





Clubmitteilungen

Erster Kieler Ruder-Club von 1862 e.V.

Inhalt

lifeibild	
Bootstaufe (Foto: Sandra Fleischer)	
Inhaltsverzeichnis	3
Aus Vorstand und Redaktion	
Willkommen an Bord	5
Neue Mitglieder	5 5 7 7 9
Wir danken für die Spenden	5
Winter-Ruderverbot	/
Hallo, liebe Ruderfreunde!	/
Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag	
Anrudern 2005	11 13
Sommerfest 2005	13
Ein wichtiger Hinweis Hans Tolk (E-Vierer neu)	15
Hans loik (E-vierer fieu)	
Regatten	
Erfolgreicher Start der Masters-Szene in die Regattasaison 2005	17
Staffelrudern mit EKRC in Hamburg	19
Rudermarathon in Potsdam	22
"Huch, wir haben ja gewonnen!" Kieler Stadtachter 2005	25
Head of The River Race 2005	27
Wanderfahrt	
Vogalonga 2006	30
Aus der Presse	
Mit den Wellen voran	31
Will dell Wellen Vordin	31
Funktionskleidung – II. Teil	
Wissenswertes zum Thema: winddicht – wasserdicht – atmungsaktiv	34
Einzugsermächtigung	36
Vorstandsmitglieder	37
Impressum	38



Willkommen an Bord

Das diesjährige Umweltfest auf der Holtenauer Straße hat große und kleine Wogen geschlagen. So fühlten sich einige Jugendliche animiert, nach dem Wettkampf auf dem Ergo sich auch mal aufs Wasser zu trauen. Die schon seit Anfang der Saison bestehende Gruppe von einigen Jugendlichen wuchs teilweise auf 30 an einem Nachmittag an, so dass dringend Ersatz für Hardy Schulz her musste, der uns bedauerlicherweise gen Samoa verlässt. An dieser Stelle sei ihm für seinen Einsatz herzlich gedankt!

Trotz des weiterhin bestehenden engagierten Teams von Jugendtrainern (Ariane Schulz, Matthias Falk, Benjamin Mewe und Karsten Lampe), benötigte unser Verein einen hauptverantwortlichen Ausbilder als festen Ansprechpartner für die Jugendabteilung. Für diese wahrlich nicht leichte Aufgabe konnte zwar kein Kaiser, doch aber ein König gewonnen werden.

Andreas König hat langjährige Erfahrungen als Übungsleiter an der Uni und ist seit 1999 Leiter des Lehrteams des Ruderverbandes Schleswig-Holstein. Darüber hinaus leitet er die Ausbildungen von Fachübungsleiter C und Trainer B des Deutschen Ruderverbandes. Er übernimmt ab sofort die Koordination der Jugendausbildung in enger Kooperation mit unserem Trainer Karsten Lampe, dessen Aufgabe weiterhin hauptsächlich die Betreuung der Regattaruderer ist.

Wir freuen uns, Andreas in unserem Verein begrüßen zu können und sagen ihm im Namen aller Mitglieder unsere Unterstützung bei der Betreuung unseres Rudernachwuchses zu! Carola Reimann und Dr. Sven Pulletz

Neue Mitglieder

Moritz von Wildenrat Heiko Balzerek Oliver Wiehler Katharina Polchau Daniela Baur Heidrun Prey York-Anton David

Philipp Hezel Johannes Sporman René Rosenberg Regina Klose Bärbel Thiel Stephan Opitz Maren Petersen

Johannes Hezel Alexander Hötzel Stefan Albrecht Inga Klose Antonia Tänzer Thorge Müller

Lukas Burmeister Oliver Bramwell Anne-Gret Castagne Frank Engelhardt Axel Schmuser Erika Friese

(Stand: 1. Juli 2005)

Wir wünschen Euch allen eine schöne Rudersaison und viel Spaß an Land und zu Wasser!

Wir danken für die Spenden

Ingmar Schulz, Manfred Diercks, Dr. Renate Tolk, Dr. Jochen Tolk

Alle Jahre wieder diskutieren wir im Vorstand nach Beschwerden einiger weniger Mitglieder über das Ruderverbot für Einer und Rennboote ohne Motorbootbegleitung.

Kein noch so erfahrener Ruderer wird abstreiten können, dass es nicht Situationen gibt, in denen man mit diesen Bootsgattungen umkippen kann. Und sei es nur die Dolle, die an einem 30 Jahre alten Trimmi bricht.

