



# Clubmitteilungen

Erster Kieler Ruder-Club von 1862 e.V.

# das-schuherlebnis.de



### IHR SCHUHHAUS IN KIEL.

FÜNF MAL IN KIEL: HOLTENAUER STRASSE

SOPHIENHOF CITTI-PARK

HOLSTENSTRASSE ALTER MARKT



#### Inhalt

#### Inhalt

Lieber Leser	5
Protokoll über die Jahreshauptversammlung im Jahr 2017	7
Sportlerehrung im Kieler Rathaus	
Sommerfest 2017 – Save the Date!	
Rudern gegen Krebs	14
Mit zwei neuen Booten in die Saison	15
Freiruderprüfung	
Neue Mitglieder	18
Spenden	18
Anfängerimpressionen Teamrowing	20
Die Suche nach der Dehngrenze	22
Wanderrudersommer 2017	
Skifftag	24
Rudern im Impressionismus	24
Rudern zur Kieler Woche	25
Tageswanderfahrt Flensburger Förde	26
Wille und Kraft in Afrika	29
Kentertraining in der Uni-Schwimmhalle	31
EKRC Jugend in der weiten Welt	32
Wir fahren an den Westensee!	32
Sommertraining in Brisbane	34
Es geht um das Marzipanherz	36
Und zum Abschluss auch noch Gold!	37
Wann ist der Anhänger eigentlich voll?	38
Wie lang 200 Meter sind	40
Die Sommerwoche 2017	43
EKRC-Terminkalender	
Regattakalender 2017	44
Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag!	45
Der Vorstand des EKRC	46
Impressum	46

#### Bildseiten:

Titel: So sehen Sieger aus beim EKRC!

3. Umschlagseite: Impressionen vom Anrudern

Rückseite: Big Brother is watching you!

Die Fotos in dieser Ausgabe stammen von: Hans-Martin Hörcher, Jan Gruber, Andrea, Lennart Bartsch, Felix Eckel, Michael Böhmer

# Attraktive Gebrauchtwagen - supergünstig -



Unsere Ansprechpartner für Sie:

Helmut Außenthal Tel.: 0431 - 6495-222

E-Mail: fahrzeugverkauf@paulsenthoms.fsoc.de



Marko Thoms Tel.: 0431 - 6495-218

E-Mail: verkauf.thoms@paulsenthoms.fsoc.de

Fahrzeuge sofort lieferbar – weitere Angebote vorrätig

Ford Kuga 09/16, 11.000km, 2,0L 110kW (150PS) Diesel, Schwarz-Metallic, Navigationssystem, Winter-Paket, Klimaautomatik, uvm.	€ 23.990,
Ford S-Max 09/11, 63.000km, 2,0L 103kW (140PS) Diesel, Dunkel-Blau-Metallic, Automatik, Navigationssystem, LMF, Winter-Paket, uvm.	€ 15.990,
Peugeot Partner 06/15 26.000km, 1,6L 88kW (120PS) Diesel, Grau-Metallic, Navigationssystem, Park-Pilot-System vorne+hinten, AHK, uvm.	€ 15.990,
Nissan Qashqai 08/11, 48.000km, 1,6L 86kW (117PS) Benziner, Schwarz-Metallic, LMF, Panorama-Dach, Klimaautomatik, uvm	€ 12.990,
Ford Fiesta 04/13, 52.000km, 1,0L 48kW (65PS) Benziner, Rot-Metallic, Park Pilot-System vorne + hinten, Winter-Paket, uvm.	€ 7.990,



# **Paulsen & Thoms**

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

#### Lieber Leser

In den letzten Jahren war die zweite Ausgabe der Clubmitteilungen klassischerweise geprägt durch das erste lokale ruderische Großereignis des Jahres, die Regatta »Rudern gegen Krebs«. In diesem Jahr haben wir es geschafft, die Veranstaltung in den Sommer zu verlegen (siehe Seite 14). Dies verschafft uns mehr Luft bei der Ausbildung der Mannschaften und entzerrt unseren Ruderalltag.

Die diesjährige Jahreshauptversammlung brachte einen Wechsel im Vorstand des EKRC: Neue stellvertretende Vorsitzende Verwaltung ist Sabine Gödtel. Sabine löst Siggi Schürmann ab, der nach mehr als zehn Jahren dieses Amt zu Verfügung stellt. Vielen Dank Siggi für Deinen Einsatz. Auch die Jugend hat auf ihrer Versammlung einen neuen Vorsitzenden gewählt: Marvin Wagner leitet seit Frühjahr die Geschicke unseres Nachwuchses. Weitere Details zur Versammlung ab Seite 7.

Unser Konzept der konzertierten **Anfängerkurse** hat sich im letzten Jahr bewährt und auch in diesem Jahr sind beide Kurse bereits wieder voll ausgebucht. Für die, die im letzten Jahr begonnen haben, geht es in diesem Jahr weiter mit der **Freiruderprüfung**. Mehr hierzu auf Seite 16.

Inzwischen hat ja auch der Sommer an Fahrt aufgenommen, die Saison ist in vollem Gange. Die ersten Berichte von **Wanderfahrten** trudeln ein (Seite 26) und die Planung für weitere Wanderfahrtsaison steht weitgehend (siehe Seite 23).

Auch die **Regattaruderer** sind natürlich schon wieder voll in Aktion. Die Regattaberichte trudeln beinahe Schlag auf Schlag ein, einen Abriss lest Ihr ab Seite 34.

Noch stehen wir am Anfang des Sommers und der Termin ist noch eine Weile hin. Trotzdem tragt doch schon einmal den Termin für unser **Sommerfest** (Seite 13) dick in Euren Terminkalender ein.

Nun nutzt die schönen Tage für weitere Ausfahrten auf der Förde, auf Wanderfahrten oder Regattabahnen, bevor der Kieler Rudersommer durch die bevorstehende fünfte Jahreszeit eine Pause einlegen muss. Details zum Ruderprogramm während der **Kieler Woche** lest Ihr übrigens auf Seite 25.

Hans-Martin Hörcher





#### Wenn man das Ziel im Auge behält.

Wir bringen Sie auf Kurs. Wenn's um Geld geht, arbeiten Sie am besten mit unserer eingespielten Crew Hand in Hand.

Förde
Sparkasse

foerde-sparkasse.de

#### Protokoll über die Jahreshauptversammlung im Jahr 2017

für Erster Kieler Ruder-Club von 1862 e.V.

am 30.03.2017 im Clubhaus, Düsternbrooker Weg 16

# 1. Feststellung der Anwesenheit, Stimmberechtigung und Ordnungsmäßigkeit der Einberufung der Versammlung:

Der Vorsitzende Bernd Klose eröffnete pünktlich um 19:00 Uhr die Versammlung und begrüßte den Ehrenvorsitzenden Christian Prey, die Ehrenmitglieder Uta Kutz, Jürgen Duwe, Jens Benthin, Hans - R. Schröder, Jens Paustian und alle anderen anwesenden Clubmitglieder.

Es waren 62 stimmberechtigte Mitglieder anwesend. Zum Stichtag 31.12.2016 hatten wir 402 Mitglieder. Nach Meinung des Vorsitzenden ist die Teilnahme der Mitglieder an der JHV eine Anerkennung für die Tätigkeit des Gesamtvorstandes.

Die Anwesenden gedachten in einer Schweigeminute der seit der letzten JHV verstorbenen Clubmitglieder: Klaus Bartuschek, Wilhelm-Heinrich Jäger und Klaus Remmer Leemhuis.

Für jedes genannte verstorbene Mitglied hatte der Vorsitzende ehrende Worte des Nachrufs.

Die Zeitungsanzeige für den EKRC hierfür erschien in der KN-Ausgabe vom 01.04.2017.

Die Einladung zur oben genannten JHV mit der Tagungsordnung war ordnungs- und fristgerecht per "Clubmitteilungen" Heft 1/2017 S.7 - 8 ergangen.

#### 2. Feststellung der Tagungsordnung:

Gegen die vorliegende Tagesordnung gab es keine Einwände. Sie wurde einstimmig genehmigt.

Vor der Fortführung der Tagungsordnung wurden 23 Ruderer/innen mit dem Wanderfahrtenabzeichen des DRV ausgezeichnet. Damit ehrt der DRV Ruderer/innen, die, je nach Alter, eine bestimmte Km-Leistung im Jahr und auf Wanderfahrt(en) zurückgelegt haben.

# 3. Genehmigung des Protokolls der Jahreshauptversammlung vom 17.03.2016:

Das Protokoll der letzten JHV wurde in den "Clubmitteilungen" Nr. 2/2016 S. 7-11 veröffentlicht. Die ungekürzte Fassung lag als Kopie zur Einsicht im Jugendraum aus.

Die Niederschrift wurde von den Anwesenden einstimmig genehmigt.

#### 4. Jahresberichte:

Die Tätigkeitsberichte der Vorstandsmitglieder für 2016, außer dem des Hauswarts M. Lorenz, wurden vorab in den Clubmitteilungen 1/2017 abgedruckt und zur Diskussion gestellt.

M. Lorenz gab seinen Jahresbericht mündlich ab: es stehen weitere Sanierungsarbeiten im Hause an, z.B. muss in der Herrendusche die Leckstelle gefunden werden, wodurch das Wasser bis in die darunter liegende Bootshalle tropft. Im Küchenbereich muss die Auslegeware erneuert werden. Er appellierte an alle "Nutzer" unserer Räumlichkeiten, mehr für Ordnung zu sorgen. Im Besonderen im Gymnastikraum, wo jetzt eine "Benutzungsordnung" vorliegt.

#### Kassenbericht 2016

Unsere Schatzmeisterin Frau Helga Puschendorff erläuterte die verteilte Anlage "Finanzstatus zum 31.12.2016".

#### 5. Aussprache über die Berichte:

Die Berichte der oben genannten Ressortinhaber wurden zur Aussprache gestellt.

