



Clubmitteilungen

Erster Kieler Ruder-Club von 1862 e.V.

3 Juni bis August 2019 - 92. Jahrgang

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

Inhalt

Lieber Leser,	5
Endlich wieder Sommer zum Fest!	7
Impressionen vom Sommerfest	8
Pellkartoffel – Save the Date	11
Zehn Jahre »Rudern gegen Krebs« in Kiel!	12
Spenden	16
Neue Mitglieder	16
Freirudern	
Erinnerungen an Wieland Seifert	17
Pfingsten auf der Schwentine	
Euch kann ruhig schwarz werden vor Augen!	22
Wille und Kraft auf der Kieler Woche	
Wanderfahrt mit Nassovia Höchst von Passau nach Wien	25
Schwerin zu Fuß ist auch ganz schön!	29
Jugendwanderfahrt 2019	
Tausche Boot gegen Wasserskier	33
101. Dr. Asmus- Regatta in Kiel	
Ein turbulentes Regatta-Wochenende	
Drei Goldmedaillen bei den Offenen Deutschen Masters	
Techniktraining bei Traumbedingungen	
Nur noch wenige Wochen: Coastal WM in Hong Kong	
Die Winterwoche 2019/20	
EKRC-Terminkalender	
Regattakalender	
Erläuterungen zum Winterprogramm	
Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag!	
Der Vorstand des EKRC	
Impressum	50

Bildseiten:

Titel: Die Boote sind ausgerichtet!
Seite 8: Impressionen vom Sommerfest

Seite 13: Impressionen von der Regatta Rudern gegen Krebs
 3. Umschlagseite: EKRC auf der Windjammerparade zur Kieler Woche
 Rückseite: Rudern auf der Kieler Förde aus der Vogelperspektive

Die Fotos in dieser Ausgabe stammen von: Hans-Martin Hörcher, Lutz Besch, Sabine Schmitt, Sabine Timm, Ute Aichinger, Uwe Baumgarten, Hauke Bartram, Felix Eckel, Christian Becker

Für die Drohnenaufnahmen Dank an

Marvin Radke | standbildtechniker.de | ftgraphy.de

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



Ford Focus ST-Line Turnier 11/18, 10.000km, 1,5L, 110kW/150PS, graumetallic, Winterpaket, Designp. € 24.790,--Ford Kuga Cool & Connect 04/18, 20.000km, 2,0L TDLi, 110kW/150PS, graumetallic, 5tg, AHK, Sichtp. € 24.690,--Ford Focus Cool & Connnect 09/18, 5.000km, 1,0L, 92kW/125PS, graumet., 5tg, Sync 3 + DAB, Winterp. € 20.890,--Ford Ecosport Trend 03/19, 2.000km, 1,0L, 92kW/125PS, frostweiß, 5tg, Winterpaket, Dachreling € 18.890,--Ford Ka Cool & Connnect 09/18, 6.000km, 1,2L, 63kW/85PS, 5tg., rubyrot, Winterpaket, Tempomat € 14.690,--Ford Fiesta Cool & Connnect 08/17, 7.000 km, 1,1L, 63kW/85PS, aquamaringrün, Winterpaket, Designpaket € 12.790,--Ford Fiesta Cool & Connect 08/17, 9.000km, 1,1L, 63kW/85PS, 5tg., rubyrot, Winterpaket, Designpaket € 12.490,--Ford Fiesta Trend 04/19, 10.000km, 1,1L,. 52kW/70PS, 3tg., schwarz, Winterpaket, Cool+Soundpaket € 11.990,--

Fahrzeuge sofort lieferbar – weitere Angebote vorrätig



Paulsen & Thoms

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

Lieber Leser

Lieber Leser,

wir blicken zurück auf einen durchwachsenen Sommer. Regatta- wie auch die Berichte der Wanderfahrten diesen Sommer waren häufig geprägt von Planänderungen und Abbrüchen auf Grund von Wind und Wetter. So unter anderen die Masters-Ruderer zu Beginn des Jahres in Amsterdam, die U23 in Sarasota und die Masters in Hamburg (Seite 39). Auch die Wanderruderer mussten die Himmelfahrtstour oder die Wanderfahrt nach Schwerin (Seite 29) umplanen. Nicht zuletzt ist der Skifftag buchstäblich ins Wasser gefallen, lockte doch an beiden Terminen der Regen niemanden auch nur vor die Tür. Und nicht zuletzt sin wir auch am heimischen Steg das eine oder andere Mal an Land geblieben, um die Schaumkronen auf dem Wasser oder die Bindfäden vom Himmel zu bestaunen.

Doch wir wollen uns nicht beklagen. Es gab auch tolle Rudertage. So zum Beispiel die Regatta **Rudern gegen Krebs**, die in diesem Jahr bei bestem Sommerwetter ihr zehntes Jubiläum in Kiel feiern konnte (Seite 12). Und natürlich das **Sommerfest**, zu dem eine Woche später nach dem wettertechnischen Aussetzer im letzten Jahr der Sommer sich noch einmal von seiner besten Seite zeigte. Lest mehr hierzu ab Seite 7.

So, und nach dem Fest ist vor dem Fest! Wenn noch nicht passiert, merkt Euch bitte den Termin für das **Pellkartoffelessen** (Seite 11). Persönliche Einladungen erhaltet Ihr, wie gewohnt per Post. Der Andrang ist wie immer groß, darum empfehlen wir dringend eine rechtzeitige Anmeldung zu der großen Saisonabschlussveranstaltung.

Wir müssen den Tatsachen ins Auge sehen: die Tage werden wieder kürzer, der Winter steht vor der Tür. Unseren aktuellen Stand der Planungen zum **Winterprogramm** findet Ihr auf Seite 47. Ihr seht – kein Grund, in Winterdepressionen zu verfallen. Beim EKRC ist auch im Winter etwas los!

So, nun nutzt noch die letzten Sommertage für einige Ausfahrten auf der Förde. Dann sehen wir uns möglichst zahlreich zum Abrudern gemeinsam auf dem Wasser.







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

Endlich wieder Sommer zum Fest!

Die Terrasse ist bis auf den letzten Platz besetzt, als Gaby und Bernd am Abend zur Siegerehrung rufen. Der Grill läuft auf Hochtouren, alle sind versorgt, es herrscht fast gefräßige Stille. Ein aufregender Regattatag neigt sich dem Ende entgegen, nun kommen die Medaillen.

Doch zunächst gibt es die obligatorischen Pokale: Den Clubeiner konnte in einem erfreulich großen Feld von sechs Booten in diesem Jahr Kenneth Carow gegen eine starke Konkurrenz für sich entscheiden und den jetzt Pokal aus den Händen unseres Vorsitzenden entegennehmen. Den Pokal zum Club-Zweier erruderten sich in diesem Jahr Oskar Kroglowski und Simon Kunert.

Die Pokalfamilie des EKRC hat Zuwachs bekommen: Creative-Art-Director Markus Vogel Vogel hat einmal mehr die Muse geküsst. Herausgekommen ist ein neuer Pokal, um den in dem neu ausgelobten Rennen im Mixed-Doppelzweier gekämpft werden sollte. Markus hatte sich mit Finja Rothard eine starke Partnerin gesucht, musste sich aber der starken Konkurrenz geschlagen geben. Julia Creutzburg und Jakob Gräfe konnten schließlich den interessant gestalteten Neuzugang in der Familie der EKRC-Wanderpokale von Markus entgegennehmen.

Mit dem anschließenden Medaillenregen endet dann auch der Rückblick auf einen spannenden Regattanachmittag. Dieser brachte uns:

- Ein ungeplantes Rennen
 (Das Rennen um den neuen Pokal f
 ür den Mixed-Doppelzweier war so brandneu, dass es noch nicht in den gedruckten Melde-und Startlisten auftauchte)
- Ein Kinderrennen
 (sechs Ruderer und Ruderinnen aus der Kindergruppe von Julia
 und Hjalmar, die sich vor den Augen der Eltern ein engagiertes Ei nerrennen lieferten)
- Einen verspäteten Vierer, der eigentlich pünktlich war (Zum Viererrennen lagen hinreichend viele Boote lange vor der offiziellen Zeit bereit am Start, so dass das Rennen gestartet wurde, obwohl der ebenfalls gemeldete »Schmutzkittel« noch fehlte.)
- Das erste Mal (für Murena in einem Riemenboot – und dann gleich in einem Rennen!)





- Eine »halbierte« Union
 (es fehlte die Hälfte der Ausleger, da das Boot im Sinne der Chancengleichheit als Riemenboot gefahren wurde für einige ein ungewohnter Anblick)
- Einen Rennachter auf Kollisionskurs
 (Claus Rieken mit dem vergeblichen ersten Versuch, die ungebändigte und anscheinend etwas ungeordnete, geballte Kraft an Bord der »Uwe« in geordnete Bahnen zu lenken)
- Erste Regattaerfahrungen (für unsere »Neuen«)
- Und jede Menge packende Kämpfe (von den Teilnehmern, die alle mit Einsatz dabei waren, obwohl es eigentlich um nichts ging – außer Spaß zu haben)

Während auf dem Wasser gekämpft wurde, gab es an Land

- Jede Menge leckeren Kuchen
- Die aktuelle Kollektion der Clubklamotten für den stilsicheren Auftritt in allen (Club-) Lebenslagen
- Viele nette Gespräche
- Und vor Allem in diesem Jahr wieder einmal hochsommerliche Temperaturen!

Entspannt verfolgten Mitglieder und Zuschauer das Treiben auf dem Wasser und genossen dabei noch einmal einen herrlichen Sommertag. Der Sommer hatte sich – rechtzeitig zum Fest – noch einmal in voller Pracht zurückgemeldet.

Der weitere Abend klingt dann auf der Terrasse aus. Bis weit in die Nacht hinein sitzen wir im Freien und genießen noch einmal die mediterran laue Sommernacht.

Das Sommerfest – immer wieder eine einmalige Gelegenheit, einmal den Club in ungezwungener Atmosphäre ohne großes Protokoll von einer anderen Seite kennenzulernen!

