeswettbewerb, der aus vielen Geschicklichkeits-, Schnelligkeits- und Konzentrationsübungen besteht.

Zusätzlich wird im Wintercamp Kappeln ein ausführliches Sicherheitstraining in der Schwimmhalle, im Umgang mit dem Skiff (Einer), durchgeführt, welches ein Kentertraining und Balancetraining beinhaltet. Ein Camp das sich aus meiner Erfahrung sehr lohnt und sehr viel Spaß macht, gerade weil man mit so vielen Kindern im gleichen Alter mit der gleichen Interesse zusammen ein super Wochenende erlebt.

Vom Ersten Kieler Ruder-Club war dieses Jahr Finja-Lara Rothhardt dabei, was für sie die zweite Veranstaltung außerhalb des Vereins war. Sie kam mit voller Stolz, Freude und vielen neuen Erfahrungen und tollen Erlebnissen zurück nach Kiel und konnte sogar in ihrer Altersklasse bei der Talentiade und einem 3000 Meter Lauf insgesamt den 2. Platz erzielen. Sie selbst sagt, dass sie sich schon sehr auf das nächste Camp freut und nun voller Eifer die nun kommende Saison.

Nils Rothhardt

Das Ergometerevent im Schuppen 6

14. Norddeutsche Meisterschaften

Es war einmal wieder soweit, wie zu jedem Jahresanfang stand der Tag der Norddeutschen Indoormeisterschaften in Lübeck vor der Tür. Für sieben Leute des EKRC hieß es an diesem Tag, „beißen“ und „ziehen“.

Das erste Rennen bestritt sehr früh am Morgen, **Finja-Lara Rothhardt** bei den Mädchen im Alter von 12 Jahren über eine Distanz von 500 Meter. Sehr nervös ging sie an das Rennen ran doch konnte sich von Anfang an vom Acht-Personenfeld absetzten. 2:05 min später gewann sie ihr erstes Rennen mit einem gutem Vorsprung und einem Start-Ziel-Sieg.

Das nächst folgende Rennen wurde bestritten von **David Kerscher** bei den leichten U23-Männern. Auch hier war starkes Feld zu verzeichnen, doch David blieb konzentriert und motiviert. Mit einer persönlichen sehr guten Zeit von 6:47,5 min fuhr er auf den 5. Platz, ein sehr gutes Ergebnis, wenn man bedenkt das David erst vor einem gutem Jahr mit dem Leistungssport angefangen hatte.

In der Mitte des Tages gab es ein sehr spannendes und faszinierendes Rennen von **Anne Klose** im Frauen Handicap-Rennen über 1000 Meter. Sie war deutlich die jüngste Teilnehmerin, doch konnte sich gut durch setzten und das Rennen mit einer sehr guten Zeit absolvieren und den 5. Platz erlangen. Anne hat selbst dazu einen Bericht geschrieben (Seite 47).

Anschließend folgte eine längere Pause für den EKRC bis hin zum fast letzten Rennen des Tages, dem Vierer-Rennen der Senioren. **David Kerscher, Hauke Hämmerling, Benjamin Mattern** und **Nils Rothhardt** bildeten einen der insgesamt sechs Vierer. Die Aufgabe bei diesem Rennen war, mit dem Gesamtschnitt aus vier Ergos, 500 Meter so schnell wie möglich hinter sich zu bringen. Es gab zwei Läufe aufgrund der sechs Vierer und damit 24 Personen. Im ersten Lauf legte die RG Hansa Hamburg eine super Zeit vor, die es im zweiten Lauf zu schlagen galt. Mit einer Zeit von 1:33,9 min schafften die vier Senioren vom Ersten Kieler Ruder-Club es jedoch die Vorgabe zu toppen und erzielten damit den 1. Platz dieses Rennens.

Mit diesem Rennen war der Tag dann auch schon wieder vorbei und ein weiterer Ergocup Lübeck gezählt. Mit der Tagesbilanz von 2 Siegen und 4 super spannenden und tollen Rennen, folgte nun die zufriedene Heimfahrt zurück nach Kiel.

Nils Rothhardt

Winning Technology • Winning Design • Winning Performance

Auch 2012 wieder Gold auf internationalen Meisterschaften

U23 WM 2012 - Goldmedaille für USA im WinTech Medalist

Neuheiten für 2013

- *Neue Einer-Formen*
- *Neuer Kinder-Einer*
- *Druck-Flügelausleger*

Und jetzt auch Bootsreparaturen für alle Fabrikate

WinTech Racing - zertifiziert nach ISO 9001

OARSport • Allermöher Deich 66 • 21037 Hamburg • Tel. 040 / 73434695 • Fax. 040 / 73674255 • www.wintechracing.de • info@oarsport.de • WinTech RACING

Gaby, her mit dem Pott

Nicolaus-Regatta Kettwig, 08.12.2013

So wie ich Dich kenne und liebe, durchtrieben strategisch, hast Du es schon im Vorwege der Geburt geschafft, das Pellkartoffelessen vor den Abschluss der Regatten zu platzieren. Gratulation, meine Hochachtung. Jetzt bin ich gespannt, wie der Vorstand und insbesondere Du als Vorsitzende Sport aus der Nummer wieder rauskommst. Aber ich bin mir ganz sicher, das dies geschmeidig Weiblich in Gabystyle erledigt wird…

Ich war eingeladen mach Mainz und Kettwig zum Nicolaus Rudern am Wochenende 7. Und 8. Dezember. In Verbindung mit einem persönlichen Besuch in Köln sagte ich für Mainz ab, für Kettwig zu.

Die Regatta ist zu vergleichen mit Fari Cup in Hamburg. 4000 Meter sind zu rudern, die Startzeit kann jedoch frei gewählt werden, da ein Kurs mit Wendeboje. Ich startete 3 Mal in verschiedenen Renngemeinschaften, die so noch nie zuvor gerudert hatten, aber schnelle Boote versprachen. Der Doppelvierer MD 60 startete mit Ulf Beck (EKRC), Ernst Pulowsky (Gießen), Klaus Schuy (Limburg) und Helmut Gerds (Essen). Die Steuerfrau Katri Wichert aus Darmstadt machte einen super Job. So holten wir den ersten Radaddel.

Im zweiten Rennen (MD55) fuhr Hilco Koch (Crefeld) für Helmut Gerds. Das Boot lief wie geschmiert, eine Mannschaft, ein Einsatz, alles Top. Eine Zeit von 17.25 Minuten. Zu unserer Überraschung mussten wir trotz 3 schnellster Zeit von 123 Boten den Platz an die Mühlheimer abgeben, die eine Zeit von 17,24 Minuten benötigten –Gratulation.

Nach einem kurzen Nickerchen am Tresen starteten wir noch einmal mit einem Mixt Achter in der AK D, mangels Gegner in C mit einer mir unbekannter Frauentruppe Swantje Bartels, Anke Meyer und Sevil Therjung aus Mühlheim so wie Anette Bauer aus Kettwig. In solchen Dingen können wir uns getrost auf den Sekretär Ernst verlassen, der eine wohl gut trainierte Damenmannschaft kannte. Denn auch mit dieser Mannschaft fuhren wir flux dem Sieg entgegen in einer doch harmonischen Einheit. Mit zwei weiteren vom Weihnachtsmann angehängten Radaddel fuhr ich abends zufrieden und müde mit der Bahn nach Hause.