Es wurden keine weiteren Einwände gegen die Inhalte der Ressortberichte erhoben und die Versammlung dankte den/der Ressortinhabern/in mit ausgiebigem Applaus für ihr ehrenamtliches Engagement.

#### 6. Berichte der Kassen- und Rechnungsprüfer:

Unsere Clubmitglieder, die bestellten Kassen- und Rechnungsprüfer, B. Kaczenski und M. Böhmer, haben am 13.03.2017 die Kassen - und Buchführung des EKRC für das Geschäftsjahr 2016 geprüft. Es gab keine Beanstandung. Der Schatzmeisterin wurde eine tadellose ordnungsgemäße Buchführung und sparsame Kassenverwaltung bescheinigt. Die zu prüfenden Unterlagen lagen gut vorbereitet und geordnet vor.

B. Kaczenski dankte der Schatzmeisterin und auch dem Gesamtvorstand für die gute Vereinsführung. Die anwesenden Mitglieder unterstrichen dies mit Beifall.

#### 7. Entlastung des Vorstandes:

B. Kaczenski stellte den Antrag auf Entlastung des Vorstandes.

Dem Vorstand wurde mit 53 Ja-Stimmen, 8 Enthaltungen (Vorstandsmitglieder) und einer Gegenstimme für seine Tätigkeit im Geschäftsjahr 2016 Entlastung erteilt.

#### 8. Neuwahlen:

#### Geschäftsführender Vorstand

- a) Stellv. Vorsitzender/e Verwaltung
- b) Schatzmeister/in

Kassen- u. Rechnungsprüfer

#### **Schiedsgericht**

#### Ältestenrat

Zu den genannten Positionen lagen von den Mitgliedern keine Wahlvorschläge vor.

- a) Da S. Schürmann sein Amt als stellvertr. Vorsitzender niederlegte, wurde vom Vorstand Sabine Gödtel als seine Nachfolgerin vorgeschlagen. 61 Mitglieder stimmten für ihre Wahl bei einer Enthaltung. Sabine Gödtel nahm ihre Wahl an. Die Mitglieder dankten ihr mit Beifall für ihre Bereitschaft das Amt zu übernehmen.
- b) Für die Wahl des/der Schatzmeisters/in wurde vom Vorstand die bisherige Amtsinhaberin Helga Puschendorff vorgeschlagen. 61 Mitglieder stimmten für ihr Wahl bei einer Enthaltung. Helga Puschendorff nahm ihre Wahl an.

Der Vorsitzende dankte S. Schürmann für seine langjährige Vorstandsarbeit. Beim kommenden Anrudertermin wird er dafür geehrt.

#### Kassen- und Rechnungsprüfer:

Zur rotierenden Wiederwahl wurde Jens Benthin und Heinz Kröncke vorgeschlagen.

Sie waren zur Wiederwahl bereit. H. Kröncke war heute nicht anwesend, aber seine Einwilligung lag vor. Die anwesenden Mitglieder stimmten der Wiederwahl zu, bei einer Enthaltung, J. Benthin nahm seine Wahl an.

#### Schiedsgericht:

Zur Wiederwahl waren bereit: D. Schwark, H.G. Meenke, Dr. Th. Holzhüter, Dr. H.-A. Friese.

Alle genannten Personen wurden ohne Gegenstimmen oder Enthaltungen in ihrem Amt bestätigt. Neu in das Gremium wurden Dr. E. Deltz und L. Herzog als Stellvertreter gewählt. Bei der Wahl gab es 2 Enthaltungen. Alle nahmen ihre Wahl an.

Die Dauer der "Amtszeit" beträgt 4 Jahre.

#### Ältestenrat:

Die bisherigen Amtsinhaber, J. Paustian, J. Duwe, C. Heinrich u. B. Vobbe, waren zur Wiederwahl bereit und wurden mit 5 Enthaltungen in ihrem Amt bestätigt. Neu hinzugewählt wurde Frau Angela Weidling. Alle genannten Personen nahmen ihre Wahl an.

#### 9. a) Vorstellung des Haushaltsplanes für 2017

Der Voranschlag für den Haushaltplan für 2017 lag uns in schriftlicher Form vor.

Die **veranschlagte Summe der Einnahmen für 2017** wurde überwiegend nach dem Ist des Vorjahres aufgestellt. Der Rückgang bei "Sonstige Erträge/Vers. Erstattung" betraf die Regulierung eines erstatteten Bootsschaden in 2016.

Beim Voranschlag der Ausgaben für 2017 wurden beim "Ankauf Boote" die Anschaffung für Boote und Zubehör in diesem Jahr zurückgestellt. Der Mehraufwand für "Regatten u. Training" resultiert an der größeren Beteiligung unserer Ruderer/innen an Regatten. Für "Instandhaltung Boote" sind keine größeren Materialanschaffungen geplant.

Die Stadtwerke Kiel überraschten uns mit einer Nachzahlung für Energiekosten in 2016. Der Grund war eine neue Bemessungsgrundlage. Wir wurden mit einem Bemessungsschlüssel von 74 KW. berechnet. Nach Vorlage eines externen Gutachtens wurde die Bemessungsgrundlage mit 60 KW neu festgesetzt. Die überhöhte Vorauszahlung wird uns ab Juli 2016 erstattet.

Die Anwesenden dankten unserer Schatzmeisterin mit Applaus für ihre "gute Arbeit".

#### b) Genehmigung des Haushaltplanes 2017

Der Haushaltsplan für 2017 wurde in der vorliegenden Form zur Abstimmung gestellt.

Es stimmten 53 mit Ja und 9 enthielten sich der Stimme.

#### 10. Anträge:

Es lagen keine Anträge vor.

#### 11. Termine:

Der EKRC-Terminkalender steht in der CM 1/2016/17 S. 34, ebenso der Regattakalender 2017. Außerdem sind wir auf unserer Internetseite unter www.ekrc.de / info@ekrc.de zu erreichen.

#### 12. Verschiedenes:

Die Jugendabteilung wählte auf ihrer Jahresversammlung am 01.03. 2017 einen neuen Vorstand. Gewählt wurde als Jugendvorsitzender Marvin Wagner, als sein Stellvertreter Hjalmar Hellwig. Das größte Freizeitangebot ist wieder eine Wanderfahrt in den Sommerferien, das Ziel ist Italien, event. Gardasee.

Mit dem Wunsch auf eine gute und erfolgreiche Rudersaison und einem dreifachen kräftigen Hipp-Hipp-Hurrah wurde die Versammlung um 20:00 Uhr vom Vorsitzenden beendet.

Kiel, 16.04.2017

Vorsitzender: Bernd Klose Schriftwart: Jürgen Kähler

#### **Sportlerehrung im Kieler Rathaus**

Wer das obige Protokoll aufmerksam gelesen hat wird bemerkt haben, dass die Versammlung um 20:00 Uhr beendet und somit nach bereits einer Stunde vorüber war. Unser Vorsitzender hatte es eilig, denn er und einige andere Anwesende wollten die Sportlerehrung im Kieler Rathaus nicht verpassen, die bereits in vollem Gange war.

Bernd hatte arrangiert, dass die Ruderer als Letzte der über 100 Kieler Athleten geehrt wurden und so schafften sie es noch rechtzeitig.

Vom EKRC nahmen Bernd Klose, Gunnar Meyer, Ingmar Schulz, Rolf Zumegen und für

die Damen Gaby Schulz die Urkunde und die Erinnerungsmedaille persönlich entgegen. Nicht persönlich dabei sein konnten Ulf Beck und Claudia Mack



In einer launigen Begrüßungsrede würdigte unser Oberbürgermeister Dr. Ulf Kämpfer die Leistungen der Sportler und räumte ein, dass ihm bislang die große Bandbreite des Kieler Sports außerhalb von THW und Segelsport nicht bekannt war.

Nach dem offiziellen Teil, gab es, wie in jedem Jahr ein wunderbares Buffet und die Kehlen mussten auch nicht trocken bleiben. Alles in Allem ein sehr gelungener Abend.



# Vergissmeinnicht

Jeder Tag sollte etwas ganz Besonderes haben. Geburtstag, Hochzeitstag, Jahrestag, ob ein kleiner Blumenstrauß oder die Hochzeitsdeko, bei uns sind Sie immer richtig.





#### Öffnungszeiten

Mo-Fr: 09:00 - 18:00 Sa: 09:00 - 13:00 So: 10:00 - 12:00

24118 Kiel, Knooper Weg 153

unverändert... in kiel ein begriff für bierqualität Weihenstephan Pilsen Urquell bier-kneipe wubbke Tannenzäpfle holtenauer straße 112 Kuchelbauer seit 1973 Schlierseer Augustiner Tegernseer Andechser Kapuziner Schneider Budweiser Rothaus Ayinger Mekatzer laufend wechselnde angebote Guinness schaut doch mal rein... Kilkenny t. 0431-260 990 20 Simon e. info@wubbke.com Jakob w. www.bierkneipe-wubbke.de Unertl





#### Rudern gegen Krebs

#### Eure Mitwirkung wie immer willkommen

In den letzten Jahren konntet Ihr in der Frühjahrsausgabe der Clubmitteilungen an dieser Stelle immer einen Bericht über die Benefitzregatta »Rudern gegen Krebs« lesen.



Dieses Mal möchten wir Euch hier stattdessen zunächst um Eure Unterstützung bitten, denn die Regatta findet in diesem Jahr erst im Sommer statt, und zwar am **15. Juli**. Dies gibt uns die Möglichkeit, die Ausbildung der teilnehmenden Mannschaften etwas entspannter mit dem sonstigen Ruderbetrieb zu koordinieren.

Die Veranstaltung ist in diesem Jahr einmal wieder beim EKRC zu Gast. Und damit alles wie immer reibungslos über die Bühne geht und der Tag für die Teilnehmer – aber auch für uns Helfer – wieder ein tolles Ruderevent wird, brauchen wir natürlich wieder Helfer beim Aufbau am Vortag sowie natürlich am Veranstaltungstag jede Menger Helfer an Land sowie in den Booten.