Hans-Martin Hörcher



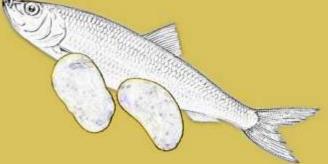


Pellkartoffelessen

Ehrung langjähriger Mitglieder und der erfolgreichen Ruderer der Saison 2019

am Sonnabend, den 23. November 2019

Erster Kieler Ruder-Club von 1862 e.V.



Datum bitte vormerken! persönliche Einladungen folgen per Post!

Zehn Jahre »Rudern gegen Krebs« in Kiel!

Nach der 100. Regatta insgesamt fand in diesem Jahr die zehnte Kieler Regatta »Rudern gegen Krebs« statt. Zum Jubiläum zeigte sich der Sommer von seiner besten Seite und die Veranstaltung war wieder ein voller Erfolg.



Hier eine kurze Schilderung aus Sicht des Teams » Plüschmorsen«.

Rudern gegen Krebs mit den Plüschmorsen

Die Idee zur Teilnahme bei Rudern gegen Krebs entstand aus der zahlreichen Teilnahme im Kollegium beim Business Run. Aber warum nur Laufen?! Etwas Neues muss her. Ein Frauen-Vierer war schnell gefunden. Und genauso schnell kam Nummer vier wieder abhanden. Zum Glück sprang Philipp ein.

Die Trainings fingen für unsere zwei Ruder-Frischlinge aufregend bei Wind und Welle an. Doch die "harten" Bedingungen zahlten sich aus: die unterschätzten Plüschmorsen gewannen ihren Vorlauf und erreichten im anschließenden Halbfinale der Expertenklasse den zweiten Platz. Nur von den finalen Siegern geschlagen. Klasse Leistung für drei Mal Training! Viel wichtiger jedoch: Es hat



wahnsinnig viel Spaß gemacht, war aufregend und Nervenkitzel. Eine tolle Veranstaltung für eine tolle Sache. Top organisiert.

Besonders sympathisch macht diese Veranstaltung die Mischung aus Jung und Alt, Anfängern und Fortgeschrittenen, Schülern, Patienten und Kolleginnen und Kollegen. In entspannter Atmosphäre klang der Tag aus. Das traumhafte Sommerwetter rundete den Tag ab.

Wir freuen uns schon auf das nächste Jahr!

De Plüschmorsen

PS: Da Diskussionen über unseren Teamnamen aufkamen: »Plüschmors« ist das plattdeutsche Wort für Hummel.



Danke!

Die 10. Benefizregatta "Rudern gegen Krebs" liegt nun hinter uns und ich hoffe, Ihr habt alles wohlbehalten überstanden.

Alle Beteiligten – die Ruderteams, die Mitglieder der Kieler Rudervereine, das Team vom Städtischen Krankenhaus und letztlich die Zuschauer – waren mit viel Engagement und guter Laune am "Start". Die Stimmung und die Organisation waren perfekt und es gab auch dieses Jahr nur positive Rückmeldungen von den Teilnehmern.

An dieser Stelle möchte ich mich auch im Namen des gesamten Vorstandes der "Stiftung Leben mit Krebs" bei Euch und allen Helfern und Organisatoren ganz herzlich bedanken - Ihr seid ein tolles Team, mit dem wir wie vereinbart, im nächsten Jahr am 06. Juni 2020 die 11. Regatta in Kiel veranstalten werden! Wir sehen uns zur Scheckübergabe im Oktober/November.

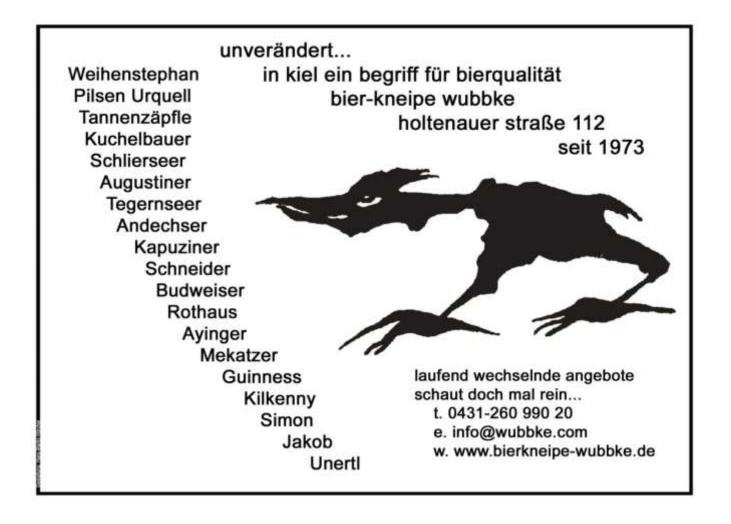
Stiftung

Leben mit Krebs

Bis dahin herzliche Grüße und eine gute Zeit!

Claus Feucht

Vorstand





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



Hamburger Chaussee 192 D - 24113 Kiel (Germany) eisen jägel Tel. 04 31 / 6 49 23 - 0 Fax -49 info@eisen-jaeger.de



Mehrsitzerbank CLARIS

Red Bull Trainingszentrum Leipzig

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

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

Ulrike Möhlmann Jens Benthin Günter und Beate Schulz

Alfred Eberhardt Bernd Schikorsky Kai-Axel Ketelsen

Georg Moll Dr. Alexander Claviez Hans-Martin Hörcher

Kirsten Staack Ulrike Hunol Restaurant Schöne Aussichten

Und alle Spender in der Spendenbox zum Sommerfest.

Weitere Spenden erhielten wir von unseren Sponsoren J.P. Sauer Kompressoren, Eisen Jäger, Ford Paulsen&Thoms und Lorenz Sanitär&Elektro.

Allen Spendern einen herzlichen Dank!

Neue Mitglieder

Im Laufe des Sommers haben wieder einige neue Gesichter den Weg zu uns in die Boote gefunden. Wir begrüßen:

Maike Kamp Kristin Dahl Sabine Michalewski

Kirstin Staack Luca Lehmann Jendra Hellwig
Dr. Matthias Ritgen Till Ritgen Malte Ritgen

Laura Kohlmeyer Jan Resch Dr. Käte de Buhr-Lange Simonas Juzenas Frank Kleinfeld Friedrich Kerchnawe Kristina Wisch Edgar Wienecke Günther Sommerschuh

Martin Strohmeier Thomas Schürmann Birte Rothhardt

Willkommen im Club und Euch allen weiterhin viel Spaß beim Rudern!

Freirudern

Auch diesen Sommer haben sich wieder eine Menge Neuruderer freigerudert. Ein weiterer Termin folgt nach Redaktionsschluss:

Hanna Figge Sabine Timm Sarah Walter

Matthias Krohm Philipp Schmidt Max Steden

Inga Christiansen Kai-Axel Ketelsen

Erinnerungen an Wieland Seifert

Am 24.05.2019 verstarb im Alter von 79 Jahren unser langjähriger Ruderkamerad

Wieland Seifert



Lieber Wieland!

Deine Ruderkarriere begann nicht erst im EKRC, sondern schon viele Jahre vorher hast du mit deinem Vater in Dresden auf der Elbe gerudert. Als Du nach Kiel gekommen bist und in der Reventlouallee wohntest, bot es sich natürlich an, in den EKRC einzutreten. Dort warst du 62 Jahre Mitglied.

Du hast zunächst in der Jugendabteilung u.a. mit "Vadder" Scheer gerudert, ab dem Frühjahr 1960 hast Du Dich dem Rennrudern angeschlossen.

Unsere gemeinsame Ruderzeit begann im selben Jahr. Ich bekam damals einen Platz in eurem Rennvierer. Wir starteten zuerst als "Jungmänner", so hieß die Mannschaftsbezeichnung damals. Zu unserer Mannschaft, die zuerst von Karl Zeitler trainiert wurde, gehörte W. Lüsch, (ab 1961 B. Krauskopf), V. Achereiner und wir beide. Stm. war D. Herzer. Wir fuhren viele Rennen im Riemen-Vierer und Achter. Du warst ein guter Schlagmann! 1961 wurden wir Sieger im Kieler Woche Achter (der Vorläufer des heutigen Stadtachters) in Renngemeinschaft mit dem Eckernförder RC. Auch zur "Asmusregatta" waren wir im Achter erfolgreich gegen die "Germanen".

Wir erzielten noch weitere Erfolge im 4+ und Achter, z.B. auf der Herbstregatta in Sonderburg.

Schon damals trainierten wir 5x in der Woche. Im Winter hatten wir keinen warmen Gymnastikraum oder Ergo, sondern das Ruderbecken und die Natur. Toll waren die Dauerläufe im Düsternbrooker Gehölz mit den vielen "Bergen". Du warst im Laufen unschlagbar. Wir nahmen 1962 erfolgreich am Frühjahrslauf des NDRV teil. Da wir das Laufen weiter trainierten, nahmen wir 1967 am 1. Kieler Volkslauf teil. Die Streckenlänge betrug damals 12 km, Teilnehmerzahl waren 350 Personen.

Und plötzlich war es mit der Rennruderei vorbei. Wir ruderten noch ein paar Jahre "just for fun" das ausgediente 4er ohne Rennboot "Hela". So "zwischendurch" hast Du 1974 sogar noch den Clubeiner gewonnen.

Wir lernten unsere Mädels kennen und heirateten. Nebenbei bauten wir unsere beruflichen Stellungen aus und einige sich sogar ein Haus. Wir trafen uns weiterhin "privat und ohne rudern", und feierten z.B. "runde" Geburtstage und Silber/goldene Hochzeiten.

Von unserer Mannschaft "von früher" blieben wir beide Mitglied im EKRC. Bis zuletzt trafen wir uns am Dienstag- und Donnerstagvormittag mit den unten genannten Mitgliedern zum A-H- Rudern in verschiedenen Bootsklassen.

Es war eine schöne Zeit mit Dir und im Club, danke dafür.