….tja, was tun Gaby, Pellkartoffelessen verschieben? Allgemeinverbindliches Deutsches Regattaverbot nach Pellkartoffelessen? Ich lass mich überraschen…

Euer Ulf

P.S. Gaby, behalt den Pott, genieße ihn noch das kommende Jahr, Du weißt ja, nach der Saison ist vor der Saison…

Teilnahme mit Handicap

Norddeutsche Ergomeisterschaften in Lübeck

Nach einer Probephase bin ich nun seit Beginn des Jahres Mitglied im EKRC. Bisher habe ich den Kraftraum genutzt, bin auf dem Ergo gerudert und habe meine Muskeln an den Geräten gestählt. Als ich von den Norddeutschen Ergomeisterschaften in Lübeck hörte, hatte ich spontan Lust, mir die Veranstaltung einmal anzusehen und daran teilzunehmen. Ob es wohl sinnvoll ist? Ich hatte zwar einige Einheiten auf dem Ergo absolviert, aber bestimmt nicht „professionell" trainiert. Nun bin ich neugierig, probiere gerne etwas Neues aus und kam zu dem Schluss, dass ich mich gar nicht blamieren kann. Die Devise lautete also: „Dabei sein ist alles!"

Es war ein Tag, den ich sicherlich so schnell nicht vergessen werde. Ich hatte überhaupt keine Vorstellung davon, was mich in Lübeck erwarten würde. Zwar habe ich es mir beschreiben lassen, aber es stellte sich heraus, dass sich die Stimmung vor Ort nicht mit Worten übermitteln lässt.

In Lübeck an der Untertrave angekommen, sprang mir der Schuppen 6, rot angestrichen, schon von weitem ins Auge. Die Anspannung stieg langsam. Je näher ich dem Gebäude kam, umso lauter dröhnte mir Musik entgegen. Vor dem Schuppen stand ein Rettungswagen, die Sanitäter sahen noch sehr entspannt aus und klönten. Beruhigend! Daneben fand ich den Eingang zur einer Art Vorzelt. Es stellte sich heraus, dass man sich dort einfahren konnte. Weiter ging es hinein in den Schuppen. Am Ende des Raumes stand die Bühne, auf der zwei Ergometerreihen standen. Wow! Darüber hingen große Anzeigetafeln mit den Namen der Starterinnen und Starter sowie deren Durchschnittszeiten. Ein Moderator kommentierte die Rennen. Der Adrenalinspiegel stieg deutlich! Aber wie sollte ich zur Bühne kommen? Es war fast kein Durchkommen. Im Raum standen Biergartengarnituren, an denen die Sportlerinnen und Sportler saßen, während sie auf ihren Einsatz warteten. Es wurde gegessen, getrunken, sich unterhalten,

mit dem Handy gespielt oder mit dem Kopf auf dem Tisch geschlafen. Um die Sitzgelegenheiten herum drängelten sich unzählige Leute, vor der Bühne war der Teufel los. Man stand dicht an dicht und schrie in einer unglaublichen Lautstärke, um die Aktiven anzufeuern und zu unterstützen. Während ich mich nach vorne durchzwängte, um zur provisorischen Umkleide hinter besagter Bühne zu gelangen, kamen mir doch langsam Zweifel, ob ich mich auf der richtigen Veranstaltung befinde. War ich zu naiv? Habe ich mir zu viel vorgenommen und mich überschätzt? Ich konnte mich so manches Mal kaum auf den Beinen halten, wenn ich mal wieder von einem durchtrainierten Sportler, der an mir vorbeiging, angerempelt wurde. Mit Anstrengung, teilweise auch mit Wut im Bauch über diese „Blindfische", habe ich den Weg zur Umkleide geschafft. Beim Zwischenstopp an der Bühne habe ich doch sprachlos ein 2000m-Rennen verfolgt. Das war ja der Hammer! Ich hatte Angst, der eine oder andere könnte vom Ergo fallen, was bei einem Sportler dann auch der Fall war. Er war am Ende vollkommen erledigt. Wie würde ich das nur meistern? Glücklicherweise lief mir in dem Moment Matthias Borchert vom Lübecker Ruder-Klub (und Mitglied des EKRCs) über den Weg. Meine Frage, ob er mich spontan bei meinem Einsatz coachen könnte, beantwortete er mit einem strahlenden Lächeln mit Ja. So ein erfahrener Ruderer würde es wohl schaffen, mich über die 1000 Meter zu bringen! Ein wenig Entspannung! Irgendwie wirkte er so überzeugend und gelassen, dass die Aufregung sich plötzlich wieder in Grenzen hielt.

Ich zog mich um, um mich dann neben der Silbermedaillengewinnerin der Paralympics von London, Anke Molkenthin, warm zu fahren. Da Matthias wieder zu mir kam, wurde ich angenehm abgelenkt und konnte mich auf mich selbst konzentrieren. Dann wurde es auch schon Zeit, mich wieder zum Zentrum des Geschehens zu drängeln. Ohne rettende Hände wäre ich wohl in dem Gewusel einige Male umgefallen, aber letztendlich saß ich erleichtert sicher auf „meinem" Ergo. Meine Gegnerinnen waren fast doppelt so alt wie ich, aber das war mir in dem Moment egal. Noch erschien es mir unwirklich, meinen Namen oben auf der Leinwand zu lesen. Dann kam auch noch die Ansage: „Auf Bahn 5 Anne Klose vom Ersten Kieler Ruder-Club"! Nun konnte ich mein Herzklopfen doch nicht mehr ignorieren. Matthias' Anweisungen beruhigten mich, und ich war froh, dass er hinter mir saß, der Profi! Und dann ging es los: Ready – Attention – Row! Mit dem Startschuss begann ich nicht nur, die 1000 m herunterzurudern, sondern es setzte zeitgleich ein unglaublicher Lärmpegel ein.

Alle riefen uns zu, feuerten uns an. Unvorstellbar! Ich habe sonst nichts mehr mitbekommen, meine Gegnerinnen interessierten mich nicht mehr. Ich hörte nur die laute Musik, die Anfeuerungsrufe, hin und wieder auch meinen Namen und befolgte Matthias' ruhige Anweisungen. In vier Minuten 51 Sekunden war alles vorbei! Es hat Spaß gemacht! Welch ein Erlebnis! Ich habe das Abenteuer nicht bereut! Im Gegenteil! Das Schönste war, sogar fünfte geworden zu sein und noch zwei hinter mir lassen zu können. Nach dem Umziehen wurde es für mich dann aber auch Zeit, den „Hexenkessel" zu verlassen. Es wurde zu anstrengend. So konnte ich leider den Sieg unseres Jugendvierers (Hauke Hämmerling, David Kerscher, Benjamin Mattern und Nils Rothardt) nicht mehr live miterleben. Die Jungs werden sicherlich ebenso viel Spaß gehabt haben wie ich!

Anne Klose

Wie werden Sie mit diesem Problem fertig?

In der deutschen Versicherungswirtschaft stehen über 150 Versicherungsgesellschaften im Wettbewerb. Wer hilft Ihnen da, die richtige Entscheidung für die zweckmäßige Ausgestaltung des benötigten Versicherungsschutzes unter wirtschaftlichen Gesichtspunkten zu treffen?

Wir als unabhängige Versicherungskaufleute sind an keine Versicherungsgesellschaft gebunden.