#### Mit zwei neuen Booten in die Saison

#### Anrudern mit Rekordbeteiligung

"Womit sollen wir denn jetzt rudern?" Diese entgeisterte Frage stellen sich die letzten Nachzügler, als sie aus der Umkleide durch die gähnend leeren Bootshallen zum Anrudern den Bootsplatz betreten. Das schöne Wetter hat die Massen mobilisiert und auf dem Bootssteg drängeln sich Skulls, Ruderer und Boote auf dem Weg in die Förde. In der Tat ist die Wanderbootshalle bis auf einige Einer komplett ausgeräumt, die Boote auf dem Weg in die Hörn.

Der Start ist heute besonders konzentriert, da wir zuvor zwei neue Boote getauft haben – und vorher geht natürlich noch niemand aufs Wasser. Zwei Rennboote werden unseren Bootspark diesen Sommer ergänzen: Heike Roggenbroth taufte einen neuen Fillipi-Vierer auf den Namen "Fortissimo" – er ist Ersatz für den Unfallschaden, den wir im letzten Sommer zu vermelden hatten.

Als Ergänzung für den sehr erfolgreich geruderten "Slid'n Hardy" wurde ein zweiter Vierer getauft, benannt nach einem langjährigen verdienten Urgestein des EKRC. Der ursprüngliche Vorschlag, "Dummer Hund", wurde aber verworfen und Heinz-Rudolfs Frau taufte das Boot auf den Namen "Schmutzkittel".

Dann wie gesagt der Run auf die Förde. Nicht nur an unserem Steg ist viel los. Auch in der Hörn ist angesichts des guten Wetters der Bär los. Über 45 Boote drängeln sich am Ende der Förde, wo in diesem Jahr Bernd Klose für den EKRC die Ansprache hält, zur Abwechslung einmal vom Motorboot aus, um auch die hinteren Boote besser zu erreichen.

Mit dem dreifachen "Hip Hip Hurraa" geht es dann wie gewohnt zurück in die Bootshäuser, wo bei uns auf der Terrasse Vito bereit mit gebratenen Heringen und Bratwürsten auf uns wartet. In der für das Anrudern ungewohnt warmen Frühlingssonne halten wir es dann noch lange auf der Terrasse aus.

Bernd nutzt noch die Gelegenheit, um Siggi Schürmann noch für sein langjähriges Engagement als stellvertretender Vorsitzender im Vorstand des EKRC zu danken.

Hans-Martin Hörcher

R KIELER RUDER-CLUB



#### Freiruderprüfung

Ihr habt im letzten Jahr das Rudern gelernt, fühlt Euch inzwischen ganz wohl im Boot und wollt nun mehr? Hierzu ein Auszug aus der Ruderordnung des EKRC:

Die Anfängerausbildung schließt mit dem Freirudern ab. Das Freirudern besteht aus einem praktischen und einem theoretischen Teil. Das Freirudern findet an vorher angekündigten Terminen mit dem Trainerteam statt.

Mit der Freiruderprüfung sollt Ihr zeigen, dass Ihr selbständig und eigenverantwortlich ein Boot führen könnt. Hierzu gehören neben dem eigentlichen Rudern im Mannschaftsboot weitere Punkte wie z.B.:

- Handling der Boote (Vorbereiten, aus der Halle richtig ins Wasser bringen,...), Fahrtenbuch pflegen
- Steuern eines Bootes, Ab- und Anlegen, Ruderkommandos, Revierkunde
- Fahren im Einer, Ein- und Aussteigen
- Verschiedene Kleinigkeiten aus dem Ruderalltag

Die **Freiruderprüfung** wollen wir in diesem Jahr am **12. bzw. 13. Juli**, jeweils abends, anbieten. Wenn Ihr Euch freirudern wollt, solltet Ihr den Sommer bis dahin für die Vorbereitungen nutzen. Die Ausbilder werden Euch während der allgemeinen Rudertermine immer wieder daran erinnern, doch einmal selber zu steuern, mal im Einer zu fahren oder sonstige Themen aus der Liste zu vertiefen. Nutzt das Angebot, so oft es geht.

Für diejenigen unter Euch, die abends nicht genügend Gelegenheit zur **Vertiefung** finden, bieten wir hierzu zusätzlich **am Samstag, 1. Juli**, die Gelegenheit. Details zu diesem Termin folgen am Schwarzen Brett.



Weiterhin habt Ihr am darauffolgenden Samstag, 8. Juli, im Rahmen des Skifftages speziell das Rudern in schmalen Booten zu üben (Details siehe Seite 23).

Natürlich richtet sich das Angebot der Freiruderprüfung nicht nur an die Anfänger des letzten Jahres. Letzten Endes ist jeder, der es bisher noch nicht getan hat, aufgerufen sich freizurudern. Sprecht uns einfach an!

#### UNION - SicherheitsTechnik

Von Schlüssel, Schloß und Schließzylinder über die umfassende Sicherheitsberatung vor Ort bis zur fachgerechten Montage ... alles aus einer Hand





Entwurf, Entwicklung, Gestaltung, 3D-CAD-Konstruktion und Fertigung von Möbierungselementen für den öffentlichen Raum ... made in Kiel



#### **UNION - FreiraumMobiliar**

Eisen-Jäger Kiel GmbH / www.union-freiraum.de

#### **Neue Mitglieder**

Auch über den Winter konnten wir noch einmal einige neue Gesichter in unseren Booten und Fitnessräumen begrüßen:

Steven Gemein Charlotte Kühn Maximilian Wittorf

Knud Sauerwald Emil Willer Richard Eggers

Ann-Kathrin Prinz Nick Merkel

Willkommen im Club und viel Spaß beim Rudern!

#### **Spenden**

Unser Dank gilt allen Spendern und Sponsoren, die uns auch in diesem Jahr mit ihren großzügigen Zuwendungen in allen Bereichen unseres Rudersportes tatkräftig unterstützt haben.

Ohne Ihr Engagement wäre vieles im Club nicht realisierbar.

Der Dank gilt auch allen Inserenten in dieser Clubmitteilung, die uns schon viele Jahre die Treue halten und dieses hervorragende Kommunikationsmittel in dieser Form erst ermöglichen.

Bis Redaktionsschluss erhielten wir Spenden von

Gernot Brenscheidt Barbara Steinhardt Hans-Rudolf Schröder

Jens Paustian Jens Benthin Christian Prey

sowie unseren Sponsoren J.P. Sauer Kompressoren, Eisen Jäger, Ford Paulsen&Thoms und Lorenz Sanitär&Elektro.

#### Allen Spendern einen herzlichen Dank!





#### **CLUB-KLEIDUNG**

#### in den original EKRC-Clubfarben

Ruderhemd, ½ Arm	€ 38,	Ansteckbrosche	€ 3,
Ruderhemd, Träger	€ 48,	Wappen für Blazer	€ 15,
Ruderhose, kurz	€ 34,	EKRC-Krawatte	€ 20,
Ruderhose, lang	€ 44,	EKRC-Schleife	€ 20,
Ruderhemd, lang, blau	€ 31,	EKRC-Halstuch	€ 20,
EKRC-Einteiler	€ 79,	EKRC-Aufkleber	€ 2,
Regenjacke	€ 109,	EKRC-Mütze blau (Winter)	€ 18,
Regenhose	€ 55,	EKRC-Mütze weiß (Sommer)	€ 18,
Ruder-Weste	€ 78,	EKRC-Pullover	€ 50,
EKRC-Sweatshirt	€ 39,	Tischflagge	€ 20,
Polohemd blau	€ 28		

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

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

Solange der Vorrat reicht – Bezahlung: Überweisung nach Rechnung

Denkt beim Rudern an entsprechende Clubkleidung!

#### Anfängerimpressionen Teamrowing

Herbst 2016, die Rudersaison endet – wer bringt uns motivierte Anfänger (Anfängerkurs April und Juli 2016) mit unserer mühsam erarbeiteten Kondition über den Winter? Die Lösung des Problems: Teamrowing! Wir (Anja, Claudia und Martin) sind mittwochs um 18:00 Uhr bei Michael gelandet, in einer der Gruppen, die Michael und Rolf an unterschiedlichen Wochentagen und Zeiten den ganzen Winter über anboten.

Um erst einmal das richtige Ergometerrudern zu erlernen, bot Michael mehrere Samstagstermine zur Einführung in die korrekte Technik an. Nach einer kurzen Erklärung folgte die praktische Umsetzung: Rudern vor dem



Spiegel mit fachkundiger Korrektur der Körperhaltung. Videoaufnahmen und die anschließende Analyse halfen perfekt, den eigenen Bewegungsablauf nachzuvollziehen und zu korrigieren. Michael verbesserte wie immer geduldig und gut gelaunt unsere Körperhaltung, bis ein flüssiger und annähernd korrekter Ruderstil zustande kam. So gewappnet konnten wir beruhigt in das Gruppentraining mit den "alten Hasen" starten.

Wegen der begrenzten Ergometer-Plätze musste man sich für jeden Teamrowing-Termin anmelden - und zwar zeitgemäß über das Internet per "Doodle". Das funktionierte prima - wir hatten gleich einen Überblick, wer alles kommen würde und bekamen schnell ein Gefühl, wann die Plätze knapp werden und welche Termine am gefragtesten sind.

Dann ging es los: Gut 50 Minuten rudern auf Ergometern in der Gruppe, möglichst synchron und im Takt der Musik. Hierfür bot Michael jede Woche ein geschmackvolles Arrangement aus überwiegend Rock- und Popmusik, um damit auf den Egometern erst langsam zu starten, sich

# FARBEN-FISCHER-KIEL

über 65 Jahre Fachberatung rund um Haus und Boot



Rendsburger Landstr. 21

Tel. 0431-66 300 66

www.farben-fischer-kiel.de

Öffnungszeiten: Mo - Fr 8.00 - 17.00 Sa 9.00 - 13.00

kontinuierlich zu steigern, in der Spitze zum Beispiel bis Schlagzahl 28 aufzudrehen und dann wieder langsamer werdend auszurudern. Den regelmäßigen Abschluss bildeten Dehn-Übungen, um die Muskulatur wieder geschmeidig zu machen.