Jürgen

Deine A-H Mitruderer waren:

Rolf Esselbach, Philipp Jäger, Uwe Johannsen, Jürgen Kähler, Heinz Kröncke, Olaf Lenz, Maren u. Dieter Petersen. Sigger Pohl, Jens Paustian, Bernd Rabe, Kuddel Roggenbrodt, Claus Riecken, Hanno Vollert, Bernd Vobbe und unsere "Gäste" aus dem Nachbarverein ARV Uwe Schulz, Ulli Ziegenbein u. Abrecht Grassow.





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!

Pfingsten auf der Schwentine

Die Schwentine sollte es sein zu Pfingsten: von Gremsmühlen nach Klausdorf, Rosenfelder See.

Also am Freitag 3 Boote abgeriggert und verladen. Mit dem großen Hänger nach Gremsmühlen zu dem "Abbruchhotel" am See. Dies hat aber einen äußerst zuvorkommenden Hausmeister, der für die Boot einen Nachtlagerplatz in der Tiefgarage anbot, was wir auch sofort angenommen haben. Wegen des harten Untergrundes hat sich der Ruf: "Daniela, das Kissen!" eingebürgert.

Am Sonnabend dann mit dem Clubbus und PKW nach Gremsmühle, kleiner Stopp auf der Seite des Plöner Sees bei Fegetasche. Der See sah aus, wie die Nordsee bei Dagebüll im Wintersturm. An Querung nicht zu denken. Be-

schluss: wir fahren von Gremsmühlen am Südufer entlang die Seen bis zu Ölmühle ab, lagern die Boote beim dortigen Kanuclub und versuchen es am Sonntagmorgen. Die mit uns zu Wasser gehenden jungen Leute vom ARV waren da noch voller Elan, noch am selben Tag den Plöner See zu befahren. Viel Spaß haben wir da nur gesagt! Auf den Südufern war es gut zu rudern, aber die Tagesetappe von nur 11km war dürftig.



Als Ersatz bot sich der Fußmarsch von der Fegetasche zum Restaurant auf der Prinzeninsel an, da konnte man noch einmal das ganze Wellenbild auf dem See bewundern. Kurze Pause mit Klönschnack mit einer EKRC-Fahrradtruppe und dann wurden wir auch schon bestens im Restaurant bewirtet. "Auf den Arm"-Wünsch fielen aus, es heißt ja Wanderung und nicht Tragung. Übrigens ließen sich die ARVer auch vorzeitig wieder abholen!



Der Sonntag entpuppte sich als die bessere Wahl, vielen Dank noch einmal Pau für Deinen Vorschlag. Bei Windstärke 3-4 war die Querung ok, für das eine oder andere Boot mit leichtem Wassereinbruch verbunden. Übersetzen Spitzenort und die Schwentine zeigte sich von der besten, allerdings auch viel befahrenen, Seite. Mehrere kleine und größere Seen waren zu überwinden, nicht immer war klar, wo es wieder heraus ging. Endlich der Lanker See und damit auch der

Pausentreff Preetzer Ruderclub. Von dort bis zum Rosenfelder See sollte es laut Fahrtenliste nur 4 km sein. Das war schon mal falsch, es sind ca. 9km und die hatten es in sich. Der Amazonas des Nordens machte seinem Spitznamen

herabhängenden Bäumen, Treibgut und vor allem Schlingpflanzen im Wasser alle Ehre. Später im Jahr dürfte dieser Teil unbefahrbar sein. Ein Dank an die Steuerleute, die hier die Nerven behalten haben. Aber dann. nach insgesamt 31 km an diesem Tag hatten wir die bekannte Aussetzstelle Rosenfelder See erreicht und der Clubbus fuhr den PKW holen - mit der Werkzeugtasche! Also Abriggern mit nur einem Riggerschlüssel!



Trotzdem hielt das Timing einigermaßen, wir waren ca. 19 Uhr am Club und dort: Blockade durch Kreuzfahrtschiffdemo! Aber die Krankenwagenfahrer hatten ein Einsehen und rangierten um, so dass wir heil zum Club kamen. Abladen und Übergabe der Fahrzeuge an die schon wartenden Jugendlichen und schon war die schöne Fahrt wieder zu Ende. Danke an alle, die mit waren, es war eine schöne Tour.

Claus Heinrich



Euch kann ruhig schwarz werden vor Augen! Stadtachter 2019 - oder: Wir haben doch gewonnen

War es überschäumende Abenteuerlust oder akuter Größenwahn, wodurch sich doch einige Ersttäter in den diesjährigen Stadtachter begaben? Rückwirkend lässt sich dies, überlagert von den Ereignissen, wohl nicht mehr feststellen. Fakt ist, dass sich am 17.05.2019 Hanna, Johanna, Jessica, Tanja, Marco, Julius, Jonas und Hjalmar mit Steuermann Felix zur ersten Trainingseinheit im Rennboot aufs Wasser wagten.

Die erste knifflige Aufgabe stellte sich schon am Steg: Wo muss sich das Ziel des diesjährigen Stadtachters befinden, wenn im Riemenboot 2 Personen backbord und 6 Personen steuerbord rudern? Glücklicherweise war unsere Kompromissbereitschaft groß: Es mussten keine physikalischen Berechnungen angestellt werden und jede*r fand schnell den passenden Platz im Boot. Und so trafen wir uns 2-3 Mal pro Woche. Das Ziel war hoch: Die Gewinnserie des EKRC sollte fortgesetzt werden.

Die individuellen Anforderungen waren jedoch sehr unterschiedlich. Während die einen sich schon allein ans Sitzen im Rennboot gewöhnen mussten, versuchten die anderen verzweifelt aus dem Haufen eine Mannschaft zu machen. Beim Training war gefühlt alles dabei: Verschlafene Trainingstermine, Doodle-Listen, die doch unterschiedlich verbindlich schienen, Euphorie, Motivation und Tatendrang, Zweifel, verbissene Gesichter und großes Gelächter, viele nasse Klamotten für Mannschaft und Steuermann -und mittendrin immer ein faszinierend ruhiger und geduldiger Steuermann Felix, der zumeist auch noch eine Dose mit Keksen oder Apfelschnitzen für die Mannschaft mit im Boot hatte ©

Dann kam <u>der</u> Tag, der Tag auf den wir hin gearbeitet hatten. Mittags eine Nachricht von Felix in die Gruppe, wir sollten doch vor der Regatta



uns nicht den Bauch auf der KiWo vollschlagen. Fein gesagt- ich konnte den ganzen Tag kaum einen Bissen herunterbringen vor Aufregung! Am Abend dann leider doch ziemlich unruhiges Wasser und doch eine relativ zügige Abkühlung nach einem warmen Tag, so dass wir schon vor dem Start nass und frierend im Boot saßen. Die Stimmung war aber phantastisch: Wir mit unserer Aufregung in den Wellen auf dem Wasser, vom Land Partybeleuchtung und Livemusik. Im Rennen selber gab es dann nur noch das Boot, die Mannschaft und das Wasser- nichts denken, nichts sehen, nur rudern, was das Zeug hält. Felix Ausruf: " Euch kann ruhig schwarz werden vor Augen" ist das Einzige, was ich noch aus dem Rennen erinnere.

Und dann war es vorbei. Es hatte nicht gereicht, vom ARV geschlagen. Wohlwollende Familienangehörige sagten, um eine Bootslänge, die KN kommentierte "um Welten geschlagen". Erstmal große Erschöpfung und Enttäuschung…

Und am nächsten Morgen die Erkenntnis: Wir haben doch gewonnen! Wir durften wunderbare Trainingswochen erleben in einer tollen Mannschaft, die immer zusammen gehalten und zusammen gearbeitet hat, wir durften viele Erfahrungen sammeln und viel dazu lernen.

Darum bleib mir noch, dem EKRC für dieses tolle Erlebnis zu danken, dem Rendsburger Ruderclub, der uns mit dem Boot aushalf, nochmal unser Dankeschön auszudrücken und nicht zuletzt Felix für sein großes Engagement und seine Einsatzbereitschaft zu danken.





Wanderfahrt mit Nassovia Höchst von Passau nach Wien

Am 06.07. machten sich gut gelaunte Nassovia Höchst Ruder*innen mit dem Vereinsbus auf den Weg nach Passau, beladen mit einem Riemenvierer, einem gesteuerten Doppelzweier und drei Doppelvieren auf dem Bootshänger.

In Passau angekommen, verabschiedete sich Hängerelektronik zufällig genau vor unserem Hotel "Wilder Mann". Wir konnten an einer Bushaltestelle halten. Erfreulicherweise hatten wir mit Detlev Jantz (Ludwigshafener Ruderverein) einen Elektronikexperten und versierten Bastler an Bord, der das Problem kreativ lösen konnte. Nach Verarztung des Kabelbaums und wieder leuchtenden Brems- und Blinklichtern konnten wir schließlich zum Kanu Club TV Passau fahren, um unsere Boote aufzuriggern.

Bei der Zufahrt zum Kanu Club streifte unser Hänger Blätter einer Hecke, welches zu einem lautstarken Beinahe - Nervenzusammenbruch des Heckenbesitzers nebst Gattin führte.

Beim Aufriggern der Boote stellten wir dann fest, dass sich bei "Emil" die Schieblinge zur Arretierung des Stemmbrettes während der Fahrt auf einen eigenen Weg weg von Boot und Hänger gemacht haben. Auch hier half Detlev mit seiner "Wunderreparaturtüte" aus. Es fanden sich darin noch 2 Schieblinge, so dass alle Boote vollständig aufgeriggert werden konnten.

Abends trafen wir uns dann mit den Ruder*innen aus Frankfurt, Kiel und Wien zum Abendessen im Stiftskeller. Wir waren insgesamt 30 begeisterte Ruder*innen, von denen 4 Ruder*innen aus Wien tageweise mitruderten.

Die Bootsbesatzungen und der Landdienst wurden täglich von Christian neu geplant, so dass wir alle einmal miteinander im Boot sitzen konnten. Der Landdienst versorgte uns an den Mittagsrastplätzen mit Snacks und Getränken.