Als Versicherungsmakler machen wir das Versicherungsproblem transparent und können für Sie die Vorteile des freien Marktes ausschöpfen. Zusätzliche Kosten entstehen Ihnen nicht.

Ein Informationsgespräch mit uns lohnt sich immer.

Wenden Sie sich an:

ASSEKURANZEN TIMM
Versicherungsmakler

Am Wellsee 58 · 24146 Kiel · Telefon (04 31) 78 34 24
E-Mail assekuranzen.timm@t-online.de

Seit über 40 Jahren in Kiel

Rudern für einen guten Zweck 2014

gegen Krebs®

Die Benefizregatta „Rudern gegen Krebs" ist eine Initiative der Stiftung Leben mit Krebs. Seit 10 Jahren wird diese Regatta bundesweit in Kooperation mit lokalen Rudervereinen und onkologischen Therapieeinrichtungen ausgetragen.

Auch im Jahr 2014 wird wieder an 13 Standorten für den guten Zweck gerudert. Wir freuen uns schon jetzt auf Ihre Teilnahme und Unterstützung.

www.rudern-gegen-krebs.de

Das Projekt „Sport und Krebs"

Mit den Einnahmen aus den Regatten (Startgebühren, Spenden und Sponsoring) finanziert die Stiftung Leben mit

Krebs bewegungstherapeutische Sportprogramme für Krebspatienten.

Im Rahmen dieser Programme wird Patienten, die durch die Erkrankung an sich oder durch Chemo- oder Strahlentherapie in ihrer Leistungsfähigkeit eingeschränkt sind, ein sportmedizinisches Training angeboten.

Studien belegen, dass die Patienten durch die sportlichen Aktivitäten einen deutlichen Zugewinn an körperlicher Leistungsfähigkeit, Lebensqualität und Motivation erhalten.

Rudern gegen Krebs

Die Regatta bietet Ihnen die Möglichkeit durch sportlichen Einsatz eine gute Sache zu unterstützen. Gerudert wird

im Gig-Vierer über eine 500 m-Strecke. Auch wenn Sie nicht aktiv mitrudern können, freuen wir uns auf Ihre Unterstützung z.B. in Form einer Spende.

Veranstalter der Regatten ist die Stiftung Leben mit Krebs.
Informationen rund um die Regatten finde Sie auf unserer Homepage www.rudern-gegen-krebs.de

Stiftung Leben mit Krebs®

Mainzer Str. 48 · 55252 Mainz-Kastel
Tel.: 0 61 34/7 53 81 – 38
info@stiftung-leben-mit-krebs.de
www.stiftung-leben-mit-krebs.de

Austragungsorte/Ausrichter

Kiel 31.05.2014
Erster Kieler Ruder-Club 1862 e.V.
RG Germania Kiel e.V. von 1882

Berlin 14.06.2014
Landesruderverband Berlin e.V.

Mainz 21.06.2014
Mainzer Ruder-Verein 1878 e.V.

Ulm 29.06.2014
Ulmer Ruderclub Donau e.V.

München 05.07.2014
Münchner Ruder-Club von 1880 e.V.

Dresden 12.07.2014
Sächsischer Elbe-Regattaverein e.V.

Erlangen 27.07.2014
Ruderverein Erlangen von 1911 e.V.

Düsseldorf 23.08.2014
RC Germania Düsseldorf 1904 e.V.

Hamburg 31.08.2014
Ruder-Gesellschaft Hansa e.V.

Neuruppin 06.09.2014
Neuruppiner Ruder-Club e.V.

Heidelberg 07.09.2014
Rudergesellschaft Heidelberg 1898 e.V.

Lübeck 13.09.2014
Lübecker Frauen-Ruder-Klub e.V.
Lübecker Ruder-Klub e.V.

Offenbach 28.09.2014
Wassersportverein 1926 e.V.
Offenbach a.M. Bürgel

© Stiftung Leben mit Krebs. Vervielfältigung und Weitergabe – auch auszugsweise – nur mit vorheriger, schriftlicher Genehmigung zulässig. (Stand 20.12.2013)

Kilometerliste 2013

Nr.	Name	Km	Anz.
1.	Digutsch, Hartmut	4800	362
2.	Petersen, Dieter	2404	147
3.	Kröncke, Heinz	2356	154
4.	Franz, Volker	2342	165
5.	Paustian, Jens	2294	147
6.	Petersen, Maren	2290	146
7.	Puschendorff, Helga	2211	178
8.	Riecken, Claus	2001	141
9.	Roggenbrodt, Frank	1926	135
10.	Esselbach, Rolf	1761	115
11.	Roggenbrodt, Heike	1745	129
12.	Claviez, Alexander	1716	142
13.	Vobbe, Bernd	1694	104
14.	Dunsing, Christina	1614	134
15.	Hayes, Denis	1591	119
16.	Johannsen, Uwe	1368	92
17.	Gödtel, Sabine	1317	100
18.	Zumegen, Rolf	1072	90
19.	Seifert, Wieland	1050	68
20.	Jäger, Philipp C.	1025	64
20.	Pohl, Siegfried	1025	69
22.	Freitag, Cristina	1009	74
23.	Kähler, Jürgen	990	62
24.	Zumegen, Ulrike	946	86
25.	Pingel, Bernd	926	68
26.	Haass, Leonie	918	62
27.	Klose, Bernd	884	64
28.	Baumgarten, Uwe	853	58
29.	Jonas, Ulrike	847	61
30.	Lorenz, Katja	842	71
31.	Wartenberg, Hans-Jürgen	838	80
32.	Schröder, Thomas	819	67
33.	Apostel, Holger	817	69
34.	Böhmer, Michael	811	57
35.	Vollert, Hanno	796	53
36.	Höppner, Claus	796	54
37.	Beyer, Siegfried	763	58
38.	Suhr, Andrea	753	67
39.	Schloen, Heiner	750	53
40.	Fuhrmann, Hermann-Adolf	743	51
41.	Schultz-Heitmann, Margret	730	51
42.	Gerschwitz, Andreas	710	59
43.	Hayes, Barry	700	54
44.	Weydenberg, Dorit von	692	60
45.	Falk, Armin	689	61
46.	Lehmann, Werner	676	55
47.	Schikorsky, Bernd	640	44
48.	Besch, Lutz	637	47
49.	König, Andreas	600	58
50.	Stoltenberg, Michael	598	32
51.	Vankeirsbilck, Christina	589	31
52.	Zamponi, Christiane	580	37
53.	Gruber, Jan	576	51
54.	Engler, Frank	558	34
55.	Krebs-Heinemann, Dagmar	547	36
56.	Clausner-Landerer, Katja	514	44
57.	Kunkel, Inga	502	45
58.	Lengl-Janßen, Beate	499	42
59.	Deltz, Eberhard	495	37
60.	Lange, Andrea	489	37
61.	Kutz, Uta	488	45
62.	Vogt, Anne	482	47
63.	Kleinicke, Florian	482	54
64.	Hörcher, Hans-Martin	463	45
65.	Herzog, Lutz	458	42
66.	Küpker, Birgit	455	40
67.	Hayes, Patrick	439	34
68.	Lorenzen, Sven	436	37
69.	Mack, Claudia	435	28
70.	Heinrich, Claus	431	23
71.	Schulz, Gaby	411	29
72.	Schröder, Hans-Rudolf	404	38
73.	Röschmann, Holger	404	37
74.	Kleeberg, Jürgen	400	31
75.	Ziebell, Justin	387	42
76.	Böhm, Matthias	379	31
77.	Wernicke, Dirk	362	31
78.	Hohmann, Hildegard	355	29
79.	Baumgarten, Wiebke	349	27
80.	Hehn, Aurel von	345	33
81.	Rabe, Bernd	337	21
82.	Schultze, Bärbel	333	28
83.	Möhrke, Jonas	330	28
84.	Campe, Christian-Albrecht	325	34
85.	Schmiedek, Dagmar	321	28
86.	Schürmann, Siegfried	311	34
87.	Kerscher, Ulrike	311	29
88.	Schröder, Julian	308	33
89.	Liebelt, Frizzi	307	23
90.	Schilling, Julius	303	31
91.	Rönnau, Peter	292	23
92.	Müller, Max	284	24
93.	Langer, Bruno	283	31
94.	Langer, Konrad	283	30
95.	Rönnau, Franz	283	25
96.	Friese, Hans Andreas	282	18
97.	Korn-Odenthal, Stephanie	278	23
98.	Ziebell, Julie	270	29