Diese tolle Mischung aus Gruppenzwang und Unterhaltung beim Teamrowing ist unserer Meinung nach ideal geeignet, um den inneren Schweinehund zu überwinden, eine knappe Stunde auf dem Ergometer durchzuhalten und abschließend diszipliniert Dehnübungen zu machen. Und Michael hat auch beim Teamrowing immer einen Blick für Optimierungspotenziale, zum Beispiel: "Martin, immer lange Schläge machen...".

Wir müssen an dieser Stelle auch Michaels selbstlosen Einsatz loben: Die Teamrowing-Termine zieht er durch, auch mit Verletzungen und Erkältungen und wenn er selbst nicht mitmachen kann - vorbildlich!

Ein absolutes Highlight der Wintersaison war der Abend, an dem Michael eine Leinwand aufbaute und wir gemeinsam zu Urlaubsimpressionen aus den Bergen weit im Norden und passender Musik von und mit Robbie Williams (take that - the flood) gerudert sind. Das war sehr unterhaltsam und ein echter Höhepunkt in unserem generell immer sehr abwechslungsreichen Training.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass wir echte Fans des Teamrowing bei Michael geworden sind. Seine fetzige Musik und gute Laune motivierten uns und hielten uns bei der Stange. Wir gaben im Training alles, lachten und schwitzten gemeinsam und überlebten so manche Wintergrippe-Welle. Wenn wir jetzt mit einigermaßen aufrecht erhaltener Kondition in die neue Rudersaison starten, verdanken wir dies ganz klar Michael und seinem Teamrowing. An dieser Stelle ein herzliches Dankeschön für das gute Training – und die gute Laune, die wir jede Woche mit nach Hause nehmen konnten!

Anja, Claudia und Martin



#### Die Suche nach der Dehngrenze

Ein Bericht über die Gymnastikgruppe "Lockere Glieder" im EKRC, welche sich jeden Freitag um 10:15 Uhr im Kraftraum versammelt.

Die Gruppe besteht aus den Mitglieder: Sonja Ebruy, Jens Benthin, Alf Fuhrmann, HansA Friese, Hans-Rudolf Schröder, Eberhard Deltz, Lutz Herzog, Peter Schäde, Dieter Schwark, Frank Engler und Jens Paustian

(Pau).

Die Leitung dieser Sportstunde liegt seit Jahren in den bewährten Händen von Rainer Colberg-Grebenkämper. Rainer ist unser liebgewordener Quälgeist, welcher es immer wieder aufs Neue versteht am menschlichen Körper alles zu dehnen was irgendwie dehnbar ist. Erstaunt sind wir immer wieder, wie diese sehr unterschiedlichen Übungen jedes Mal ein unglaubliches Wohlgefühl hinterlassen.

Begonnen wird jede Stunde mit einer Minute der inneren Versammlung, dann geht es weiter mit vielfältigen Varianten von Koordination, Dehnung, Kondition, Gleichgewicht und vielen anderen Übungen welche Körper und Seele gut tun. Alles immer gewürzt mit einer Prise Spaß und Humor. Am Ende dann die obligatorische Chinesische Klopfgymnastik und die abschließende Frage: "Wie geht es Euch jetzt?" Die Antworten: "Super, viel besser als vorher, total locker, wohlig müde", u.s.w. sind dann der positive Stimmungsmesser.

Wenn die Wintermonate vorbei sind und das Wetter zu der vereinbarten Stunde mitspielt, wird anstelle der Gymnastik gemeinsam gerudert. Entschieden wird das spontan nach allgemeiner Lust und Laune.



Die einfache Form der Dehnung Der Meister macht es vor So locker geht das !!!

Dann geht auch Rainer gerne mit ins Boot und rudert begeistert mit. Egal was läuft, die Gruppe trifft sich regelmäßig über das ganze Jahr.

Pau



# Wanderrudersommer 2017

Erster Kieler Ruder-Club von 1862 e.V.

20.5.

**Flensburg** 

Ulrike Kerscher, Claus Rieken

Fahrt in den Sonnenuntergang

Fahrt in den Sonnenuntergang

21.7.-30.7.

Seen in Bayern

Christian Scholz, Ulrike Kerscher

24.07-02.08

Jugendfahrt Venedig

Jugendteam

Fahrt in den Sonnenuntergang 12.8.

Plöner See

Arne Kassbaum, Claus Rieken

16.+17.9.

Hamburger Hafen

Ulrike Kerscher, Christina Dunsing

Fahrt in den Sonnenuntergang

14.10.

Lübeck

Bernd Pingel

Termin noch offen

Bremen Vegesack

noch offen

# Schon einmal Termine vormerken!

Ausschreibungen rechtzeitig am Schwarzen Brett

www.ekr.de

Stand: 11. Mai



#### **Skifftag**

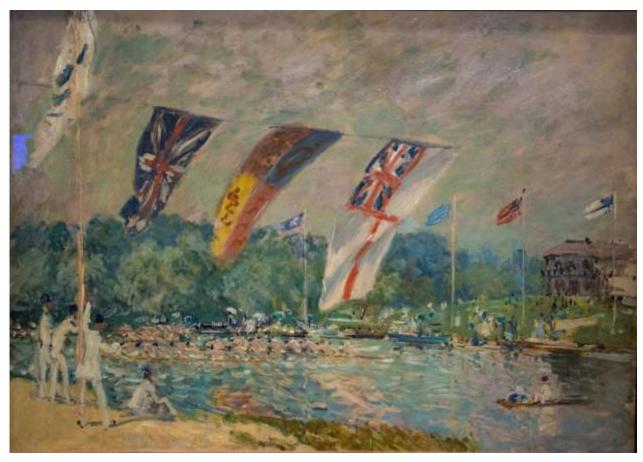
Am Samstag, den **8. Juli** packen wir wieder alles, was klein und wackelig ist, auf den Anhänger und fahren nach Preetz. Es ist **Skifftag**!

Auf den ruhigen Gewässern von Schwentine, Lanker See und Kirchsee könnt Ihr dann den Umgang mit den schmalen Booten üben, unbehelligt von Wellen und Fördedampfern und unter fachkundiger Anleitung.

Anmelden könnt Ihr Euch am Aushang am schwarzen Brett, Sabine freut sich auf rege Beteiligung.



#### **Rudern im Impressionismus**



Alfred Sisley – Les Régates à Molesey, 1874



# Rudern zur Kieler Woche 2017

#### 14. Juni bis 26. Juni

Kein allgemeines Rudertraining für Jugendliche und Erwachsene von 16 Uhr bis 20 Uhr

(also letztes Training am 12. Juni, am 28. Juni geht es weiter)

#### Dienstag, 20. Juni, 6 Uhr

Early Bird: Rudern in die Hörn, anschl. Frühstück auf dem Steg

#### Mittwoch, 21. Juni, 20 Uhr

19. Stadtachter, Ziel: Schülersteg, Siegerehrung: EKRC-Steg

#### Donnerstag, 22. Juni, 6 Uhr

Early Bird: noch einmal Schiffe gucken, anschl. Frühstück

#### Samstag, 24. Juni, 9 Uhr

Ausfahrt zur Windjammerparade

#### Sonntag, 25. Juni, ab 20 Uhr

Beisammensein auf dem Steg, anschl. Feuerwerk

#### Tageswanderfahrt Flensburger Förde

"Wir werden ca. 35 km bei strahlender Sonne und spiegelglatter Förde rudern, Ziel wird die Ochseninsel sein" – diese Ankündigung klang so verheißungsvoll, dass wir uns natürlich begeistert in die Teilnehmerliste eintragen mussten.

Gemeinsam ging es morgens los nach Dänemark zum Deutschen Ruderverein Gravenstein<sup>1</sup> (DRG), wo uns Marina und Norbert bestens vorbereitet erwarteten und willkommen hießen: Bereit standen - jeweils auf ihren eigenen (!) Wagen - "Sildekule" und "Partner" (zwei 4er+), "Trio" (3er+) – und die beiden Innenrigger "Dresdenia" und "Alf" (2er+), die wir noch sehr schätzen lernen sollten.

Innenrigger, auch See-Gigs genannt sind extra breite Gigboote für besonders welliges Wasser und in Dänemark sehr verbreitet – wir verstanden schnell, warum.

Luxus pur war die Slipanlage: Auf der betonierten Rampe fuhren die Bootswagen einfach in ihrer Führungsschiene ins Wasser, die Boote schwammen parallel zum Steg, wurden bestückt und mit Proviant beladen - und los ging es. Noch war es einigermaßen wolkig, aber für den Nachmittag war Sonne angekündigt und wir waren optimistisch.

Außerdem waren unsere Steuerleute gut "verpackt": Der Gravensteiner Ruderverein lieh uns geniale Overalls, mollig warme Einteiler (übrigens in EKRC-Vereinsfarben blau-rot-weiß!), die aus dem örtlichen Baumarkt stammten und für die die Steuerleute wirklich dankbar waren: Der Wind blies kräftig von vorn, sobald wir in die offene Förde einbogen, die Wel-

len nahmen zu – eine Herausforderung für alle. Marina als Ortskundige war netterweise mit von der Partie, zeigte uns den günstigsten Weg – unter Land, aber nicht zu dicht am Ufer, weil es dort zu flach und die Wellen zu hoch waren - und dann im schrägen Winkel Richtung Ochseninsel. Während unsere Ausleger so manche Welle brachen



<sup>&</sup>lt;sup>1</sup> Der Clubname soll von dem gleichnamigen Apfel vom Bodensee stammen, der wohl von einem Soldaten damals als Baum dort in Dänemark gepflanzt worden ist. Deshalb auch der Apfel in der Clubflagge.