Eine Schleuse die nicht schleust

Am Sonntag startete dann die Wanderfahrt mit einer traumhaft schönen Landschaft, aber leichtem Regen (vor der Schleuse Jochenstein) von Passau bis Schlögen (39,5 km).

In Jochenstein hatten wir unsere erste Schleuse. Schleusen ist immer ein Abenteuer und teilweise haben wir unsere Boote auf der Wanderfahrt auch umgetragen, wenn wir keine Schleusenerlaubnis erhielten, oder die Wartezeiten zu lang waren. So auch hier: Wir durften die Schleuse nicht benutzen. Der Schleusenwärter hat uns keine Erlaubnis zum Schleusen erteilt. Die Deutschen sind da restriktiver als die Österreicher. So mussten wir unsere Boote umtragen. An dieser Stelle darf man die Betreiber der Umsatzstellen loben: Es gab immer ausreichend Bootswagen zum Transport und die Umsatzstellen waren gut ausgebaut.

In Schlögen hatte unser Hotel einen schönen Wellnessbereich, so dass einige von uns den Tag mit einem Saunagang ausklingen ließen.

Wo kommen unsere Boote her?

Am Montag setzten wir unsere Bootstour fort. Wir ruderten von Schlögen bis Linz (55,2 km) und hatten 2 Schleusen zu bewältigen. Die Landschaft begeisterte uns wieder: Burgen, Schlösser, Wald und schöne Ortschaften.

Am Abend besuchten wir die Bootswerft Schellenbacher in Linz. Wir wa-



ren neugierig und vor Allem: Hungrig. Herr Schellenbacher Junior führte uns durch seine Werkstatt und erklärte uns viele interessante Fakten zu Bootsbau und Bootsbautechnik. Bei Schellenbacher ist Bootsbau noch echtes Handwerk mit viel Know How und Liebe zum Boot. Herr Schellenbach Senior wollte es sich nicht nehmen lassen, uns auch zu begrüßen. Dabei erzählte er viele spannende Geschichten aus seinem Bootsbauerleben. Wenn wir nicht so hungrig gewesen wären, hätten wir auch noch länger gelauscht. Aber nach 2 Stunden Führung hat Christian dann zu Abendessen getrommelt.

An dieser Stelle sei zu erwähnen, dass die österreichische Küche einfach köstlich ist. Auf Kalorien sollte man nicht schauen. Alle Gerichte waren frisch zubereitet, sehr nahrhaft und phantastisch gewürzt. Mit einem Grünen Veltiner oder einem frisch gezapften Bier ließen wir die Abende ausklingen.

Weiter bei Wind und Wellen

Dienstags ging es weiter nach Grein (52,4 km).

Dieses Mal gab es 2 Schleusen zu bewältigen. Der Wind nahm an diesem Tag stark zu und wir mussten unsere Boote bei sehr viel Wind und Wellen in die Schleusen manövrieren. Das sollte am Donnerstag noch schlimmer werden, aber das konnten wir ja noch nicht wissen.

Von Grein ruderten wir mittwochs nach Melk und besichtigten dort das Benediktinerkloster. Belohnt wurden wir mit einer Konzertprobe eines Brass Orchesters: Ca. 20 Blechbläser probten in der Kathedrale für ein bevorstehendes Konzert. Das Stück war wunderschön, eine phantastische Akustik und kaum Publikum in der Kathedrale. Es war quasi eine private Konzerteinlage extra für uns.

Die Wachau begleitete uns am Donnerstag. Wir ruderten von Melk nach Krems. Diese Teilstück ist eine ruderische Herausforderung: Strömung, Bojen, Wind, Wellen und Berufsschifffahrt. Im Doppelzweier wurden Spitzengeschwindigkeiten von 17,5 km/h erreicht.



Wir haben an dieser Stelle den Kremser Rudertriathlon erfunden: Rudern, Schwimmen, Laufen. Eines unserer Boote hatte ein Tonne geküsst und musste an Land gezogen werden. Gut, dass es die Schellenbachers gibt. Herr Schellenbacher Senior kann somit eines seiner Boote, welches er vor vielen Jahren baute, noch einmal fachgerecht überarbeiten. Wir haben das Boot auf der Rückfahrt bei Schellenbacher zur Reparatur übergeben.

Am Abend machten wir eine Weinprobe bei der Winzergenossenschaft Winzer Krems EG. Diese Winzergenossenschaft ist eine der größten in Österreich und topmodern ausgestattet. Wir besichtigten grandiose Weinkellergewölbe, bekamen eine 3 D Kinovorführung über die Weinlese und Weinherstellung und beendeten die Weinprobe mit einem typisch österreichischen Buffet: lecker und reichlich.

Nasses Finale

Freitag sollte uns die Tour von Krems nach Tulln führen.

Der Wettergott war uns nicht gnädig. Es regnete in Strömen und ein Gewitter zog auf. Deshalb entschied Christian, die Tour nach der Schleuse aus Sicherheitsgründen für diesen Tag zu beenden und die restlichen Kilometer am Samstag zu rudern.



Abends sind wir in ein legendäres "Insiderlokal" eingekehrt: Gasthof zum Renner in Wien Nußdorf. Das Lokal wird vorwiegend von Einheimischen besucht und ist für die Größe der Portionen bekannt. Mit einer Portion ist der Nährstoffgehalt für eine 100 km lange Tagestour sichergestellt. Damit hatten wir genug Energie aufgenommen, um den nächsten Tag nach Wien zu unserem Ziel: Ruderverein AUSTRIA zu rudern.

Die letzte Tour fand bei strömendem Regen statt. Tapfer kämpften wir uns durch den Regen und wurden in Wien von Hasi, Serenella, Nadja, Susanne und Kerstin mit heißem Tee und kühlem Bier verwöhnt. Nach dem Reinigen und Abriggern der Boote ging es nach Tulln zum Abschiedsabendessen.

Auf der Rückfahrt, kurz vor Frankfurt, wurde der Diesel knapp und wir entschieden uns, die Autobahn in Frankfurt Süd zu verlassen und zu tanken. Dummerweise waren an der Seite, auf der sich die Tanköffnung befindet, alle Plätze belegt und so entschied ich mich, mit dem Hänger die andere Seite der Zapfsäulen anzufahren und den Tankschlauch an der Vorderseite des Busses vorbeizuführen. Das funktioniert bei PKWs, beim Bus war der Schlauch leider etwas zu kurz. Aber wir sind ja eine kreative Gruppe und haben deshalb den Schlauch einfach durch die Fahrerkabine zum Tankstutzen geführt. Wir hatten viele interessierte Zuschauer bei dieser Aktion aber schlussendlich den Tank erfolgreich gefüllt.

Nach dem Aufriggern und Abladen der Boote bei der Nassovia spendierte uns der Wirt von Gang Naru noch Kaffee und Bier.

Wir beendeten eine wunderschöne Ruderwanderfahrt, die hervorragend von Christian Scholz organisiert war. Die Rudertouren waren herrlich, 300 km in einer Woche waren sportlich. Die Hotels waren sehr geschmackvoll eingerichtet, die Restaurants servierten tolles Essen, die Landschaft war malerisch und vor Allem: Die Ruder*innen waren Super.

Hipp Hipp Hurra an Christian und die vielen Helfer*innen im Hintergrund.

Hilde Flach (Nassovia Höchst)



Vom EKRC waren dabei: Volker Franz, Uwe Johannsen, Ulrike Kerscher, Bernd Pingel, Helga Puschendorff, Claus Riecken, Susann Schröder, Thomas Schröder, Martina Suer, Hanno Vollert

Schwerin zu Fuß ist auch ganz schön!

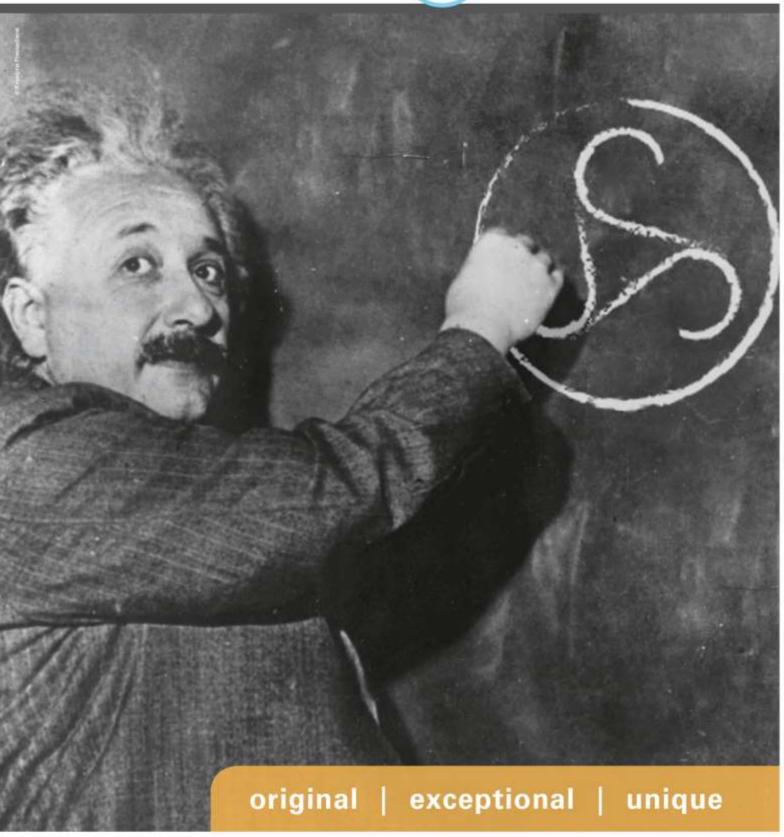
Im Sommer sollte es einmal wieder nach Schwerin gehen. Das Revier rund um das Schloss ist eigentlich ein sehr schönes.