Saison 2013

Nr.	Name	Km	Anz.
99.	Kaczenski, Bernhard	267	22
100.	Willenborg, Georg Johann	264	27
101.	Hölken, Iris	263	21
102.	Benthin, Jens	261	16
103.	Kirchner, Marc	248	24
104.	Kühl, Susanne	241	22
105.	Schrader, Fabian	227	22
106.	Fuchs, Susanne	226	25
107.	Coy, Jürgen	225	19
108.	Odenthal, Luise Lotte	223	21
109.	Kassbaum, Arne	218	18
110.	Hardell, Hartwig	216	21
111.	Coy, Regine	215	19
111.	Odenthal, Anne Sophie	215	20
113.	Kühl, Katharina	214	21
114.	Hämmerling, Hauke	210	20
115.	Haass, Philipp	206	17
116.	Schwark, Dieter	204	13
117.	Steglich, Frauke	201	19
118.	Rothhardt, Nils	197	19
119.	Kerscher, David	195	20
120.	Nimmrich, Amke	187	14
121.	Berg, Friedemann	185	9
121.	Dobis, Maja	185	19
123.	Besch, Tilman	183	23
124.	Ludwig, Edna	176	24
125.	Eberhardt, Alfred	173	12
125.	Ihle-Gerschwitz, Susanne	173	26
127.	Lauter, Stefan	169	18
128.	Nitzpan, Sonja	167	16
129.	Herrmann, Thomas	166	13
130.	Castagne, Fritz	164	8
131.	Henning, Thomas	161	7
132.	Kruse, Frank	160	13
133.	Hellwig, Joris Armin	158	18
134.	Schulz, Ingmar	155	12
135.	Ebruy, Sonja	152	13
136.	Prey, Christian	152	7
137.	Demmel, Detlef	150	10
137.	Mattern, Ben	150	12
139.	Hilpert, Vincent	148	23
140.	Stauffer, Elena	146	17
140.	Tiedtke, Charlotte	146	16
142.	Schur-Pirk, Maren	145	22
143.	Keunecke, Barbara	144	15
144.	Taha, Sara	141	16
145.	Detlefsen, Frank	140	11
146.	Knievel, Dieter	138	1
147.	Stegemann, Kristina	136	14
148.	Dobrovolschi, Tanja	134	19
149.	Todtenhaupt, Inga Karin	129	18
150.	Kühl, Hans-Werner	125	12
151.	Brüggemann, Mario	123	17
151.	Schulz, Harald	123	11
153.	David, York-Anton	121	15
154.	Kilian, Jonas	119	13
155.	Schuchardt, Arnim	118	14
156.	Breitling, Tobias	117	11
156.	Meier, Lukas	117	12
158.	Hagemann, Lennart	113	12
159.	Baumgarten, Nils	112	14
160.	Benthin, Niels	111	8
160.	Klose, Inga	111	14
162.	Krauß, Laurenz	103	16
163.	Odenthal, Michael	103	6
163.	Rothhardt, Finja-Lara	103	19
165.	Poster, Alexandra	102	14
166.	Fiebelkorn, Barbara	100	9
167.	Schultz, Sigmar	100	11
168.	Lewark, Maximilian	98	15
169.	Bunge, Markus	95	7
170.	Böke, Anna	92	12
171.	Bartsch, Lennart	90	13
172.	Leemhuis, Klaus	90	15
173.	Hardell, Henning	88	9
174.	Bartuschek, Klaus	88	13
175.	Behrens, Dirk Harry	86	7
176.	Lorenzen, Katarina	84	11
177.	Kulawik, Louisa Theresa	82	14
178.	Heukrodt, Lena	80	7
179.	Weydenberg, Stefan von	78	6
180.	Jannsen, Lasse Jesko	76	10
181.	Enriquez, Alejandro	75	7
182.	Colberg, Rainer	75	6
183.	Bieske, Harald	73	6
184.	Hammerich, Sünje	73	6
184.	Treudler-Fallet, Erika	73	6
186.	Feldtmann, Carl	72	11
187.	Behrens, Dirk	72	6
187.	Priewe, Malte	72	5
187.	Wolff, Ferdinand	72	11
190.	Mähl, Birgit	69	10
191.	Bäuchler, Stefanie	69	9
192.	Plieth, Sebastian	68	11
193.	Tettenborn, Nico	65	10

Wenn Ihr Euch in dieser Liste nicht wiederfindet, so versucht es doch einmal am Schwarzen Brett vor den Umkleideräumen oder auf unserer Homepage im Internet. Dort sind jeweils die kompletten Listen ausgehängt.

Bootsstatistik 2013

Pos.	Name	Km	Anz.
1.	Kurt Neumann	3.460	324
2.	Hans Tolk	3.192	233
3.	Wassertaxi	2.363	206
4.	Muskelkater	2.179	183
5.	Adler	2.018	174
6.	Flotter Dreier	1.412	117
7.	Kiellinie	1.395	115
8.	Union	1.377	102
9.	Käpt'n Blaubär	1.173	116
10.	Schwentine	939	79
11.	Schimmelreiter	747	67
12.	Anton Willer	629	46
13.	Hansen Vierer	626	57
14.	Schulensee	574	58
15.	Pitt	526	61
16.	Möltenort	484	39
17.	Strande	483	34
18.	Hein	436	36
19.	Störtebeker	422	39
20.	Jürgen Freiberg II	420	44
21.	Jan	340	30
22.	Klaas	297	27
23.	Phönix	269	21
24.	Moravia	260	27
25.	Quattroposti	246	21
26.	Hallo Hallo	230	19
27.	Blanker Hans	204	25
28.	Kieler Tropfen	184	22
29.	Schöne Aussichten	161	15
30.	Bülk	154	13
31.	Bellevue	140	11
32.	Silbermöwe	135	18
33.	Konni	122	15
34.	Tom Kyle	104	8
35.	Ludden Stoffers	97	8
36.	Kieler Express	88	6
37.	Wilhelm Mohr	86	7
38.	Schönberg	66	4
39.	Jürgen Leptien	48	4
40.	Rendsburg	46	4
41.	Heinz Scharrenberg	46	4
42.	Don Martin	30	3
43.	Bubi	28	6
44.	2/100	12	2
45.	Albatros	8	1
46.	Behler See	8	1
47.	Seeschwalbe	6	2
48.	Laboe	5	1

Im vergangenen Sommer waren wir wieder sehr umtriebig. Das gute Wetter hat uns viel Gelegenheit und Motivation gegeben, aufs Wasser zu gehen. So sind bei **7.738 Ausfahrten** insgesamt **97.311 Mannschaftskilometer** zusammengekommen.