-

und ins Boot schaufelten, waren die Innenrigger dagegen wie geschaffen für diese Wetterverhältnisse:

Unser erster Eindruck beim zu-Wasser-lassen der See-Gigs war: "Na gut, da werden uns die anderen Boote ja ganz schön davonfahren. Aber toll sehen sie ja aus – alles aus Holz und eine schöne Klinkerbeplankung". Als wir dann aber unterwegs waren und die offene Flensburger Förde erreichten, war uns schnell klar, dass diese Boote ideal für unsere Wanderfahrt waren. Bei guten 4 Bft aus WSW hatten wir in den See-Gigs im Gegensatz zu den schmaleren Booten keinerlei Probleme mit dem Seegang. Alles blieb trocken, auch wenn die Boote durch die Wellen stampften und es durch den Klinker-Rumpf schon wie echte "Seefahrt" klang.

Für mich (Martin) als Ruderanfänger war das Rudern in diesen 2er Riemenbooten sowieso eine ganz neue Erfahrung. Zuerst habe ich gesteuert und es war toll, die Mannschaft durch die versetze Anordnung komplett im Blick zu haben. Nach einem Wechsel auf der Förde (inklusive Ausstieg aus dem Overall) merkte ich am Riemen dann aber ziemlich schnell, dass es in diesen Booten auf eine sehr saubere Rudertechnik und eine gute



"Harmonie" zwischen den beiden Ruderern/-innen ankommt. Sobald ein Blatt etwas zu tief im Wasser ist, neigt sich das Boot und es ist gleich klar, wer das verursacht hat. Im Riemen-Achter fiel das nie so auf... Nach einiger Eingewöhnungszeit lief es dann aber ganz gut und den Umständen (Wellen) entsprechend – zumindest in meiner Wahrnehmung und Erinnerung.

Diese See-Gigs könnten wir uns auch gut auf der Kieler Förde vorstellen, um auch bei nicht ganz so günstigen Wind- und Wellenverhältnissen ru-



dern zu können. Spaß machte das Rudern auch in diesen seetüchtigen, sehr klassischen Ruderbooten auf alle Fälle!

Endlich im Windschatten der Ochseninsel angekommen, waren wir schlagartig in Ferienstimmung: Die Sonne kam durch, das Wasser war ruhig und das Landen am flachen, sandigen Strand ein Kinderspiel. Als Belohnung erwartete uns "An-

nies kiosk", wo wir uns mit der legendären "Risted pølser" (Hot Dog mit Röstzwiebeln) und/oder Softeis stärken konnten. Ein ausgiebiges Picknick am Strand und viel gute Laune waren der Höhepunkt der Tour, be-

vor es wieder zurück zum Ruderclub ging – diesmal mit Rückenwind, deutlich ruhigerem Wasser, Sonne und vielen Segelbooten (u.a. einem stattlichen 12er, der ganz in unserer Nähe seine Manöver fuhr und sich bewundern ließ), an denen wir uns freuen konnten.

Zurück an Land begleiteten uns zwei Gedanken: Erstens der Vorsatz, Overalls für unsere Steuerleute und vielleicht sogar einen Innenrigger (4er+) auf unsere diesjährige Weihnachts-



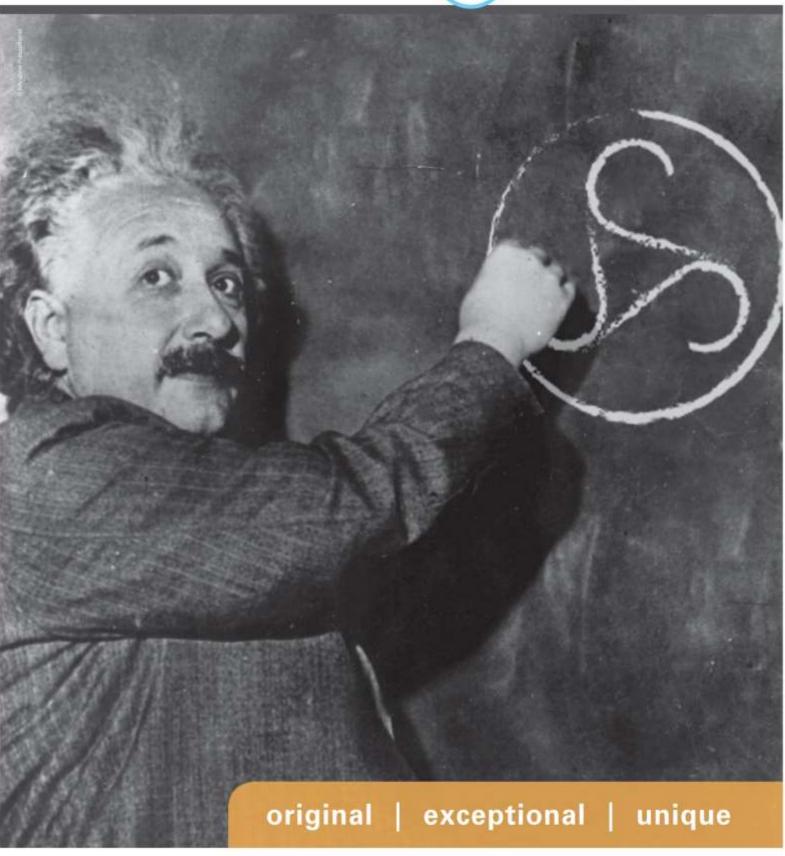
Wunschliste zu setzen – und zweitens ein herzliches Dankeschön an Claus Riecken und Ulrike, die diesen Tag ermöglicht und organisiert haben sowie an Marina und Norbert vom Deutschen Ruderverein Gravenstein für die gute Vorbereitung und herzliche Gastfreundschaft!

Tagesausklang für einen Teil der Gruppe war dann noch ein gemeinsames Abendessen in der Forstbaumschule. Unser Fazit: Bei der nächsten Wanderfahrt sind wir gerne wieder dabei!









Dependable up to 500 bar - anywhere, anytime.

#### **Jugendabteilung**

#### Kentertraining in der Uni-Schwimmhalle

"Kommen heute überhaupt welche?" Das war unser erster Gedanke, als wir uns bei strahlend blauem Himmel und knappen 20 Grad mit den 3 Skiffs im Gepäck zur Uni-Schwimmhalle aufmachten.

Angekommen und aufgebaut stellte sich aber heraus, dass wirklich alle gekommen waren. Insgesamt 16 Mitglieder, woraus wir drei Gruppen bildeten. Es gab eine Gruppe ältere Generation und zwei Gruppen für die Jüngeren.

Wie die Jugend so ist, gab es natürlich ein Boot, welches falsch aufgeriggert war. Gemeinsam konnten wir dieses Problem jedoch schnell lösen und das Kentertraining begann. Der Bademeister teilte uns freudicherweise mit, dass wir auf Grund einer späten Absage beide Becken zur Verfügung haben würden, was sich bei drei Booten als sehr hilfreich herausstellte.

Einmal am Skiff angekommen, bestand die erste Hürde im Aufrichten des gekenterten Bootes, was niemandem allzu große Schwierigkeiten bereitete. Das Einsteigen aus dem Wasser ins Boot forderte jedoch einiges mehr an Aufwand von Konzentration und Kraft. Trotzdem nahm jeder diese Hürde ebenso mit Leichtigkeit wie die erste. Danach folgten Balanceübungen, Handstände, Liegestützen und vieles mehr...

Alle Teilnehmer schlugen sich sehr gut und Hjalmar, Jonas und Marvin versuchten zu helfen und Tipps zu geben wo es nur ging.



Kurz vor Ende des Trainings wurden dann auch wieder die Sprungtürme für uns geöffnet. Um sich zum Ende noch einmal richtig auszupowern veranstalteten wir ein kleinen Weitsprung- Wettbewerb unter Aufsicht des Bademeisters.

Leider gab es dieses Jahr nicht die kleine schwarze Plastikwanne, die von denen, die öfters dabei waren, schon heiß erwartet worden war. Die Herausforderung wäre gewesen, in dieser Wanne trocken durchs Schwimmbecken zu kommen. Das Organisation Team beendete nach 3 Stunden das Kentertraining und bedankte sich bei allen die gekommen waren.

Ich möchte mich als Jugendvorsitzender bei Julian Schröder, Christian Albrecht von Campe, Hjalmar Hellwig, Jonas Möhrke, Julius Schilling und Lennart Bartsch für die tatkräftige Unterstützung bedanken.

Marvin Wagner

#### **Jugendabteilung**

#### **EKRC Jugend in der weiten Welt**

EKRC-Mitglieder kommen viel in der Welt herum und tragen dabei gerne auch die Farben des EKRC. Besonders weit hat es Max Lewark gebracht. Am anderen Ende der Welt posiert er inmitten der Peruanischen Anden an historischer Stätte vor dem Machu Pichu:



Rudern kann man dort auf ca. 2.500m Höhe allerdings nicht.

#### Wir fahren an den Westensee!

#### Wochenend-Wanderfahrt für die Kinder-Trainingsgruppe

Am Wochenende 1. Juli soll es für die Kinder-Trainingsgruppe auf einen Kurztrip an den Westensee gehen. Wir werden den Tag über ausgiebig rudern.

Abends werden wir am Lagerfeuer grillen und gemütlich beisammen sein. Wir übernachten am See im Zelt.

Details und Anmeldung rechtzeitig am Schwarzen Brett.

Euer Jugenteam









# ASSMANN

Medizin-, Orthopädie- und Rehatechnik

# Wir versorgen den Norden

#### Assmann in Kiel

Alter Markt 11 Telefon: 0431-77573-50
EKZ Sophienhof Telefon: 0431-77573-19
Preetzer Straße 6 Telefon: 0431-77573-20

#### www.assmann-kiel.de



### 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



#### Regatten

#### Sommertraining in Brisbane

Nun, als Meister auf den Baustellen hat man im Februar meist nicht so viel zu tun. Daher Bernd angerufen, Flug gebucht, Arbeit für kommende Projekte im Laptop gespeichert, paar Baupläne unter die Rudersachen gemischt, mit Ruderclub Kontakt aufgenommen und ab der Meister. Morgens Sport, dann Arbeiten, dann Freizeit. Fast wie zu Hause, nur wird dort anders gesprochen. Da ich Euch mit meinem Bericht nicht langweilen möchte, alles in Schlagwörtern und einige Bilder dazu.