Ende Juli war es dann soweit. Doch die sommerliche Kulisse auf dem Bild täuscht, die Ruderer posieren nicht zum Spaß vor dem Schweriner Schloss. Vielmehr mussten sie die Wasseraktivitäten nach zwei Schlossumrundungen wegen stürmischen Windes abbrechen und stattdessen ein alternatives Landprogramm angehen. Immerhin hat es hierbei nicht auch noch geregnet!









Dependable up to 500 bar - anywhere, anytime, anygas.

www.sauercompressors.com

Jugendwanderfahrt 2019

Die diesjährige Wanderfahrt der Jugend ging nicht in den warmen, sonnigen Süden, sondern dieses Jahr hieß das Ziel: Dänemark.

Mit dezimierter Gruppe aufgrund von vermehrten Absagen (wir lernen fürs nächste Jahr!) hieß unsere erste Station Flensburg. Der Ruderclub in Flensburg bietet, neben einem traumhaften Blick über die Förde, eine eigene Bar mit stadttypischen, zapfbaren Getränken. Unsere mitgebrachten Zelte durften alücklicherweise aleich dem beheizten Kraftraum weichen. Im neu entdeckten Kraftraum des Flensburger Ruderclubs wurden sofort die uns unbekannten Geräte ausführlich begutach-

tet und voller Elan ausprobiert.

Traditionell haben unsere Jugendwanderfahrten meist mehr "geschwommene Ki-Iometer" als "geruderte Kilometer". Dieses Jahr war dies erstmalig anders herum. An allen Tagen gab es gerade mal eine badewillige Person. Somit wird diese Wanderfahrt in die Geschichte eingehen: Eine Wanderfahrt, wo sich nur eine Person ins kalte Nass traute. Hierbei ist noch hinzuzufügen, dass das Wasser am Steg nur hüfthoch war und durch Wind und Regen der Badespaß nicht lang andauerte.





37 Kilometern begann mit Verhältnissen. trockenen Doch auf dänischer Seite

schlug das Wetter plötzlich um. Der Wind, Regen und die Wellen wuchsen an. Bei

der Hälfte, nach zweimaligem erfolgreichem überqueren der Förde, hielten wir notgedrungen an einem Strand an. Das darauffolgende Ablegemanöver, gegen den stürmischen Wind und die Wellen, kostete uns einiges an Energie. Doch wir schafften es mit gemeinsamer Willenskraft und recht erschöpft nach Sønderburg. In Sønderburg angekommen, genossen wir im deutschen Roklub eine verdiente und (zum Glück) warme Dusche und Speise. Wir staunten nicht schlecht: Im Stammbuch des Clubs war ein fast 10 Jahre alter Eintrag der EKRC-Jugend, welche

damals den Roklub besucht hatte. Bei Gesprächen im Roklub mit einem spannenden Rundgang erfuhren wir über die neusten Änderungen der dänischen Seeordnung und über die typisch innengeriggerten Boote in Dänemark. Verwunderte Blicke erhielten wir als wir erzählten mit Kieler Gig-Booten in Sønderburg unversehrt angekommen zu sein...

Åpenrå war unser nächstes Ziel. Das Wasser hatte im gesamten Sund "Skiffqualität", danach ging das Spiel mit den Schöpfkellen für den Steuermann von neuem los. Nach etlichen und kaum vorbeigehenden Stunden im Ruderboot mit stärkstem Gegenwind war die Mannschaft froh die landestypische Kulinarik genießen zu dürfen. Das hieß für uns: Hotdogs im dänischen Ruderclub Åpenrå und ein heißer Kakao. Dies half uns beim Aufwärmen, sodass wir am Nachmittag das Stadtfest besuchen konnten.



Ein Weiterrudern auf der dänischen Südsee fiel witterungsbedingt aus. Die kalten, nassen und windigen Tage reichten der Gruppe und so nutzen wir den letzten Tag im beheizten Rutschen- und Schwimmparadies. Die dänische Südsee hat uns also mit schönem Kieler Wetter begrüßt.

Eines nehmen wir für das nächste Jahr mit: Ab in den Süden, der Sonne hinter her und liebend gern ein Fluss mit angenehmer Strömung zu unserem Vorteil.

Laurenz

Tausche Boot gegen Wasserskier

Ein Ausflug der Jugendabteilung

Am 01. September machte sich eine große Delegation der Jugendabteilung auf dem Weg zum Wasserski- und Wakeboardpark Süsel. Mitkommen durften auch einige Mitglieder der älteren Generation, die dem Jugendalter bereits entwachsen sind, sich aber immer noch aktiv und jung fühlen. Zu besagter letzten Gruppe der Junggebliebenen zähle auch ich, sodass ich die ganze Aktion aus Sicht einer Außenstehenden betrachten konnte.

Zunächst der Schock, denn es sollte schon um 8 Uhr in Süsel losgehen - zuvor war mit dem frühen Nachmittag geplant worden. Aber einen unerschrockenen Ruderer hält das natürlich nicht auf, immerhin war es ja sogar schon hell, also wir uns um 7 Uhr auf dem Weg machten. Niemand beklagte sich, alle freuten sich einen der letzten warmen Tage auszunutzen und die gemietete Bahn unsicher zu machen.

Nachdem sich alle in die mehr oder weniger gutsitzenden Neoprenanzüge gequetscht hatten, ging es auch schon los. Eine kurze Einweisung, dann durften die ersten ihr Glück versuchen. An dieser Stelle muss einmal erwähnt werden, wie geschickt sich doch fast alle anstellten, insbesondere die jüngeren waren sehr begnadet am Werk und nutzen die 90 Minuten voll aus. Schnell wurden neben den klassischen Skibrettern und Wakeboards auch andere Fun-Boards ausprobiert, wie eine runde



Scheibe oder ein Board zum Knien. Ich für meinen Teil war froh, als ich die erste Kurve meisterte, ohne direkt wieder aus der Bahn zu fliegen. Von außen sieht es einfacher aus – das war mein persönliches Fazit. Pünktlich zum Ende unserer Mietzeit mussten wir leider aufhören, bis dahin waren die Bahn schon unzählige Mal abgefahren worden, jeder hatte seine persönlichen Herausforderungen gefunden und manche haben auch zusammen die Bahn befahren – sozusagen ein Wasserski-Doppelzweier, nur eben nebeneinander und nicht hintereinander. Zum Schluss durfte Simon noch eine "Bauch"-Runde fahren, was einfach nur bedeutet, dass man sich ohne Board oder Ski in das Seilsystem hängt und über das Wasser ziehen lässt. Alle anderen guckten neidisch zu und waren sich einig, dass das bald wiederholt werden muss.

Was mir auch aufgefallen ist: Hjalmar als Jugendvorsitzender hatte alles großartig organisiert, die Kinder und Jugendlichen konnten sich unbekümmert auf und im Wasser amüsieren. Auch an einige Snacks und Getränke für zwischendurch hatte er gedacht und den Clubbus hin- und herbewegt. Nebenbei hat er dann selbst noch gezeigt, was er so draufhat. Danke Hjalmar für den gelungenen Ausflug!

101. Dr. Asmus- Regatta in Kiel

Nach den tollen Ergebnissen im letzten Jahr hat die Kinder- und Juniorengruppe erneut an der traditionellen Kieler Ruderregatta teilgenommen. Bekannt für die 500m- Strecke (Blücherbrücke bis Schülersteg) ist die Regatta gerade für unerfahrene Ruderneulinge eine Möglichkeit

erste Regattaerfahrungen zu sammeln.

Zum Auftakt für den EKRC stiegen jedoch erfahrene Regattaruderer in den gesteuerten Gigvierer. Simon Kuwert, Max Kölling, Jakob Grafe und Felix Eckel nutzen die Gelegenheit um sich auf die im November stattfindende Coastal-WM in Hongkong einzustimmen. Sie konnten sich deutlich als Siegerboot vor den zwei Booten vom FSG Preetz und dem Boot des Ruderclubs Flensburg absetzen.

Es folgten zwei unserer jüngsten Kinderruderer in ihrem ersten Renndoppelzweierrennen. Konrad Rosenstiel und Lönne Ernst, als jüngstes Boot (11 und 10 Jahre), kamen als drittes Boot hinter den Mannschaften vom RGG und Wiking ins Ziel.



Nun stiegen fünf Kinderruderer in die Trimmis (von dreimal im Einer gesessen bis einjährige Rudererfahrung war hier alles dabei) und zeigten stolz ihr Können. Dabei konnte sich Liv Kempf bei den Mädchen und Konrad Rosenstiel bei den Jungen im ersten Lauf über die 500m die Medaille sichern. Lönne Ernst und Jendra Hellwig erruderten jeweils den



zweiten Platz. Karl Steden trat im zweiten Lauf der Trimmirennen an und durfte leider die Weite der Kieler Förde kennenlernen, so dass das Zielgericht nicht genau seine Platzierung feststellen konnte. Im gesteuerten Gig-Mixedvierer gingen die Kinder zum Abschluss ihres Renntages an den Start. Jenda, Liv, Karl, Konrad und Steuermann Lönne konnten zwar als drittes Boot in das Ziel ru-

dern, jedoch wurden sie, aufgrund von anfänglichen Steuerproblemen und dem damit verbundenen Abdrängen eines anderen Bootes, disqualifiziert.



Und auch drei Ruderer aus der Juniorengruppe unter der Leitung von Simon Kempf konnten (schmerzliche) Erfahrungen sammeln: Zwar konnte der Junioren-Gigzweier mit Steuermann mit Matti Stolzenberg, Jan Arkadius Timpeskul und Steuermann Anton Müller-Kalthoff auf den 500m einen deutlichen zweiten Platz nach der Mannschaft vom FSG errudern, jedoch das zügig darauffolgende Rennzweierrennen startete -durch verspätetes Ablegen- ohne Anton und Jan. Die erste Erfahrung zu spät an den Start zu kommen und das eigene Rennen dann nur noch beobachten zu können, kann leider auch bei der Dr. Asmus-Reaatta nicht vermieden werden.