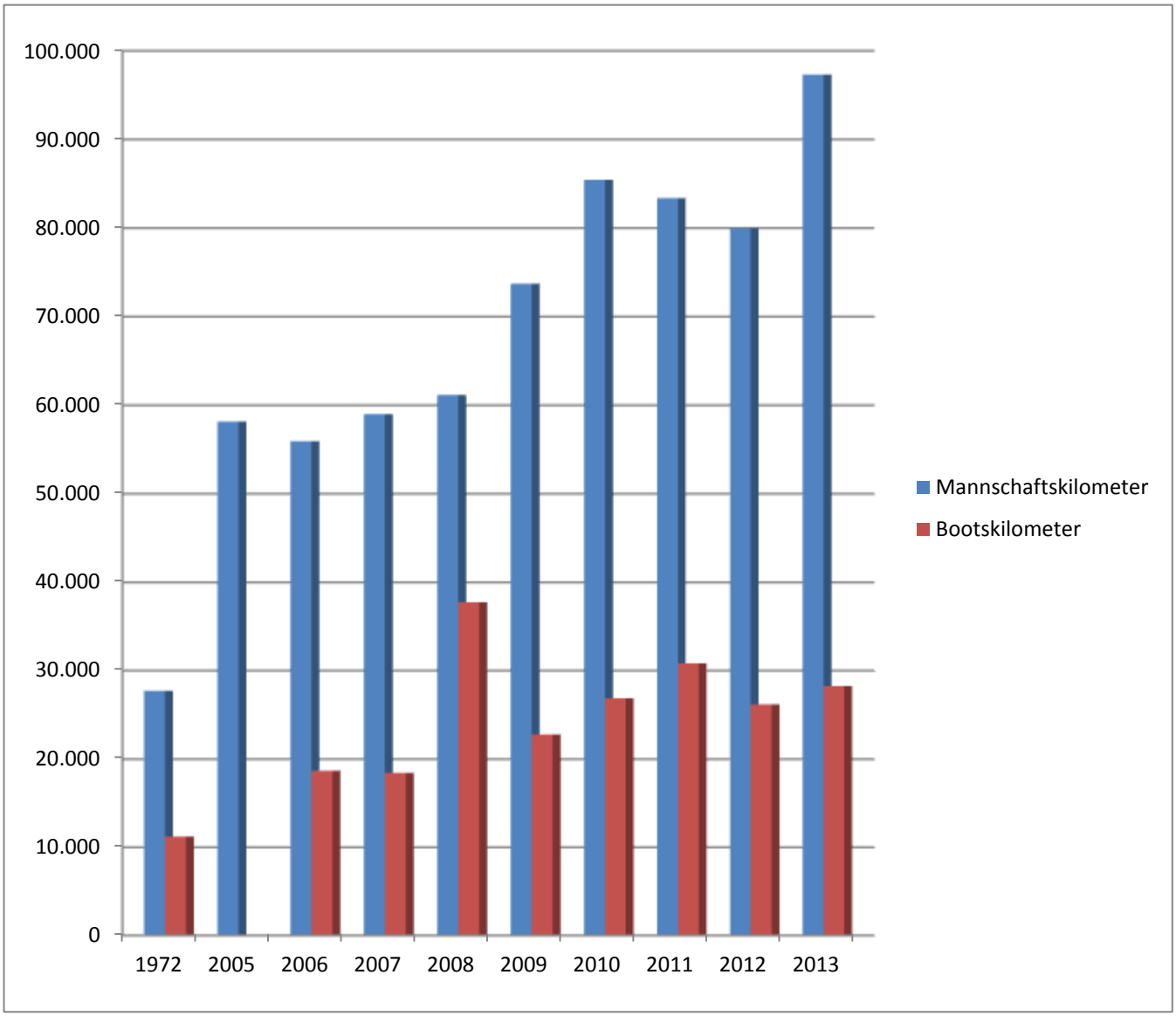
Mit 4.800 Km führt seit nunmehr neun Jahren führt Hartmut Digutsch die Kilometerliste an, gefolgt von Dieter Petersen mit 2.404 und Heinz Kröhnke mit 2.356 Km. Bei den Frauen hat Maren Petersen mit 2290 km vor Helga Puschendorff (2211) und Heike Roggenbrot (1745) die Nase vorn. Bei der Jugend führt Leonie Haas (Jahrgang 1999) die Liste mit 918 km vor Michael Stoltenberg (598) und Justin Ziegel (387) an.

Unsere Boote sind im vergangenen Jahr 2.455 Mal unterwegs gewesen und haben dabei **28.275 Bootskilometer** zurückgelegt. Hier steht, ebenfalls seit mehreren Jahren, »Kurt Neuman« mit 3.460 km an der Spitze, gefolgt von Hans Tolk (3192 km) und Wassertaxi (2363 km).

Saison 2013

Rückblick auf die vergangenen Jahre

Ich habe einmal die Statistik zurückverfolgt und die Kilometerleistungen der letzten Jahre zusammengetragen:



Seitdem im Jahre 2005 mit der Gesamtauswertung der Kilometerleistungen begonnen wurde, haben sich die Zahlen vom Trend her permanent gesteigert.