Treffen der sportlich ambitionierten Masters 4.00 Uhr AM im Club. Für die des Englischen nicht mächtigen, für die Anderen zur Bestätigung: AM = am Morgen! 4.30 ablegen auf dem Wasser – Rudern bis 6.00 Uhr auf dem Brisbane – 6.30 Duschen – bis ca. 7.15 gemeinsames Kaffeetrinken neben der Halle.

Schülerrudern auf dem Wasser um 5.30 – für alle Schüler wird warmes Morgenessen gegrillt. Ab 8.30 ist niemand mehr zu sehen

Mittwoch ist Ruderkampftag. Morgens 6.00 Uhr ca. 130 - 150 Boote auf dem Wasser. Der Fluss ist voll – 25 Motorboote mit

Trainern – Training auch für Schüler nach Karl Adam, rauf und runter. Sehr gute Masterszene: Der Queenslandachter, AK D, fährt gerne mal unter 3 Minuten!



Die Skulls sind nach Längen gekennzeichnet und nicht nach Booten. Sehr gut! Bootsschutz durch selbst gebaute ganz einfache Isolierschläuche. Wenn die Boote auf dem Wasser, landen diese einfach im Eimer.

Fahre am Sonntag meine erste Regatta. Bin braungebrannt und austrainiert, auch meine Arbeit ein paar km von zu Hause klappt nach

anfänglichem Holpern erstaunlich gut.

#### Wettkampf in down under...

...ist genauso wie Wettkampf in Deutschland. Hart und anstrengend. Und doch ganz anders.

Ca. 30 Minuten nördlich von Brisbane liegt eine kleine Regattastrecke auf einem See. Die Seegröße ist ca. 1200 Meter mal 10 Bahnen breit. Auf ihm tummeln sich die Bälle des Albano Systemes. Start und Ziel werden fliegend nach Bedarf aufgebaut. Sozusagen ein loses Rennen auf festen Bahnen. Vorab musste ich mich in das Australische Meldesystem eintragen, was der Comercial Rowing Club Brisbane für mich machte und ich auch unter diesem Verein startete.

#### Regatten

Das Aufladen der Boote ist sehr gut organisiert. Alle Boote werden durch den Verlade-Verantwortlichen auf eingeschweißten Zetteln nach Bootsnamen und Bootsbenutzern, farbig unterlegt, am Verladetag ausgehängt.

Zum Verladen sind alle anwesend. Alle Ausleger, Skulls, Böcke, etc. werden auf dem Bootsplatz ausgebreitet und auf Vollständigkeit kontrolliert. Erst dann wird verladen. Auf dem Regattagelände bauen die einzelnen Clubs Zelte parallel zur Strecke auf, in denen sich aufgehalten wird. Alle, die im Training sind, nehmen an der Regatta teil. Jeder nach seinen Möglichkeiten. Niemand braucht sich zu "verstecken" Es wird Frühstück, Mittagessen und Kuchen mitgebracht. Die ganze Veranstaltung ähnelt mehr einem großen Sonntagspicknick als einer Regatta. Diese Atmosphäre lädt zu sehr entspanntem Rudern ein.

Da schon Meldeschluss war und generell keine Nachmeldungen möglich sind, durfte ich mit einer Ausnahmeregelung im offenen Einer und Doppelzweier D starten. Ein zunehmender, drehender, heißer Wüstenwind peitschte das Wasser auf.

Den offenen Einer gewann ich problemlos, war doch mein einziger Gegner des Ruderns in Wellen nicht mächtig.

Der Doppelzweier mit Micel, einem Riemenruderer als Partner sollte interessant werden, da dort die Besten des Clubs starteten. Nach kurzem Gewöhnung aneinander ging es an den Start. Micel, ein kleines untersetztes Kraftpacket, hob das Boot bei jedem Schlag etwas aus dem Wasser. Wir lieferten uns von Anfang an ein Kopf an Kopf Rennen mit den Matadoren des Clubs. Nach 500 Metern hatten diese eine halbe Länge rausgefahren. Ich auf Schlag versuchte das Boot zum Laufen zu bringen, wusste ich doch, dass alles noch möglich war. Da die Gegner, was ich vermutete (wusste ich ja wie sie trainieren) etwas überpaced hatten, kamen wir wieder Schlag um Schlag heran. 10 Schläge vor dem Ziel waren wir gleich auf. Ich schrie zu Micel go to finisch und zog hoch zum Endspurt. Die Gegner zogen mit und so kamen wir zeitgleich ins Ziel. Mit 3/10tel hatten wir das Rennen für uns entschieden. Dass eine auswärtige Mannschaft mit einer Bootslänge gewonnen hatte war für den Club nicht relevant. Mit einem großen Achtungserfolg wurde unser Rennen aufgenommen. Wie schon vermutet, öffnete dies mir endgültig die Tür in den Club.

Mit viel Bier und guter Stimmung wurde am gleichen Abend noch abgeladen, geputzt und aufgeriggert. Alle 18 Regattateilnehmer trafen sich nicht verabredet ein paar Stunden später um 4.30 wieder auf dem Wasser um danach die Arbeitswoche entspannt mit dem gewohnten Kaffeeritual zu beginnen.

Ulf Beck

#### Regatten

#### Es geht um das Marzipanherz Saisonauftakt in Lübeck

Als eine der ersten Regatten der Wettkampfsaison ist die Lübecker Ruderregatta eine von vielen Rudervereinen Norddeutschlands gern besuchte Frühjahrsregatta.

Auch der Erste Kieler Ruderclub war dieses Jahr einer der vielen Vereine, der sich mit seinem voll beladenen Anhänger auf die Wiese an der Wakenitz quetschte. Keine zwei Meter nebenan schlug schon der nächste Verein sein Lager auf, für Boote blieb da kaum noch Raum auf dem Bootsplatz.

Dazu fügte sich die Regattastrecke perfekt in die Szenerie ein. Mit ihren 1000m passt sie gerade so auf das Gewässer und die im Ziel einlaufenden Boote waren gut beraten, ihr Rennen nach ertönen der Zielhupe mit einem dezent-aggressivem Bremsmanöver zu beenden um eine anschließende Reparatur des Vorschiffs zu vermeiden. Begrenzt war die Regattastrecke durch zwei Bojenketten. Der Platz dazwischen wurde je nach Starterfeld großzügig auf bis zu fünf Bahnen aufgeteilt. Wegen zunehmenden Seitenwindes wurde dieser Raum jedoch von fast allen Booten sehr liberal genutzt - zumindest von den ungesteuerten.

Jener Seitenwind war auch die Ursache für die mit der Tageszeit ansteigende Verspätung am Start. Hier wurde das Einschwimmen und Ausrichten der Boote am Start insbesondere für die weniger erfahrenen Kindermannschaften zu einer Vorqualifikation für den Rennstart. Es sei an dieser Stelle erwähnt, dass nicht jedes Boot diese Qualifikation bestand...

Solche Sorgen mussten sich die ersten Mannschaften des ERKCs aber nicht machen. Denn in den ersten Rennen gingen erfahrene Masters-Mannschaften an den Start. Bei ihren zahlreichen Starts an diesem Tag gingen die Ruderer des EKRC sehr erfolgreich über die Regattabahnen.

Am Sonntag ging der Kampf um die begehrten Schnapsgläser und Marzipanherzen\*2 aus EKRC-Sicht ebenso erfolgreich weiter.

Mit einigen zweiten Plätzen nur wenigen Platzierungen im hinteren Feld ging an diesem Wochenende die zweite Regatta der Saison - für einige auch die erste - mit einer erfolgreichen Siegbilanz für den Ersten Kieler Ruderclub zu Ende. Insgesamt wurden 19 Schnapsgläser von den Sportlern mit nach Hause gebracht<sup>3</sup>.

Felix Eckel

-

<sup>&</sup>lt;sup>2</sup> die ja auch viel praktischer sind, als eine Medaille...

<sup>&</sup>lt;sup>3</sup> Die Juniorinnen und Junioren wurden im Übrigen auch mit Schnapsgläsern geehrt. Man kann ja auch Apfelschorle daraus trinken.

## **Und zum Abschluss auch noch Gold!**

Bei einem meiner Besuche in Kiel fragte ich Uwe Johannsen, ob er Lust habe, mit mir Anfang Mai die Langstrecke in Frankfurt-Nied zu fahren. Natürlich hatte Uwe Lust. Nachdem wir Ulrike Kerscher als Steuerfrau gewonnen und das Team um zwei Ruderkameradinnen des Ruder-Clubs Nassovia Höchst ergänzt hatten, meldeten wir einen Mixed-Doppelvierer mit Steuerfrau der Altersklasse F (für Kenner: MM/W 4x+ F).

Eingeleitet haben wir die Regatta mit einer Trainingsfahrt (13 km) am Samstag und eine längeren, touristischen Ausfahrt (20 km) am Sonntag, insgesamt also mit einer kleinen Wanderfahrt, damit sich die Reise für die beiden Kieler auch lohnte. Am Samstagabend haben wir die kulinarischen Aspekte des Höchster Schlossplatzes erkundet, am Sonntag diejenigen der Frankfurter Innenstadt - jeweils bei Trockenheit und strahlendem Sonnenschein. Zudem haben Ulrike und Uwe den Frankfurter Palmengar-



ten erlaufen. Das war ein an sich schon anspruchsvolles Programm.