Nach diesem ungünstigen Verlauf konnten zum Abschluss noch die beiden spannenden Einerrennen von Jan Arkadius Timpeskul und Matti Stolzenberg alle wieder ermutigen. Matti musste sich in seinem Rennen nur Erik Voss von der RGG geschlagen geben und sicherte sich den zweiten Platz vor Thore Scheidt, der ebenfalls für die RGG startete. In einem sechs Boote starken und bis zum Ende offenen Rennen konnte Jan-nach der vorherigen Enttäuschung über das verpasste Rennen- sein Einerrennen gewinnen. Platz 2 belegte Jörn Hansen vom DRC und Platz 3 Luis Heinzel vom Aegir.

Ein sonniger und spannender Tag ging für alle schnell vorbei, wir freuen uns auf das nächste Jahr und können uns immer wieder erfreuen, dass die Schüler und alle freiwilligen Helferinnen und Helfer die Dr. Asmus-Regatta so herausragend organisieren und unseren Ruderanfängern somit eine einzigartige Chance bieten eine Regatta auf heimischen Gewässer erleben zu können.





Wirtschaftsprüfer Steuerberater

Seit vielen Jahrzehnten beraten wir unsere Mandanten erfolgreich in steuerlichen Angelegenheiten.

Die Zukunft liegt in der Digitalisierung. Machen Sie Ihr/e Unternehmen/Praxis und somit Ihre steuerlichen Angelegenheiten zukunftssicher. Wir unterstützen Sie gerne und begrüßen Sie im Unternehmen online.

Gerne klären wir auch Ihre privaten Steuerfragen! Im Rahmen der vorausgefüllten Steuererklärungen können viele vorhandene Belegdaten unkompliziert elektronisch zur Verfügung gestellt werden und erspart die Belegsuche.

Oder suchen Sie eine neue Herausforderung? Dann freuen wir uns auf Ihre Bewerbung (z.Hd. Niels Benthin) als:

- Steuerfachwirt/-in
- Bilanzbuchhalter/-in
- Steuerfachangestellte/-r

BENTHIN | SCHWARK | HANSEN | KÜHL

Wirtschaftsprüfer Steuerberater Partnerschaft mbB

Hopfenstraße 2d 24114 Kiel

Tel.: 0431 - 65 92 82 Fax: 0431 - 65 92 833

www.stb-kiel.de kanzlei@stb-kiel.de

Fachberater für Heilberufe (IFU/ISM gGmbH): Niels Benthin, Bert Kühl Fachberater für Unternehmensnachfolge (DStV e.V.): Niels Benthin, Sven Hansen Fachberater für Vermögens- und Finanzplanung (DStV e.V.) und Rating Advisor (IHK Kiel): Dirk Henning Schwark

Ein turbulentes Regatta-Wochenende

60. Ratzeburger Ruderregatta

Anfang Juni fand in Ratzeburg die 60. Internationale Ratzeburger Ruderregatta auf dem Küchensee statt. Traditionell werden hier vor der reizvollen Kulisse der Domstadt die Besetzungen und Strategien für die folgende Deutschen Jahrgangsmeisterschaften abschließend getestet.

Die Besonderheit und Tradition der internationalen Ratzeburger Ruderregatta lockt jedes Jahr nicht nur die besten Nachwuchsruderer Deutschlands in die Domstadt im Süden Schleswig-Holsteins. Die Skandinavischen Länder und Polen zählen bereits seit vielen Jahren zu den zuverlässia meldenden internationalen Verbänden. In diesem Jahr gab es zudem Vertreter aus Australien, Großbritannien, Japan, Niederlande, Paraguay, Togo und Tschechien, die sich den Feinschliff gegen die anderen Nationen holen wollten. Zwei Wochen zuvor fand in Hamburg die letzte Kleinbootüberprüfung des Deutschen Ruderverbandes statt, bei der nach den Ergebnissen der ausgefahrenen Rangliste die Boote durch die Bundestrainerin gesetzt wurden. Für die zahlreich meldenden deutschen Starter ist dies also der einzige Test der zusammengesetzten Boote für die Deutsche Meisterschaft U17, U19, U23. Daher ist hier im Normalfall schon viel Bewegung in den Mannschaften. Wenn diese nicht die gewünschten Ergebnisse liefern können, muss ausgetauscht und probiert werden, um die besten Besetzungen zu finden.

In diesem Jahr war es allerdings nicht nur wegen des Jubiläums eine besondere Situation. Im Verlauf des Samstag frischte über den Vormittag der Wind derart auf, dass ein Rudern nicht mehr möglich war. Nach den Vorläufen wurde die Regatta unterbrochen und schließlich beendet. Die nun fehlenden Rennentscheidungen wurden am Sonntagmorgen zusätzlich zu den für Sonntag angesetzten Rennen nachgeholt, indem der Rennabstand und damit die Erholungszeit der Sportler reduziert wurde.

Für die Ruderer des EKRC schien die Form so kurz vor der Meisterschaft zu stimmen. Für **Melvin Müller-Ruchholtz** gab es im Samstagrennen einen **zweiten Platz** im Leichtgewichts-Doppelzweier und am Sonntag saß er mit seiner Trainingsgruppe des Bundesstützpunktes Hamburg/Schleswig-Holstein im schnellsten U23-Doppelvierer.

Ebenfalls **zweite Plätze** gab es für **Leo Damerau** und **Simon Kuwert** mit ihren Partnern im Leichtgewichts-Vierer ohne und im Leichtgewichts-Achter des Samstagsrennen zu feiern. Am Sonntag kam hier noch ein dritter Platz im Leichtgewichts-Vierer ohne hinzu.

Henning Maiwirth erreichte an beiden Tagen das Finale im Männer-Einer und wurde im nachgeholten Rennen achter und im Sonntagsren-

nen sechster. Im Doppelvierer ergänzt ein vierter Platz die Ergebnisse des Kielers.

Für **Finja Rothhardt** war es eine ganz besondere Regatta. Zur abschließenden Vorbereitung auf die Deutsche Meisterschaft wurde die Juniorin von Clubtrainer Hauke Bartram im Leichtgewichts-Frauen-Einer gemeldet. "Ihre Leistungen auf der letzten Juniorenregatta vor der Deutschen Meisterschaft waren für mich so überzeugend, dass ich den Schritt gewagt habe, sie gegen Ruderinnen antreten zu lassen, die mindestens 2-3 Jahre älter sind, um das Rennverhalten bei sehr starken und erfahrenen Gegnern zu trainieren". Finja erreichte das Finale und lag dort bis kurz vor dem Ziel auf einem hervorragenden sechsten Platz unter 9 internationalen Starterinnen. Auf den letzten 300m versteuerte sich die junge Ruderin dann doch und wurde kurz vor der Ziellinie noch von einer Ruderin überspurtet. "Das war genau das, was wir üben wollten", so Finja nach dem Rennen "das darf mir natürlich auf der Meisterschaft nicht mehr passieren".



Melvin Müller-Ruchholtz (2. V.I.) mit seinen Partnern Jonas Nigelgen, Malte Pelle Rietdorf, Malte Anton Koch

Drei Goldmedaillen bei den Offenen Deutschen Masters

Anfang Juli fanden im Wasserpark Hamburg-Allermöhe die 106. Deutschen Großbootmeisterschaften, die 2. Offenen Deutschen Masters Meisterschaften, die 1. Deutsche Meisterschaften im Pararudern und die 72. Deutschen Hochschulmeisterschaften statt.

Die Streckenlänge betrug für fast alle Aktiven 1.000m, die es bei extremer Hitze zu bewältigen galt. In diesem Jahr gab es ein hervorragendes Meldeergebnis, so dass in den einzelnen Boots- und Altersklassen auch



die jeweils Besten aufeinandertrafen.

Bei den Offenen Deutschen Masters Meisterschaften konnte der EKRC gleich dreimal die Goldmedaille erringen und zudem eine Silbermedaille.

Siegreich war der EKRC Männer Doppelvierer in der Besetzung Carsten Riemann, Ingmar Schulz, Markus Vogel und Thomas Blicke. Sie machten es wirklich spannend, trennten sie vom Silber- und Bronzerang nur 4/10 Sekunden.

Gold gab es ebenfalls für den Männer Doppelvierer für **Georg Moll**, der zusammen mit Limburg, Lauffen und Neumünster mit zwei Sekunden Vorsprung die Ziellinie überquerte.

Gaby Schulz holte ebenfalls Gold mit ihrer bewährten Crew aus Hamburg, Essen und Lübeck im Frauen Doppelvierer. Silbermedaille Die rang Gaby Schulz zusammen mit **Janine** Howe und Susan Arndt im Doppelvierer mit Silke Frank aus Hamburg. Nach einer schleppenden ersten Streckenhälfte, musste ein fulminan-



ter Endspurt her, der das bis dahin führende Boot arg in Bedrängnis brachte. Am Ende wurde der Sieg jedoch knapp verfehlt.

Bei den Deutschen Großbootmeisterschaften (Senior Männer und Frauen) hatte der EKRC gleich zwei Achter gemeldet. Der mixed Achter erreichte einen zufriedenstellenden 5. Platz im Finale in der Besetzung: Max Kölling, Leo Damerau, Jakob Grafe, Arne Möller, Mona Flathmann, Maj Britt, Anke Seifert, Julia Creutzburg und Leslie Matthiesen sowie Stm. Felix Eckel.

Erstmals in der 157-jährigen Geschichte des Vereins sollte ein reiner EKRC Frauenachter in der Besetzung Susan Arndt, Gaby Schulz, Lena Fritze, Janine Howe, Leslie Matthiesen, Anna Brinkmann, Maj Brit, Anke Seifert, Mona Flathmann und Stfr. Julia Creutzburg ein Meisterschaftsrennen bestreiten. Das Meldeergebnis wies drei Renngemeinschaften quer durch die Republik und das reine Vereinsboot des EKRC aus. Als viertletztes Rennen am Sonntag sollte der "Plan Medaille" umgesetzt werden. Doch es kam anders: Der Wind nahm über Tag stetig zu, so dass sich der Veranstalter gezwungen sah, die Regatta abzubrechen und die Rennen der letzten 90 Minuten der Mammutregatta nicht mehr ausfahren zu lassen – Enttäuschung pur!