Ewige Bestenliste seit 1862

Rang	Name	Siege gesamt	davon als				Zeitraum		Bemerkung
			Jugend	Steuer	M/F	AH	von	bis	
1	Gaby Schulz	308	26	5	65	212	1981	2013	2,5,6,7,9,11
2	Martin Lorenzen	297	36		106	155	1974	2013	4,5,6,7,8,9,10
3	Uwe Johannsen	291				291	1969	1995	7,8
4	Frank Roggenbrodt	265				265	1971	2005	7
5	Heinz Kröncke	232				232	1968	2005	7,8
6	Harald Schulz	218	12		61	145	1976	2013	5,6,7,8,9,10
7	Jörk Schüßler	163		163			1979	2013	3,5,6,7,9
8	Ulrich Nörtemann	135				135	1979	1993	7,12
9	Siegfried Pohl	130			12	118	1955	1994	2,7
10	Dieter Leptien	112	74		12	26	1971	2010	3,4,6,7,10
11	Ingmar Schulz	111	36		19	56	1988	2013	7,8
12	Heinz Johannsen	110		110			1973	1991	7
13	Jürgen Wartenberg	106				106	1959	2001	7
14	Jens Paustian	103		1	30	72	1955	2009	2,7,12
14	Heike Roggenbrodt	103		3		100	1984	2013	7
16	Uta Kutz	86	52		34		1982	1988	2,3,5,6,9
17	Bernhard Kaczenski	81				81	1988	2013	7
18	Bernd Klose	76				76	2004	2013	7
19	Dr. Hans Tolk	68	4		23	41	1930	1937	
20	Bernd Vobbe	66	8	23	12	23	1961	1987	3,7
21	Fritz „Charly“ Sachau	61		61			1923	1937	
22	Wolfgang Raddatz	60			31	29	1955	1978	3
22	Claudia Mack	60		4	56		2006	2013	9,11,12
24	Klaus Mohr	59			9	50	1930	1937	
25	Jörn Morgenroth	58	49		8	1	1986	2008	9
26	Rolf Kruse	56		56			1937	1960	
26	Klaus Leemhuis	56		56			1963	1980	
28	Rona Schulz	55	49	5	1		2006	2013	3,4,9,12
29	Christian Prey	54	9		45		1956	1962	1, 2, 3, 11
29	Hans Jürgen Ströh	54				54	1970	1970	7
29	Franz Gundlach	54			12	42	1938	1967	
32	Eckhart Hilse	53				53	1984	1995	
32	Stefan v. Weydenberg	53	35		12	6	1974	2012	6, 9
34	Justus Tolk	51	47		3	1	1986	2008	9
35	Thomas Herrmann	50	25		8	17	1974	2009	6, 12
36	Sven Wartenberg	49	49				1974	1981	
37	Werner Droege	48		48			1924	1952	
37	Klaus Mauer	48		48			1954	1959	
37	Klaus Mohr	48			10	38	1937	1961	
37	Jörg Baumöller	48	25		23		1962	1968	12
41	Fritz Castagne	46			46		1956	1962	
41	Ulf Beck	46				46	2000	2013	7
43	Bernd Gördes	45	4		41		1962	1976	2, 9
44	Kjell Schlichter	44	41		2	1	1986	2008	3
45	Hartwig Schulz	43	34		9		1977	1981	3, 5 ,6 ,9
46	Dr. Kurt Neumann	41	11			30	1930	1980	
46	Dr. Friedemann Berg	41	39			2	1986	2008	
48	Alexander Waap	40	38		1	1	1986	2008	
48	Kim Dibbern	40		40			1986	1995	
50	Werner Marx	39			20	19	1930	1960	
50	Herbert Holste	39	2		19	18	1930	1960	
52	Volker Schöer	38	37		1		1986	1991	

Saison 2013

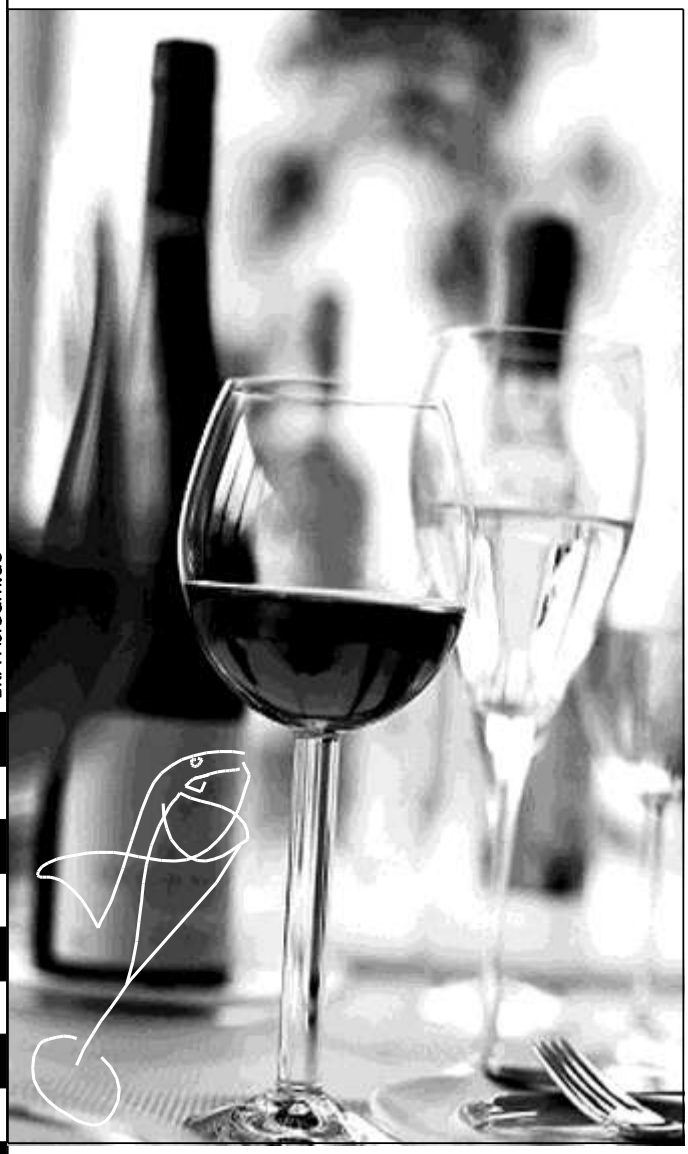
Rang	Name	Siege gesamt	davon als Jugend	Steuer	M/F	AH	Zeitraum von	bis	Bemerkung
53	Karl Storjohann	37			37		1888	1919	
53	Martin Roggenbrodt	37	35		2		1987	1993	
53	Rolf Zumeggen	37				37	1990	2013	7
56	Christian Schanze	36	13		22	1	1982	1993	10,12
57	Jochen Hansen	35				35	1963	1980	
58	Klaus Bartuschek	34				34	1963	1980	
58	Klaus Krienke	34				34	1971	1981	7
60	Peter Albertsen	33	13		20		1955	1959	
60	Hans Rudolf Schröder	33				33	1963	2012	7
60	Sönke Ossmann	33	28		5		1992	1996	10,12
63	Jochen Liebe	32		32			1961	1964	
63	Peter Paustian	32	6		26		1957	1962	1,2,3
63	Marion Härtel	32	32				1983	1985	
63	Sibylle Graßl	32	31		1		1983	1986	
67	Konrad Feldmann	31				31	1963	1980	
68	Dr. Arthur Schütz	29			29		1890	1898	
68	Gustav Reimers	29			24	5	1918	1953	
68	Henning Hardell	29	29				2010	2013	10
71	Paul Völcker	28			10	18	1948	1961	
71	Niels Kowalzig	28	28				1987	1991	
73	Fritz Bardenhewer	27			27		1923	1927	
73	Ingo Scholz	27			27		1963	1973	2,9
75	Torsten Bekendorf	26			26		1985	1987	
75	Martin Languth	26	26				1974	1980	
77	R. Bremer	25			25		1890	1898	
78	W. Franck	24		24			1894	1914	
78	Ariane Schulz	24				24	2004	2007	7
80	Richard Mißfeldt	23	11		12		1928	1960	
80	Walter Korbach	23			23		1942	1961	
80	Werner Ehrich	23	1		21	1	1946	1965	
83	Ulf Schröder	22			22		1984	1988	
83	Waldemar Richter	22			22		1933	1935	
83	Jan Kosmol	22	22				1989	1991	
86	Wolfgang Ahlers	21		21			1938	1954	
86	Ernst Ludwig Stoffers	21			21		1927	1947	
86	Wilken von Behr	21			18	3	1986	1990	10
89	Jochen Frisch	20	20				1992	1993	12
89	Ernst Weber	20	5		15		1929	1936	
89	Paul Jacobsen	20	19			1	1899	1920	
89	Heinz Ketelsen	20			13	7	1948	1972	
93	Albert Loes	19			18	1	1929	1950	
94	O. Darbishire	18			18		1894	1904	
95	Dieter Stephani	17			17		1955	1959	2
95	Wilhelm Sierth	17			17		1955	1959	2
95	Carl Wright	17			17		1901	1936	
98	Peter Pappenheim	17			17		1956	1958	2

Legende zu den Bemerkungen:

1) Weltmeister
2) Deutscher Meister
3) Deutscher Jugendmeister/U17 Meister
4) Juniorenweltmeister
5) Eichkranzsieger (Dt. Meister U23)
6) Norddeutscher Meister
7) AH- Championats Sieger
8) Sieger Master Games
9) Mitglied Nationalmannschaft
10) Clubmeister im Einer
11) Sieger Rotseeregatta Luzern
12) Sieger Karl Storjohann Lauf

seit 1862:
Insgesamt 3.090 Siege
Saison 2012:
33 Sieger und 54 Siege

Mediterran geniessen mit Blick auf die Förde



BRAINsteam.de

Essen wie im Süden!