Am Montag, den 01. Mai, schloss sich dann die Reaatta an. Aufstehen - schließlich waren die Kieler ja nicht zum Spaß nach Frankfurt gekommen - um 7.00 Uhr, Abfahrt um 8.00 Uhr - da wir zu allem Überfluss auch noch das traditionelle Radrennen in Frankfurt umfahren mussten, Start um 9.00 Uhr, gerade noch bei Trockenheit. Wir haben die sechs Kilometer mit Wende ohne Schwieriakeit und quasi im Flug bewältigt: 27 Minuten, 38 Sekunden - Uwes annähernd 70 Jahre Regattaerfahrung haben es möglich gemacht. Erfahren haben wir das Ergebnis allerdings erst einige Stunden später, bei der Siegerehrung im Regen, als wir die Goldmedaillen erhielten. Das war ein wirklich gelungener Abschluss eines schönen Wochenendes, das es in ähnlicher Form gern wieder geben darf.

Christian Scholz

# Wann ist der Anhänger eigentlich voll? EKRC auf der Großen Bremer Ruderregatta

Nur fünf Tage nach der letzten Regatta in Lübeck stand das nächste Großereignis auf dem Regattakalender der Wettkampfruderer des Ersten Kieler Ruderclubs. Die große Bremer Ruderregatta trägt ihre Ausmaße sogar im Namen. Über eintausend Aktive starten hier auf Distanzen zwischen 700 m und 1500 m. Damit ist sie eine der größten Regatten in Deutschland. Sie bietet zum Glück auch den nötigen Platz dafür.

Als Bootsplatz dient hier eine geräumige Wiese direkt am Werdersee. Diese wurde kurz zuvor extra gemäht - mit dem Erfolg, dass eine nicht zu vernachlässigende Menge des Grasschnittes ihren Weg in den Vereinsbus fand. Den Weg nach Bremen<sup>4</sup> fand auch beinahe der gesamte Inhalt der Rennboothalle. Wegen der großen Beteiligung von Kieler Seite mussten nämlich wirklich sehr viele Boote und vor allem Skulls mitgenommen werden. Es ist allen Beteilig-



ten immer noch ein Rätsel, wie das ganze Zeug (und dann natürlich auch noch die Isomatten, Schlafsäcke, Campingstühle, Materialkisten, das restliche Gepäck und nicht zu vergessen des Trainers Tochter Laufrad) in den Anhänger und den Vereinsbus gepasst haben<sup>5</sup>. Beinfreiheit wurde da eher kleingeschrieben.



Die Rennen begannen am Samstagvormittag zum Glück erst gegen 10 Uhr, da blieb vorher ausreichend Zeit um noch mal ein paar Trainingsrunden in der Strecke zu drehen. Das war nämlich die gesamte Woche in Kiel wegen des abartig starken Wellenganges auf der Innenförde nicht möglich.

<sup>&</sup>lt;sup>4</sup> der übrigens zur Hälfte der Zeit im Stau zurückgelegt wurde... Mindestens!

<sup>&</sup>lt;sup>5</sup> Ferner natürlich auch noch Böcke, Klapptische und -Bänke, der Pavillon und die Ausleger. Gerade die sehr in Mode gekommenen Flügelausleger sehen zwar am Boot sehr schnittig aus aber nehmen einfach irrwitzig viel Platz ein. Für große Begeisterung auf der Regatta sorgte dann auch eine Lieferung eines Achtersatzes (!) uralter Holzriemen die der ARV Kiel irgendwo aufgetrieben hatte und die dann auch noch zusätzlich auf dem Anhänger irgendwie mit zurück nach Kiel transportiert werden mussten. Vielleicht sollte an dieser Stelle jetzt noch erwähnt werden, dass die Ladung natürlich völlig ordnungsgemäß gesichert war!

Die Regattastrecke ist hier 1500 m lang und in sechs Bahnen aufgeteilt die alle von Bojenketten voneinander abgetrennt sind, sodass jedes Boot seine eigene Bahn hatte - jedenfalls in der Theorie. Noch so eine



Theoriesache war an diesem Wochenende auch die Fahrtordnung. Zumindest am Samstag haben bestimmt 90% der Boote gegen diese verstoßen<sup>6</sup>. Das kam so: Jenseits der Bahn gibt es - wie in jedem Jahr - eine Warmund Ausfahrzone. Sie ist durch eine eigene Bojenkette markiert. Auf der einen Seite der Kette

fährt man hoch, auf der anderen wieder hinunter. Intuitiv (und hier in einem Rechtsfahrland auch logisch) würde man rechts der Bojenkette, gegen den Uhrzeigersinn fahren - so wie in jedem Jahr. Vielleicht fan-

den die Organisatoren das zu langweilig, sie legten jedenfalls genau die andere Richtung fest. Fast alle Boote fuhren trotzdem weiter auf der rechten Seite. Am Sonntag hat es sich der Veranstalter dann aber zum Glück anders überlegt, die Fahrtordnung geändert und alle sind genauso weiter gefahren wie zuvor...





Dann noch ein paar Worte zu dem eigentlich Wichtigsten an der Regatta: Den Ergebnissen! An dem Wochenende wurden 29 Rennen mit Beteiligung vom Ersten Kieler Ruderclub gestartet. In über 30% aller Fälle wurde das Rennen dabei gewonnen. Oder anders ausgedrückt (falls gerade kein Taschenrechner in Griffweite liegt): 10 Siege für den EKRC!

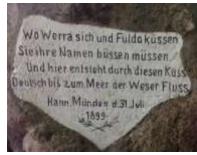
Felix Eckel

<sup>&</sup>lt;sup>6</sup> Für alle, die nicht so Regatta-affin sind: Eine Fahrtordnung ist sozusagen die StVO der Ruderer. Sie legt fest, wer wann und wo auf, oder neben der Regattastrecke in welche Richtung fahren darf. Wer sie nicht einhält riskiert eine Verwarnung. Zwei Verwarnungen bedeuten dann Disqualifikation. Aber die Schiedsrichter waren an diesem Wochenende zum Glück alle anderweitig beschäftigt.

## Wie lang 200 Meter sind...

### ...und was man an einem Tag noch alles lernen kann - Wesermarathon 2017

Es begann an einem Samstagvormittag bei Bootsarbeiten am Clubhaus. »Katsche willst Du nicht mit auf die Weser?« Ich hatte dort vor 36 Jahren schon mal mitgemacht und das lief damals irgendwie ganz gut. Ok ich war auch noch etwas jünger und leichter. Aber man muss die Wohlfühlecke auch mal verlassen. Wie weit ich sie verlassen musste wusste ich erst am Ende des 7. Mai 2017.



Der EKRC ging beim Wesermarathon 2017 mit zwei Teams an den Start. Eine erfahrene Frauenmannschaft die die Strecke schon mehrfach bewältigt hatten: Heike Roggenbrodt, Barbara Rademann, Christina Vankeirsbilck, Sabine Gödtel und Ulrike Zumegen. Ulrike war zum ersten Mal auf der Weser dabei und baute auf die langjährigen Erfahrungen Ihrer Mitstreiterinnen. Im Männer-Boot: Uwe Johannsen, Lutz Besch, Thomas Schröder, Sven Lorenzen und ich. Als Mannschaft hatten wir vorher noch nie zusammen gerudert, aber das gemeinsame Agieren im Boot kann man ja auch unterwegs lernen.

Nach einer problemlosen Hinfahrt mit dem Bootstransporter konnten sich beide Mannschaften am Samstagabend im frühsommerlich warmen Hannoversch-Münden vergnügen. Michael Böhmer war mit dabei, um die Teams als Bootstransporterfahrer zu unterstützen. Wie notwendig das war, lernten die Novizen der Veranstaltung am Vorabend der Regatta. Unzählige Bootstransporter mit Ruderbooten, Kajaks und Kanus fuhren am Samstagabend in Hannoversch-Münden vor. Am Start waren ca. 1400 Wassersportler in verschiedensten Booten.



Geweckt wurde am Sonntag um 4 Uhr. Dank der Kaffeemaschine die Sven Lorenzen mitgenommen hatte kam der Kreislauf schnell in Schwung. Um Punkt 06:00 Uhr starteten beide EKRC Mannschaften bei morgendlichem Nebel auf der träge dahinfließenden Weser. Die ersten K ilometer ruderten sich locker dahin. Obwohl erstmalig zusammen im Boot fühlten sich das Männerteam zu Beginn der Veranstaltung großartig. Ständig wurde Kajak- und Kanufahrer überholt. Uwe Johannsen als der erfahrenste

Ruderer im Boot zirkelte den Kieler Doppelvierer stets in den Außenkurven (auch das haben wir gelernt) durch die Weser.

Die Sonne stieg höher der Nebel verzog sich und es begann ein wunderbarer sonniger Tag. Nach ca. 30 Kilometer die erste Pause. Bei einer normalen Wanderfahrt wäre jetzt Schluss und man könnte zum Grillen übergehen. Doch jetzt fing der Spaß erst an. Alle 200 Meter gab es an der Weser eine Kilometer-Anzeige. Gefühlt wurden die 200 Meter jedoch immer länger. Die weichen Gummigriffe produzierten an jedem

Finger meiner Hände riesige Blasen, aber das ist für einen erfahrenen Ruderer normal. Im Laufe des Tages lernte man auch die Blätter nicht zu tief durch das Wasser zu ziehen. Das sparte Kraft, die im Laufe des Tages noch dringend gebraucht wurde.



Um eine Pause einzulegen braucht es auf der Weser für einen Doppelvierer einen Steg. Der Wassertourismus im Bereich der Mittelweser hält allerdings nur wenige Stege vor. Und es waren viele Boote unterwegs. Die erfahrenen Kieler Frauen hatten detaillierte Stromkarten mit, an denen man sehen konnte, wo welcher Anleger zu erwarten war. Die Männercrew verließ sich bei der Pausenplanung auf Ihr Gefühl. Das kostete im

Lauf des Tages für jeden Einzelnen sehr viel Energie.