Bei der Feuerwehr gibt es die grobe Regel, dass sich eine bekleidete Person pro Grad Wassertemperatur eine Minute über Wasser halten kann. Wissenschaftler aus UK haben unter kontrollierten Bedingungen einen olympischen Silbermedaillengewinner bekleidet bei 10 °C ins Wasser geworfen. Nach ca. 10 Minuten war er nicht mehr in der Lage kontrollierte Schwimmbewegungen auszuführen. Ich gebe zu, vielleicht hätte der Olympiasieger eine bessere Figur gemacht. Da jetzt die Sommersaison anfängt, haben alle noch einmal die Möglichkeit darüber nachzudenken, wie schnell die Wasserschutzpolizei einen aus der Förde fischen kann und wie wertvoll man das eigene Leben so einschätzt.

Der Vorstand hat jedenfalls einstimmig beschlossen, dass dieses Winter-Ruderverbot bestehen bleibt!

Dies gilt für alle Mitglieder und Gäste der EKRC sowohl auf der Förde als auch in Rendsburg. Wer das ganze für Blödsinn hält, der möge doch, solange das Wasser noch kalt ist, an dem Steg mal für 10 Minuten ins Wasser springen (bitte nur da, wo man noch stehen kann).

Dr. Sven Pulletz

Hier die genaue Regelung (sie steht auch an allen Hallentüren): Alle Einer und Rennzweier sind vom 1. November bis 30. April ohne Motorbootbegleitung gesperrt. Die Gigzweier ohne Steuermann sind mit Schwimmweste zu rudern.

Hallo, liebe Ruderfreunde!

Diese Ausgabe der Clubmitteilungen 1/2005 ist wieder einmal richtig gut gelungen. Besonders, wenn man fernab ansässig ist, wird die Clubzeitung besonders erwartet und ausgewertet. Es sind viele kleine Anregungen und nützliche Hinweise dabei – ich gratuliere zu der Aktualität und dem Niveau der Mitteilungen.

Leider bin ich weit ab – werde aber immer von dem sogenannten "Freitags-Vierer" aufgenommen und darf eine Woche mit dabeisein – in diesem Jahr geht es nach Frankfurt/Oder über Küstrin bis an den Rand von Berlin – natürlich mit der "Tom Kyle".

Mit rudersportlichen Grüßen aus dem fernen Oberbayern, Kalle (Karlheinz Schmidt-Roepke, von 1955 bis 1957 im Vierer und Achter mit Christian Prey).

Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag

Juli

- 01. Eva Keller
- 02. Oliver Wiehler
- 04. Hans-Werner Kühl
- 09. Rainer Bohn
- 10. Jürgen Kähler Hans-Peter Weissferdt
- 13. Denis Hayes Christoph Hubbermann Heinz Kröncke Alexander Waap
- 14. Thomas Henning Jannik Schönwälder
- 15. Volker Bruck
- 16. Günther Eggerstedt Uwe Johannsen
- 17. Hans Henningsen
- 18. Klaus Gravert Ulf Schröder Hans-J. Wartenberg
- 19. Katharina Polchau
- 20. Benjamin Mewe Heike Roggenbrodt
- 21. Joachim Peters
- 22. Heinz-Uwe Mohr
- 24. Rolf Reimers
- 27. Knut Kirchberg Kai Henning Schmidt Karlheinz Schmidt-Roepke **Justus Tolk**

- 29. Niels Benthin Peter Schaede
- 30. Wilhelm Sierth
- 31. Detlef Köpke

August

- 01. Andreas Kurda
- 03. Oliver Bramwell
- 04. Volker Kriegel Ernst-Theodor Mayer
- 05. Claus Diedrichsen
- 06. Lars Rölver
- 12. Klaus Benske
- 13 Ullrich Kraack
- 15. Ulrike Jonas
- 17. Thorge Müller
- 20. Karl-Heinz Timm
- 21. Sebastian Husfeld Anne-Christine Otto
- 22. Vilko Rauert
- 23. Ulf Beck
- 25. Frank Howe Martin Lorenzen Judith Walcher
- 30. Bettina Schipull

September

01. Sabine Gödtel Christiane Kaczenski Karl-Otto Marwäde

- 02. Kathrin Schrader
- 03. Tim Weber
- 05. Gerrit Wiedow
- 06. Ulf Solterbeck
- 07. Gunnar Meyer
- 08. Lucas Möll
- 14. Björn Claaßen
- 17. Daniela Baur Britta Dilba
- 18. Leon Schulz
- 19. Eckhard Hilse Doris Hoffmann
- 20. Florian Martin
- 21. Hans-Martin Hörcher Carsten Rickert
- 22. Jan Gruber Patrick Plagge
- 27. Florian Kleinicke
- 28. Karl-Heinz Kramer Joachim Schuster
- 29. Gunnar Kock Ralf Wusterbarth
- 30. Hinrich Hanssen

Der Vorstand und die Redaktion wünschen den Geburtstagskindern alles Liebe und Gute für das neue Lebensjahr, sowie immer eine Handbreit Stefan von Weydenberg Wasser unter dem Kiel!