- Mittags-Menüs
- Saison-Menüs
- à la Carte Speisen mittags und abends
- Sonntagsbrunch 10.30 - 14.00
- Kaffee & Kuchen
- Schön gelegene Sonnenterrasse
- Einzigartiger Blick auf die Förde
- Schöne Stimmung
- Gesellschaften bis 180 Personen

Schöne Aussichten

Düsternbrooker Weg 16
24105 Kiel
Telefon 0431 / 210 85 85
Telefax 0431 / 210 85 86

Termine

Die Winterwoche 2013/14

Montag

16.00 – 18.00 **Jugend WG*** – Krafttraining und Ergometer

16:30 - 18:00 **Jugend FG*** – Spiel, Sport und Spaß
Sporthalle am Ravensberg, Rankestraße 2

18:30 - 19:30 **Erwachsene*** – Zumba mit Angela und Marianne (nicht 23.+30.12.)

Dienstag

18:00 - 19:15 **Erwachsene** – Krafttraining und Ergometer

18:15 - 19:15 **Erwachsene*** – Lauftreff mit Uwe

19:15 - 19:55 **Erwachsene*** – Stretching mit Rainer

Mittwoch

16:00 -17:30 **Jugend FG*** – Laufen, Krafttraining und Ergometer

16:30 -18:00 **Jugend WG*** – Laufen, Krafttraining und Ergometer

18:00 - 20:15 **Erwachsene*** – Team Rowing mit Andreas, 2 Gruppen je 1 Stunde, zu jedem Termin online anmelden (www.ekrc.de/rudern/team-rowing/)

Donnerstag

16:30 - 18:30 **Jugend WG*** – Laufen, Krafttraining und Ergometer

17:30 - 18:00 **ältere Erwachsene** – Ruderbecken und Ergometer

18:30 - 20:00 **Erwachsene*** – Muskeltraining mit und ohne Geräte (neu!)

Freitag

10:15 - 11:00 **ältere Erwachsene*** – Rückenschule mit Rainer

18:00 - 20:00 **Jugend FG*** – Spiel, Sport und Spaß
Sporthalle am Ravensberg, Rankestraße 2

18:00 - 20:00 **Frauen** – Krafttraining und Ergometer (neu!)

Samstag

11:00 - 12:30 **Jugend WG*** – Rudern

14:15 -16:00 **alle*** – Rudern und Achterrudern für jedermann (neu!)

Sonntag

08.00 - 10.00 **Erwachsene** – Rudern oder Ergometer

* Sportangebot mit Betreuung

FG = Freizeitsportgruppe Kinder und Jugendliche
WG = Wettkampfsportgruppe Kinder und Jugendliche

Die Termine gelten vom Abrudern, 27. Oktober 2013
bis Anrudern, 13. April 2014.

Die Termine für die Kinder und Jugendlichen sind in den Ferien eingeschränkt. Im Winter findet keine Ausbildung für Ruderanfänger statt!

Ausfahrten im Winter bei Dunkelheit sind grundsätzlich verboten.

EKRC-Terminkalender 2014

20.03. 19:00	Mitgliederversammlung, Einladung siehe Seite 6
30.03.	Skiff-Kentertraining in der Uni-Sporthalle, 17:00 – 19:00 (S. 39)
05.04.	Gemeinschaftsarbeit – Aufklaren für die Saison, 10:00 – 14:00
13.04.	Anrudern aller Kieler Rudervereine, Treffen 10:00
Frühjahr	16. Kieler Steuerleutelehrgang
31.05.	5. Benfitzregatta »Rudern gegen Krebs«
25.06. 20:00	17. Stadtachter zur Kieler Woche
29.06.	Treffen zum Kieler Woche Feuerwerk
26.07.-05.08.	Jugendwanderfahrt Holland
30.08.	EKRC-Sommerfest
September	96. Dr. Asmus Regatta
26.10.	Abrudern aller Kieler Rudervereine, Treffen 10:00
01.11.	Gemeinschaftsarbeit, 10:00 – 14:00
24.12. 10:00	Weihnachtsrudern
31.12. 14:00	Silvesterrudern

Die Planung für die Wanderfahrten im nächsten Jahr läuft noch. Alle Termine für Wanderfahrten gibt es rechtzeitig zum Saisonbeginn.

Regattakalender 2014

26.04.	Dove-Elbe-Rallye, Bergedorf
03.-04.05.	86. Lübecker Ruder-Regatta
04.05.	44. Wesermarathon
10.-11.05.	Regatta Bremen
24.-25.05.	Regatta Otterndorf | Kölner Junioren-Regatta | DRV Masters-Championat Werder/Havel
31.05.	Rudern gegen Krebs, Kiel
08.06.	Vogalonga, Venedig (ITA)
14.06.	Hummelregatta, Hamburg
14.-15.06.	Landesmeisterschaften und JuM-Landesentscheid Bad Segeberg
25.06.	17. Stadtachter zur Kieler Woche
26.-29.06.	Deutsche Jugendmeisterschaften U23, U19, U17, Brandenburg
07.-10.08.	Junioren-Weltmeisterschaften, Hamburg
12.-14.09.	E.ON Hanse Cup
27.09.	Roseninsel-Achter, Starnberg
03.10.	Elbe-Pokal, Lauenburg
11.10.	Quer durch Berlin
02.11.	Fari-Cup, Hamburg

Termine

Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag!

An dieser Stelle stehen in der Print-Ausgabe die Geburtstage der Mitglieder…

Manchmal stöbert man in alten Clubmitteilungen und findet Splitter, die gerne noch einmal hervorgekramt werden können. Hier zwei Notizen aus den CM 06/1974:

Vor 40 Jahren – Bundesverdienstkreuz für Herbert Weidling

Am 11.12.1974 überreichte unser Ministerpräsident Dr. Gerhard Stoltenberg das vom Bundespräsidenten verliehene Bundesverdienstkreuz am Bande unserem langjährigen Clubkameraden Dipl. Ing. Herbert Weidling. Herr Herbert Weidling war fünf Jahre lang Präsident der von ihm mitbegründeten Architektenkammer Schleswig-Holsten. Außerdem hat der geehrte wesentlichen Anteil an der baulichen Gestaltung der Landeshauptstadt. Die Neubauten der Pädagogischen Hochschule, Biologiezentrum der Universität, Schwimmhalle Ostufer und das Versicherungsviertel Sophienblatt – um nur einige Steine der Visitenkarte zu nennen – tragen seine Handschrift.