Ebenfalls vom Regattaabbruch war das Aushängeschild des EKRC, der für die U23 Weltmeisterschaft in Sarasota im Leichtgewichtsrudern nominierte **Melvin Müller-Ruchholtz**, betroffen. Er wollte in Rgm. mit seinen Hamburger Trainingskameraden um die Goldmedaille mitfahren, so wie die Mannschaft es im Vorlauf schon angedeutet hatte.

So blieb nur noch die Verladung der Boote und die Rückreise nach Kiel.

Bei den Deutschen Hochschulmeisterschaften starteten Lena Fritze und Anna Brinkmann zusammen mit zwei Ruderinnen aus Rendsburg für die CAU Kiel. Sie belegten den Silberrang und können sich Hoffnung auf eine Nominierung für die europäischen Titelkämpfe der Studierenden im kommenden Jahr machen.

Ebenfalls über Silber konnte sich der mixed Doppelvierer in der Besetzung Leo Damerau, Jakob Grafe, Mona Flathmann und Julia Creutzburg freuen.

Henning Maiwirth errang die Bronzemedaille im Männer-Einer der Studierenden.



Techniktraining bei Traumbedingungen

Ein voller Erfolg! Mehr muss man vermutlich nicht sagen, wenn man zurückdenkt an das 2. Masterstrainingswochenende in Ratzeburg. Das Übrige sagt das Funkeln in den Augen der Teilnehmer. 14 Ruderinnen und Ruderer hatten sich getraut, ihren Namen auf die Liste setzen zu lassen. Einige hatten 2018 bereits teilgenommen und wollten sich neue Impulse holen, um ihr Rudern weiter zu verbessern, andere waren das erste Mal dabei und fanden sich erstmals zusammen im Rennboot. Neben 12 Sportlern des EKRC konnten wir auch eine Ruderin aus Hamburg und

eine aus Preetz willkommen heißen.

Am Donnerstag, den 22. August trafen wir uns zum Aufladen der Boote. Neben 2 Vierern und 3 Zweiern fanden sogar 2 Einer den Weg auf den Trailer. Entsprechend viel Material kam dann auch in der Transportkiste zusammen, die am Ende doch ansprechend gefüllt war.

Am Freitag nach der Arbeit ging es los nach Ratzeburg. Einige kamen sogar direkt von der Arbeit zur Ruderakademie, die nun für 2,5 Tage einen Einblick in die Trainingsbedingungen an einem Bundesstützpunkt geben sollte. Nach einer kurzen Begrüßung und dem üblichen Riggern, ging es bereits ab auf den See und damit zur ersten Trainingseinheit. Ich wollte mit gerne einen Eindruck möglicher Arbeitsschwerpunkte verschaffen und selbstverständlich zur Absicherung mit dem



Motorboot nebenher und hinterher. Eine recht heterogene Gruppe, wie es zu erwarten gewesen war, die vom Rennbootneuling bis zum Titelträger der World Rowing Masters reichte. Aber genau in dieser Mischung liegt eben auch der Reiz, da so eine realistische Breite des Vereins abgebildet wird. Was alle vereint ist die Freude, sportlich und anspruchsvoll zu rudern. Die Zeit auf dem Wasser reichte knapp, um von jedem eine kurze Videoseguenz zu drehen, um diese dann nach dem Abendessen anzuschauen. Diese Visualisierung von Technik und dem Abgleich von innerem Bewegungsbild und externen Bewegungsbildern ist ein wesentlicher Bestandteil in meinem Training und kam selbstverständlich hier auch auf vielfältige Art und Weise zum Einsatz. Der eigene Eindruck ist bei solchen Veranstaltungen vielfach schlechter als der äußere Eindruck - und so war es zur Freude vieler Teilnehmer auch hier. Die som-

merlichen Temperaturen erlaubten anschließend noch ein Getränk und vielfältige Gespräche auf dem Marktplatz unter dem Sternenhimmel.

Samstag war natürlich der Haupttrainingstag. In 4 Trainingsblöcken konnte jeder an diesem Tag 2x 90min mit Begleitung und entsprechen-

den Übungen und Korrekturen an den am Vorabend ermittelten Schwerpunkten arbeiten. Erfreulicherweise kam Jürgen Wartenberg zur Unterstützung und konnte mir auf dem Motorboot so etwas unter die Arme greifen. Die freie Zeit zwischen Training, Essen und Training wurde zum Baden oder für einen Kaffee am Seeufer genutzt. Am späten Nachmittag kam zu unserer Freude noch der Lehrwart des Deutschen Ruderverban-



des Andreas König (viele kennen ihn noch aus seinen Zeiten im EKRC) zu Besuch. Die Anwesenheit des Ersten Kieler RC in der Ruderakademie konnte er sich nicht entgehen lassen. Neben der üblichen Begutachtung der Trainingsfortschritte mittels Videofeedback gab es am Abend wieder an bewährter Stelle noch einen Austausch über Apps und andere Hilfsmittel, die das sportliche Training unterstützen könnten.



Am Sonntag lag der Fokus auf der Umsetzung der neuen technischen Fertigkeiten in höhere Frequenzen und Belastungen. Die Stabilisierung der Technik unter wettkampfnahen Stressbedingungen ist ja am Ende doch das Ziel eines solchen Lehrgangs. Wie zu erwarten, funktioniert vieles von dem, was man sich mühsam kurz zuvor erarbeitet hat, hier noch nicht, so dass der positive Eindruck bei vielen Teilnehmern etwas getrübt

wurde. Die Abschlussbelastung über 1000m in der Regattabahn der internationalen Regatta auf dem Küchensee zeigte aber dann doch, dass dies nur der ungewohnten Situation am Vormittag geschuldet war. Denn trotz auffrischenden Seitenwindes fuhren alle Teilnehmer sehr erfolgreich ihr Abschlussrennen.

Was bleibt beim Organisator? Ein breites Grinsen im Gesicht über die Freude, mit der alle teilgenommen haben und bereits jetzt ihre Erneute Teilnahme angekündigt haben. Freude an der Arbeit mit Sportlern, die noch große Sprünge im Training machten, weil bereits kleine Änderungen zu den erhofften Erfolgen führten. Interessante Gespräche rund um den Club und unsere Sportart, die uns alle verbindet. Und die Hoffnung im kommenden Jahr wieder einen geeigneten Termin finden zu können, um die dritte Auflage des EKRC-Masterstrainingswochenendes durchführen zu können.

Hauke Bartram

milch43 entwickelt, gestaltet und fertigt werbung

0431 2209890 milch43.de

Nur noch wenige Wochen: Coastal WM in Hong Kong



Die Mannschaft des Doppelzweiers (v.l.n.r.): Maximilian Melle (Schlag) und Niklas Habermann (Bug). Beide haben den EKRC bereits in den vergangenen Jahren als Mitglieder der Leistungssport-Abteilung auf diversen Regatten vertreten.

Es ist wieder soweit! Die Weltmeisterschaften im Coastal-Rudern stehen kurz bevor und wir vom Coastal Team des EKRC sind im vierten Jahr in Folge mit am Start. Hier ein haben wir ein paar Punkte zusammen getragen die für dich wichtig sind!

<u>Den letzten Sonntag im Oktober solltest du in deinen Kalender eintragen!</u>

Das solltest eigentlich sowieso schon getan haben, denn am 27. ist nicht nur die Zeitumstellung sondern auch das Abrudern der Kieler Rudervereine. Für uns ist das der Tag an dem wir uns auf den Weg nach Hong

Kong machen um vom 1. bis zum 3. November gegen die internationale Konkurrenz im Coastal-Rudern anzutreten und täglich berichten. Wir werden in zwei Bootsklassen starten: dem Männer-Doppelzweier und dem gesteuerten Männer-Doppelvierer. Für den Vierer wird es die dritte Teilnahme sein, der Zweier feiert dort im Hafen von Hong Kong sein Coastal-Debut. An den ersten beiden Renntagen werden wir um den Einzug ins A-Finale der besten 20 Boote kämpfen, bevor am dritten Tag das jeweilige Finale in den Bootsklassen ansteht. Bei Gegnern aus allen Teilen der Welt ist Spannung garantiert!

Steig zu uns ins Boot!

Mit dem Erscheinen dieser Clubmitteilungen befinden wir uns mitten im Training für diese Regatta. Dazu haben wir den Coastal-Vierer des Deutschen Ruderverbandes nach Kiel geholt. Da sich unsere Wasserzeiten hauptsächlich auf die Wochenenden beschränken, möchten wir dir die Option geben, Coastal-Rowing unter der Woche auszuprobieren! Du kannst jeden Montag und Mittwoch zu den aktuellen Trainingszeiten zu uns ins Boot steigen. Wir fahren dorthin wo die Wellen am höchsten sind, die Fördedampfer



Die Mannschaft des gesteuerten Doppelvierers (v.l.n.r.) Henning Maiwirth, Max Kölling (Schlag), Felix Eckel (Steuer), Jakob Grafe und Simon Kuwert (Bug). Die Mannschaft hat in der gleichen Besetzung auf der letzten Coastal-WM den 6. Platz belegt.

werden unsere neuen Freunde und du wirst wahrscheinlich noch nie in einem Ruderboot so schnelle Wenden gefahren sein, wie wir sie um die Fahrwassertonen der Förde fahren werden. Trage dich dazu am schwarzen Brett im Club ein! Es macht unglaublich viel Spaß - versprochen!

Verfolge unsere Teilnahme im Internet!

Wir wollen dich so nah wie möglich an unserer Reise teilhaben lassen. Auf unserer neuen Internetseite www.ekrc.de/coastal-rowing bekommst du alle Informationen zu den Rennen. Dort findest du dann auch tagesaktuelle Berichte inklusive Fotos. Und wir erzählen dir, wie du die Rennen live im Internet verfolgen kannst. Folge uns außerdem gerne auf Instagram unter @EKRC.Coastal wo wir dir noch mehr Blicke hinter die Kulissen geben werden.