Anrudern 2005

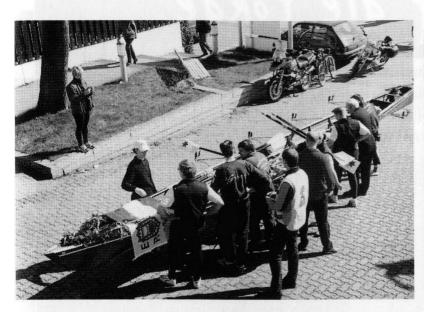


Wieder einmal wurde die Kieler Rudersaison gemeinsam von allen Ruderclubs begonnen. Die sogenannte Ruderlobby vom Düsternbrooker Weg und von der Schwentinemündung veranstaltete ihr offizielles Anrudern am Sonntag, dem 4. April um 11.00 Uhr am Ende der Förde, im

Bereich der Kai-City Kiel. Von der Hörnbrücke aus zeigte sich den Zuschauern ein buntes Bild. Klaus Härtel als Koordinator der Schüler-Ruder-Clubs gab das Kommando zum Anrudern. Wieder einmal waren alle Altersgruppen in den Booten vertreten.



Beim EKRC wurde anschließend eine Bootstaufe für den neuen Dreier mit Steuermannsitz auf den Namen "Hans Tolk" vorgenommen. Eine Grillparty im Restaurant "Schöne Aussichten" bot anschließend den Ausklang.





Insgesamt waren 150 Aktive in 37 Booten, darunter Rennboote genauso wie die Traditions-Holzboote auf der Förde. Auch die Achter, die sich im Wintertraining auf das große Rennen zur Kieler Woche (Stadtachter) vorbereitet haben, wurden aufs Wasser gelassen.

Der Erste Kieler Ruder-Club, die Rudergesellschaft Germania und der akademische Ruderclub sowie die Rudergesellschaft Dithmarsia haben sich zusammen mit den Schüler-Ruderclubs für dieses Jahr viel vorgenommen. U. a. wurde eine gemeinsame 25köpfige Mannschaft für das Staffelrudern im Juni in Hamburg gemeldet. Auch für die World Masters in Glasgow (Altherren-WM) ist man mit dem EKRC-Achter gut positioniert.

Darüber hinaus sind die klassischen Wanderfahrten auf der Schwentine (Eutin bis Kiel) und auf dem Westensee-Nord-Ostseekanal bzw. auf der Schlei bereits fest eingeplant.

Rainer Bohn, Fotos: Sandra Fleischer

Sommerfest 2005

Unser diesjähriges Sommerfest findet am 20. August 2005 statt. Hans Rudolf Schröder lädt wieder ein und bürgt für Qualität.

Ein wichtiger Hinweis

Bitte denkt bei einer Adressenänderung auch daran, diese dem Ruderclub mitzuteilen. Eine Adressenauskunft über das Einwohnermeldeamt kostet 5 Euro (in Bremen schon 6 Euro). Das sind vermeidbare Kosten, die wir alle tragen.

Jürgen Kähler, Schriftwart

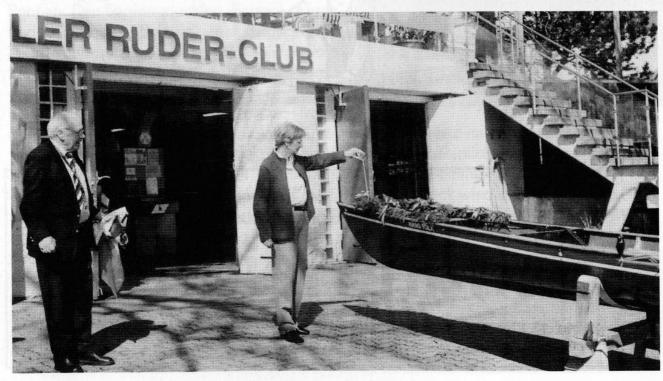
Hans Tolk (E-Vierer neu)