Er ist auch Mitglied des Landesplanungsrates, des Bauausschusses der Stadt Kiel und hat Sitz im Beirat für Stadtgestaltung. […]

Schließlich hat er neben Herrn Arch. Ernst-Ludwig Stoffers wesentlich an unserer Clubhausgestaltung mitgewirkt.

Wir freuen uns mit Herrn Weidling sehr über diese Auszeichnung und gratulieren ihm herzlich.

Ein dreifaches »Hipp-Hipp-Hurra« wird ihm am nächsten Skatabend mit Sicherheit nicht vorenthalten bleiben (Lokalrunde?).

Und noch heute warten wir bei jeder Clubveranstaltung auf sein Kommando: »Das Fest beginnt!«

Auch vor 40 Jahren machte man sich bereits – wenn auch in anderer Form – Gedanken über eine Aufstockung des Clubhauses:

Aufstockung des Clubraums

Die Stadt Kiel hat unseren Antrag auf Aufstockung unseres Clubhauses mit der Begründung abgelehnt, daß nach dem rechtsverbindlichen Bebauungsplan eine Erdgeschoßbebauung nicht möglich ist, sondern nur eine auf Säulen stehende Bebauung im 1. und 2. Obergeschoß, um einen freien Durchblick zur Förde zu erhalten.

Herr Arch. Herbert Weidling hat in unserem Auftrage gegen diesen Bescheid beim Innenminister Widerspruch eingelegt. Eine vorgesehene Beschlußfassung über die Baumaßnahme wird daher auf der Jahreshauptversammlung im Frühjahr 1975 nicht möglich sein.

Dieses Thema ist inzwischen ja erfolgreich abgeschlossen!

Vorstandsmitglieder / Impressum

Der Vorstand des EKRC

nach der Jahreshauptversammlung am 21. März 2013

Vorsitzender
Bernd Klose
Holtenauer Straße 178, 24105 Kiel
Tel.: 0431-57 93 940
klose@ekrc.de

Hauswart
Marc Lorenz
Gerhardstraße 21, 24105 Kiel
Tel.: 0431-56 10 11
lorenz@ekrc.de

Stellv. Vorsitzender Verwaltung
Siegfried Schürmann
Hamburger Landstr.54, 24113 Molfsee
Tel.: 0431-65 07 05
schuermann@ekrc.de

Schatzmeisterin
Helga Puschendorff
Tel.: 0431 336592
puschendorff@ekrc.de

Stellv. Vorsitzende Sport
Gaby Schulz
Waffenschmiede 26, 24159 Kiel
Tel.: 0431-36 37 37
schulz@ekrc.de

Ruder- und Trainingswart
Andreas König
Wörthstraße 51, 24116 Kiel
Tel.: 0431-12 20 537
koenig@ekrc.de

Pressewart
Hans-Martin Hörcher
Gerstenkamp 31, 24147 Kiel
Tel.: 0172-53 48 768
hoercher@ekrc.de

Boots- und Gerätewart
Christian Prey
Dahlmannstraße 2, 24103 Kiel
Tel.: 0431-9828 201
Fax 0431-9828 202

Schriftwart
Jürgen Kähler
Narvikstraße 18, 24109 Kiel
Tel.: 0431-52 40 48

Vergnügungswart
Frank Engler
Grunewaldstraße 32, 24111 Kiel
Tel.: 0431 69 78 37
engler@ekrc.de

Vorsitzender Jugendabteilung
Florian Kleinicke
Eckernförder Straße 56, 24116 Kiel
Tel.: 0152 26 23 99 11
florian@ekrc-jugend.de

Ältestenrat
Jens Paustian (Vorsitzender)
Tel.: 0431-69 16 62
Klaus Bartuschek, Jürgen Duwe
Claus Heinrich, Bernd Vobbe

Impressum

Herausgeber und Verlag
Erster Kieler Ruder-Club
von 1862 e.V. (EKRC)
87. Jahrgang
erscheint i.d.R. vier mal jährlich

Bankverbindung: Fördesparkasse
IBAN: DE06 2105 0170 0000 4357 76 / BIC: NOLADE21KIE
Spendenkonto: Kieler Volksbank eG
IBAN: DE86 2109 0007 0093 0805 06 / BIC: GENODEF1KIL

Postanschrift
Erster Kieler Ruder-Club
Düsternbrooker Weg 16
24105 Kiel, Tel.: 0431-577885
www.ekrc.de / info@ekrc.de

Redaktion
Hans-Martin Hörcher
Gerstenkamp 31
24147 Kiel, Tel.: 0172-5348768
clubmitteilungen@ekrc.de

Anzeigenverwaltung
Bernd Klose
Holtenauer Straße 178
24105 Kiel
Tel.: 0431-5793940

V.i.S.d.P.
siehe “Redaktion”

Druck und Herstellung
Schmidt & Klaunig
Ringstraße 19 (Medienhaus Kiel)
24114 Kiel, Tel.: 0431-660 640

Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht ungedingt die Meinung der Redaktion wieder.
Der Bezugspreis ist im Mitgliedsbeitrag enthalten

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe ist 15. Mai 2014

handwerklichemeisterleistung.de

LORENZ
Heizung und Sanitär

LORENZ
Elektrotechnik

LORENZ
Fliesenverlegung

LORENZ
Farbe und Interieur

Handwerkliche Meisterleistung
aus einer Hand:

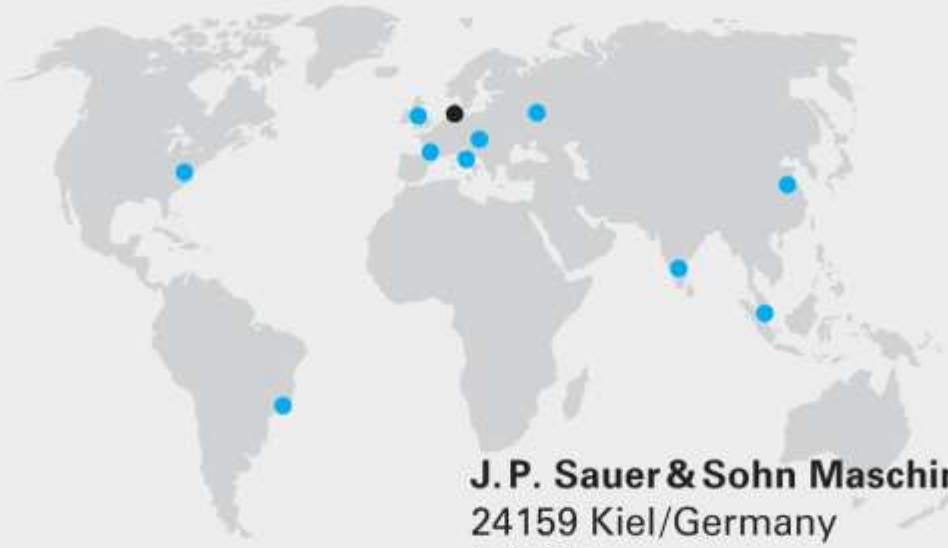
Lorenz Sanitär GmbH
Lorenz Elektro GmbH

Gerhardstraße 21 | 24105 Kiel

Telefon 0431-56 10 11

Sauer Compressors

The worldwide Sauer Group: www.sauercompressors.com



J. P. Sauer & Sohn Maschinenbau GmbH
24159 Kiel/Germany
info@sauercompressors.com

Dependable up to 500 bar – anywhere, anytime.