In Folge der vielen Stunden der gleichen Bewegung kam man bei den Pausen immer schwerer aus dem Boot und wieder hinein. Wer dachte dabei jemals an ein Verkürzen der Strecke. Das war für die Ruderer des EKRC ausgeschlossen. Die 200 Meter am Ufer wurden länger und länger. Die Hände schmerzten, der Hintern brannte und auch zum Ende eingeführte Ruderpausen mit treibendem Boot brachten immer weniger Erholung. Es hieß immer wieder "In die Auslage und los".

Gegen 18:00 Uhr wurde dann, mit letzter Kraft die Ziellinie beim Kanuclub Hameln überquert. Die Frauen waren, dank ihrer professionellen Pausenplanung bereits im Ziel. Aber das wird die Männer-Crew im

nächsten Jahr auch noch lernen. Sicher und erfahren brachte uns Michael Böhmer am Abend mit dem Bootstransporter zurück nach Kiel. Nach dem Rudern noch am Steuer sitzen, das hätte keiner mehr ge wollt. Es gab in Hameln eine Medaille für jeden Teilnehmer. Von den 1.400 Wassersportlern hatten es ca. 300 bis nach Hameln geschafft. Und unser Team hatte zwei besondere Helden hervorgebracht.



Thomas Schröder hat die ganze Strecke gerudert ohne einen Kilometer zu steuern und Uwe Johannsen, im Vorjahr krankheitsbedingt geschwächt, hat sich bewiesen, dass der den Wesermarathon mit den "jungen Burschen" im Boot bewältigen kann. Alle im Kieler Männerboot waren sehr froh im Ziel zu sein und waren stolz die angenommene Herausforderung gemeistert zu haben. Auf der Fahrt im Bootstransporter nach Hause wurden bereits Pläne für weitere Langstreckenregatten gemacht. Wer will da zurück auf sein Wohlfühlsofa.











# Schöne Aussichten

Café · Restaurant · Catering

# Sonntags-Brunch von 10.30 bis 14.00 Uhr

Düsternbrooker Weg 16 | 24105 Kiel | Telefon 0431 2108585 www.schoene-aussichten-kiel.de | im Ersten Kieler Ruder-Club von 1862 e. V.







# Die Sommerwoche 2017

Erster Kieler Ruder-Club von 1862 e.V.

Aus- und Fortbildung für Anfänger und Fortgeschrittene mit Betreuung.

Zu diesen Zeiten bitte ruderfertig (Mitglieder bitte Clubkleidung) am Bootshaus einfinden.

Die anderen Termine sind für Anfänger nicht geeignet, da mit eingeschränkter Betreuung

### Montag

working		
09.00 - 11.30		Allgemeiner Ruderbetrieb
16.30 - 18.00	*	Kinder und Jugendliche WG + FG
16:30 - 18:00		Erwachsene Ü50 – Freizeitsport
18:00 - 20:00	*	Erwachsene – Fortgeschrittene und fortgeschrittene Anfänger
Dienstag		
06:00 - 08:00		Early Bird – das Frühstücksrudern (ab Mai)
18:00 - 20:00		sportliche Erwachsene - (nicht nur) Regatta-Training ab 27 Jahre
Mittwoch		
16:30 - 18:00	*	Kinder und Jugendliche FG
17:00 - 19:00		Kinder und Jugendliche WG
18:00 - 20:00	*	Erwachsene – Fortgeschrittene und fortgeschrittene Anfänger
Donnerstag		
09.00 - 11.30		Allgemeiner Ruderbetrieb
16:30 - 18:30		Kinder und Jugendliche WG
16:30 - 18:00		Erwachsene Ü50 – Freizeitsport
Freitag		
16:00 - 18:00		Kinder und Jugendliche WG + FG
18:00 - 20:00		Erwachsene - Fortgeschrittene
Samstag		
10:00 - 12:00		Kinder und Jugendliche WG
Sonntag		
08.00 - 10.00		sportliche Erwachsene – (nicht nur) Regatta-Training ab 27 Jahre
10:00 - 12:00		Kinder und Jugendliche WG

Kinder und Jugendliche: FG = Freizeitsportgruppe, WG = Wettkampfsportgruppe
Diese Termine gelten zwischen Anrudern und Abrudern, also 02. April bis zum 29. Oktober 2017
Weitere Termine für die Wettkampfsportgruppe in Absprache mit unserem Trainer Hauke Bartram.
Die Termine für die Kinder und Jugendlichen sind in den Ferien eingeschränkt.
Während der Kieler Woche eingeschränkter Ruderbetrieb gem. separatem Programm
Ab September werden die Zeiten abends für die Erwachsenen wegen der Dunkelheit vorgezogen.
Anfängerkurse ab 25.4. bzw. 27.6. Weitere Infos unter www.ekrc.de

# **Termine**

# **EKRC-Terminkalender**

20.05.	Tagesfahrt Flensburg
07.06. 18:00	Fahrt in den Sonnenuntergang
1625. 06.	Kieler Woche, EKRC-Ruderplan auf Seite 25
21.06. 20:00	Stadtachter zur Kieler Woche
26.0620.07.	2. Anfängerkurs, acht Termine jeweils Die+Do 18:00
01.07.	Vorbereitungstag Freirudern, siehe Seite 15
01-02.07.	Kinderwochenende am Westensee, siehe Seite 32
08. Juli	Skifftag in Preetz, siehe Seite 23
12.07. 18:00	Fahrt in den Sonnenuntergang
15.07.	Rudern gegen Krebs
2130. 07.	Wanderfahrt »Seen in Bayern«
09.08. 18:00	Fahrt in den Sonnenuntergang
12.8.	Tagesfahrt Plöner See
24.07-02.08	Jugendwanderfahrt, Ziel: Venedig
02.09.	Sommerfest
13.09. 18:00	Fahrt in den Sonnenuntergang
16.+17.9.	Wochenendfahrt »Hamburger Hafen«, tidenabhängig
14.10.	Tagesfahrt Lübeck
29.10. 11:00	Abrudern, Treffen 10:00 Bootshaus
25.11.	Pellkartoffelessen

# Regattakalender 2017

0304.06. 1011.06.	Internationale DRV-Juniorenregatta, Hamburg DRV-Masters Championat, Werder, Havel Internationale Regatta Ratzeburg Regatta Hadersleben
1618.06.	Weltcup II, Poznan, POL
2225.06.	Deutsche Jahrgangsmeisterschaften U17, U19, U23
15.07.	8. Benefizregatta Rudern gegen Krebs, Kiel
1923.07.	U23 World Rowing Championships
0206.08.	Junioren WM, Trakai, LTU
0203.09.	78. Ruderregatta Leer
0610.09.	World Rowing Masters Regatta, Bred, SLO
23.09.	99. Dr. Asmus Regatta, Kiel
23.91.10.	World Rowing Championships, Sarasota, USA
2324.09.	Norddeutsche Meisterschaften, Hamburg
01.10.	16. Rund um den Wannsee, Langstrecke, Berlin
07.10.	88. Quer durch Berlin, Langstrecke, Berlin
1315.10.	104. Deutsche Großbootmeisterschaften, Salzgitter
	World Rowing Coastal Championships, Thonon-Les-Bains, F
2122.10.	27. Herbstcup, Kettwig
04.10.	26. FARI Cup, Hamburg

# **Termine**

# Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag!

Hier stehen in der Printausgabe die Geburtstage der Mitglieder



Vorstand und Redaktion wünschen den Geburtstagskindern alles Liebe und Gute für das neue Lebensjahr, und immer eine Handbreit Wasser unter dem Kiel!



# **Vorstand / Impressum**

#### Der Vorstand des EKRC

nach der Jahreshauptversammlung am 30. März 2017



Vorsitzender Hauswart Bernd Klose Marc Lorenz

Holtenauer Straße 178, 24105 Kiel Gerhardstraße 21, 24105 Kiel Tel.: 0431-57 93 940 Tel.: 0431-56 10 11

klose@ekrc.de\_lorenz@ekrc.de

Stelly. Vorsitzende Verwaltung Schatzmeisterin

Sabine Gödtel Helga Puschendorff Alter Steenbeker Weg 21, 24107 Kiel Tel.: 0431-33 65 92 schuermann@ekrc.de

Tel.: 0431-30 03 47 57 puschendorff@ekrc.de



Stelly. Vorsitzende Sport Ruder- und Trainingswart

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

Pressewart Boots- und Gerätewart

Hans-Martin Hörcher Christian Prey Gerstenkamp 31, 24147 Kiel Dahlmannstraße 2, 24103 Kiel Tel.: 0172-53 48 768 Tel.: 0431-9828 201 hoercher@ekrc.de Fax 0431-9828 202



Jürgen Kähler Frank Engler Tel.: 0431-52 40 48 Tel.: 0431 69 78 37

Schriftwart Vergnügungswart

Narvikstraße 18, 24109 Kiel Grunewaldstraße 32, 24111 Kiel

engler@ekrc.de



Vorsitzende Jugendabteilung Ältestenrat

Marvin Wagner Jens Paustian (Vorsitzender) Isarweg 2, 24116 Kiel Tel.: 0431-69 16 62

Tel.: 0156-95 79 31 20 Klaus Bartuschek, Jürgen Duwe marvin@ekrc.de Claus Heinrich, Bernd Vobbe



**Impressum** 

Herausgeber und Verlag

Erster Kieler Ruder-Club von 1862 e.V. (EKRC) 90. Jahrgang erscheint i.d.R. viermal 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

Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Der Bezugspreis ist im Mitglieds-

beitrag enthalten

V.i.S.d.P. siehe "Redaktion" **Druck und Herstellung** milch43

Projensdorfer Straße 324 24106 Kiel, Tel.: 0431-2209890

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe ist 10. August 2017













Farbe und Interieur

Handwerkliche Meisterleistung aus einer Hand:

> Lorenz Sanitär GmbH Lorenz Elektro GmbH

Gerhardstraße 21 | 24105 Kiel

Telefon 0431-56 10 11