Unterstütze unser Team!

Dass wir an dieser Weltmeisterschaft teilnehmen können, erfordert einige organisatorische und finanzielle Hürden zu meistern. Gerade Flüge, Unterkunft und Bootsmiete vor Ort sind für uns relativ große Beträge welche die Kosten in die Höhe treiben. Du kannst diese Last mit jeder (auch noch so kleinen) Spende ein bisschen von unseren Schultern nehmen, wofür wir dir sehr dankbar sein werden! Wenn du Coastal-Rowing für eine geniale Idee hältst, oder du dich freust die EKRC-Farben auf der anderen Seite der Welt zu sehen, wende dich doch gerne mit dem Verwendungszweck Coastal Rowing an das Spendenkonto des EKRC das du hinten im Impressum findest.



RESTAURANT CAFÉ | EVENTS

SCHÖNE AUSSICHTEN











Restaurant Schöne Aussichten | Düsternbrooker Weg 16 in Kiel
Unser abwechslungsreiches Mittagstischangebot finden Sie immer aktuell online.
Reservierungen unter 0431 2108585 oder online unter schoene-aussichten-kiel.de



Die Winterwoche 2019/20

Erster Kieler Ruder-Club von 1862 e.V.

Montag			
09:00 - 11:00	E	Erwachsene – Freizeitrudern	
16:00 - 18:00	* J	Jugendliche FG/WG - Krafttraining, Ergomete	er
16:00 - 17:00		Cinder – Hallensport	Sporthalle am Ravensberg
17:00 - 18:00		Kinder/Erwachsene – Tabata/Crossfit	Rankestraße 2
18:30 - 19:30	* E	Erwachsene – Krafttraining / Ergometer für Ei	
Dienstag			
06:30 - 07:15	* E	Early Bird - Team Rowing light, anschl. Frühs	stück
16:00 - 17:30		Jugendliche LG – Krafttraining, Ergo	
17:30 - 18:00		Jugendliche LG/WG – Ruderbecken	
18:00 - 20:00		Erwachsene – Krafttraining und Ergometer	
Mittwoch			
10:00 - 12:00	E	Erwachsene – Freizeitrudern	
16:00 - 17:00	* J	Jugendliche LG – Ergometer	
17:00 - 19:00	* J	Jugendliche FG/WG - Radtraining auf der Ro	olle
17:00 - 18:30	* F	Kinder – Ergometer	
18:30 - 19:30	* E	Erwachsene – Riemenrudern im Ruderbecker	n
18:00 - 19:00	* E	Erwachsene - Team Rowing	zu jedem Termin online anmelden:
19:15 - 20:15	* E	Erwachsene - Team Rowing	www.ekrc.de/rudern/team-rowing/
Donnerstag			
09:00 - 11:00	E	Erwachsene – Freizeitrudern	
16:00 - 17:30	* J	Jugendliche LG/WG – Krafttraining, Ergo	
16:30 - 17:30	E	Erwachsene – Ruderbecken Gruppe Pau	
17:30 - 18:00	* J	Jugendliche LG/WG – Ruderbecken	
18:00 - 19:00	* E	Erwachsene – Team Rowing,	Anmeldung: www.ekrc.de/rudern/team-rowing/
Freitag			
10:15 - 11:15	* }	Ältere Erwachsene – Rückenschule mit Rain	er
16:00 - 17:00	* J	Jugendliche LG/WG – Ergometer	
16:00 - 18:00	* 1	Kinder/Jugendliche – Ausdauertraining	
17:00 - 19:00	* J	Jugendliche LG/WG – Radtraining auf der Ro	olle
18:00 - 19:00	* E	Erwachsene – Zirkeltraining für Einsteiger und	d Breitensportler
19:00 – 20:00 Samstag	* E	Erwachsene – Krafttraining und Ergometer, M	lasters-RuderInnen
10:00 - 12:00		Alle – Freizeitrudern	
10:00 - 12:00		Jugendliche LG – Training auf dem Wasser	
12:00 - 14:00		Jugendliche LG – Krafttraining	
Nachmittag		Norkshops zu verschiedenen Themen nach	h Aushang
Sonntag			an endoes with the
10.00 - 12.00	E	Erwachsene – Rudern oder Ergometer	
10:00 - 12:00		Jugendliche LG/WG – Ergometer	
15:00 - 18:00	* J	Jugendliche FG/WG – Radtraining auf der Ro	olle

Freies Training im Fitnessraum jederzeit, aber bitte nur außerhalb der obigen Zeiten!

Die letzte Gruppe am Tag fegt nach dem Training einmal den Kraftraum durch

^{*}diese Angebote erfolgen unter Betreuung durch unsere Trainer und Übungsleiter
Kinder und Jugendliche: FG = Freizeitsportgruppe, WG = Wettkampfsportgruppe
Die Termine gelten zwischen Abrudern und Anrudern, also 27. Oktober 2019 bis zum 29. März 2020
Im Winter findet keine Ausbildung für Ruderanfänger statt. Bei Dunkelheit wird nicht gerudert!
www.ekrc.de

Termine

EKRC-Terminkalender

~~	•	^
-71		v

13.10.	Wandertahrt Plön
27.10.	Abrudern aller Kieler Rudervereine, Treffen: 10:00 Bootshaus
09.11. 10:00 – 14:00	Gemeinschaftsarbeit, wir machen den Club winterfest
16.11.	Gemeinschaftsarbeit, Bootspflege

16.11. Gemeinschaftsarbeit, Bootspflege23.11. Gemeinschaftsarbeit, Bootspflege

23.11. Pellkartoffelessen

30.11. Gemeinschaftsarbeit, Bootspflege

2020

19.01. Grünkohlessen

21.03. Gemeinschaftsarbeit, Aufklaren für die Saison

26.03. Jahreshauptversammlung

29.03. Anrudern der Kieler Rudervereine

21.04. – 07.05. Anfängerkurs

06.06. Rudern gegen Krebs

Regattakalender

03.10. Boizenburg – Lauenburg, Lauenburg *)

O5.10. Quer durch Berlin, Berlin *)
O2.11. FARI Cup Hamburg *)

Erläuterungen zum Winterprogramm

Der Winterplan auf der vorigen Seite gibt einen ersten Ausblick auf unsere Planung für die Wintersaison. Wie immer kann sich in der Feinabstimmung hier und dort noch etwas ändern.

Neben altbewährten Veranstaltungen gibt es auch einige Neuerungen. Der Termin am Montagabend richtet sich primär, aber natürlich nicht nur, an unsere neuen Mitglieder. Wie wollen hier die verschiedenen Facetten des Trainings – von Krafttraining über Zirkel bis zum Ergometerrudern – so aufbereiten, dass jeder ohne Vorkenntnisse teilnehmen kann.

Am Samstagnachmittag haben wir in der Vergangenheit ja schon Einzeltermine zu verschiedenen Themen angeboten. Dies wollen wir etablieren und um allgemeine Themen rund ums Rudern erweitern. Denkbar wären neben sportlichen, wie z.B. Einführung ins Ergometerrudern, auch Themen wie Erste Hilfe oder Bootskunde. Wenn Ihr von Eurer Seite Wünsche, Ideen oder Vorschläge habt, wendet Euch gerne an uns.

Zu guter Letzt ist uns das Thema Sauberkeit im Fitnessraum ein Anliegen. Der wahrscheinlich schönste Trainingsraum Kiels versinkt häufig im Dreck, weil sich niemand so richtig berufen fühlt, hier Hand anzulegen. Daher wollen wir folgendes Prozedere versuchen: Jeden Abend, wenn die letzte Gruppe ihre Ergos zurückstellt oder Geräte wegräumt, greifen sich einige der Gruppe den Besen oder Sauger und fegen bzw. saugen einmal durch. Gemeinsam ist das schnell gemacht und so sollten wir es schaffen, unsere Sportstätte wieder einladender zu erhalten.

^{*)} diese Regatten sind auch für Regattaneulinge geeignet. Weitere Info siehe CM 1/19

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 28. März 2019



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.: 0431-28 92 71 37 Tel.: 0431-30 03 47 57 0151-11 87 43 56 goedtel@ekrc.de 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



Hans-Martin Hörcher Bernd Ufermann Gerstenkamp 31, 24147 Kiel Louisenlunder Weg 13b Tel.: 0172-53 48 768 24357 Fleckeby



hoercher@ekrc.de Tel.: 0177-388 91 74 ufermann@ekrc.de



Jürgen Kähler Frank Engler

Schriftwart Vergnügungswart

Narvikstraße 18, 24109 Kiel Grunewaldstraße 32, 24111 Kiel Tel.: 0431-52 40 48 Tel.: 0431 69 78 37 engler@ekrc.de



Vorsitzender Jugendabteilung Ältestenrat

Hialmar Hellwig Jens Paustian (Vorsitzender)

Tel.: 0431-69 16 62 Tel.: 0157-89 20 58 63 Jürgen Duwe

hjalmar@ekrc.de Claus Heinrich, Bernd Vobbe



Impressum

Herausgeber und Verlag

Erster Kieler Ruder-Club von 1862 e.V. (EKRC) 92. Jahrgang erscheint i.d.R. viermal jährlich

Postanschrift

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

V.i.S.d.P. siehe "Redaktion" Bankverbindung: Fördesparkasse

IBAN: DE06 2105 0170 0000 4357 76 / BIC: NOLADE21KIE

Spendenkonto: Kieler Volksbank eG

IBAN: DE86 2109 0007 0093 0805 06 / BIC: GENODEF1KIL



milch43

Hans-Martin Hörcher Gerstenkamp 31 clubmitteilungen@ekrc.de homepage@ekrc.de

24147 Kiel, Tel.: 0172-5348768

Druck und Herstellung

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

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

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe ist 15. November 2019













Farbe und Interieur

Handwerkliche Meisterleistung aus einer Hand:

> Lorenz Sanitär GmbH Lorenz Elektro GmbH

Gerhardstraße 21 | 24105 Kiel

Telefon 0431-56 10 11