Nach welchem Verfahren werden Boote benannt? In der Regel wird ein verdientes Clubmitglied geehrt oder man einigt sich für dien Nachwuchs und die Ausbildungs boote auf einen "jugendlichen" Namen. Hans Tolk hat sich um den Club verdient gemacht. Das neue nach ihm benannte Cevlar-Boot (ein E-Boot) mit VA-Stahlauslegern, mit praktischen Tragegriffen oberhalb der breiten Gondelleisten, mit bequemen Rollsitzen (größere Löcher) eignet sich sehr gut als Fahrtenboot. Die anfänglichen Probleme der Rollsitz-Statik auf der Rollbahn und das Geräusch beim Rollen sind nach einigen

Beanstandungen beseitigt. Das Boot kann als Dreier mit Steuermann/-frau bzw. als Vierer ohne gefahren werden. Meiner Meinung nach ein schönes neues Teil der EKRC-Ressourcen. Die Skulls sind zwar leicht, aber im Grip besonders gewöhnungsbedürftig, weil die Griffe einen geringeren Durchmesser als alle bisherigen haben.

Rainer Bohn





Erfolgreicher Start der Masters-Szene in die Regattasaison 2005

Die "Neigungsgruppe" Masters-Rudern des EKRC startete auf den Regatten in Lübeck, Hamburg und Segeberg erfolgreich in die Regattasaison 2005.

Auf der Lübecker-Ruderregatta konnten zunächst unsere World-Masters Sieger des vergangenen Jahres im Doppelzweier der Altersgruppe C, Rolf Zumegen und Dieter Leptien, den ersten Sieg für den EKRC verbuchen, obwohl ihnen mit der "Lorinki" nicht das gewohnte Boot zur Verfügung stand. Gleich im Anschluss an dieses Rennen legten Ariane Schulz und Judith Walcher im Seniorinnen-Doppelzweier nach. Die beiden Masters-Ruderinnen konnten sich im Endspurt noch an ihren Gegnerinnen vorbeischieben und siegten schließlich mit 2/10 Sekunden Vorsprung gegen die wesentlich jüngeren Konkurrentinnen. Abgerundet wurde das gute Abschneiden durch einen Sieg von Ariane und Ingmar Schulz im offenen Mixed-Zweier. Zudem konnten Bernd Klose und Ingmar Schulz im Masters-Doppelzweier der Altersklasse B einen guten zweiten Platz erringen. Sie mussten sich lediglich dem Boot von der Hamburger und Germania geschlagen geben. Besser konnte die Regattasaison für die EKRC Mastersruderer kaum beginnen.

Am Samstag, den 11. Juni stand dann der Besuch der "Hummelregatta" in Hamburg auf dem Programm. Morgens begrüßt durch unseren ersten Vorsitzenden sowie dessen Ehefrau und unserem "Schlachtenbummler" Murmel gingen wir zuversichtlich in die Rennen. Den Beginn machten diesmal Ariane und Judith im Doppelzweier der Altersgruppe A. Im vollbesetzten Feld setzten sie sich vom Start an in Führung. Leider gerieten sie aufgrund des starken Seitenwindes in die Bahnbegrenzungsbojen und fielen zurück. Trotz-



dem haben sie gezeigt, dass sie auch mit starker Konkurrenz mithalten können, so dass sie das Fernziel, die World-Masters-Regatta in Glasgow, zuversichtlich in Angriff nehmen können. Im Mixed-Doppelzweier konnte Ariane dann zusammen mit Ingmar einen klaren Start-Ziel-Sieg erringen und damit ihren Erfolg aus Lübeck wiederholen. Auch im Doppelvierer der Altersgruppe B konnten die Ruderer Bernd Klose, Ulf Beck, Gunnar Meyer und Ingmar Schulz eine guten zweiten Platz im ebenfalls vollbesetzten Feld gegen die Boote aus Berlin, Schwerin, Rostock und Hamburg erringen. Am Sonntag, den 12. Juni startete Ingmar noch im Masters-Einer auf der Ruderregatta in Bad Segeberg und konnte dort in der Altersgruppe A einen Sieg für den EKRC errudern.

Auf der nächsten Regatta in Salzgitter wurden am 16./17. Juli u. a. mit Gaby Schulz und Adrian Schulz fünf Erfolge erzielt. Ein Bericht folgt.

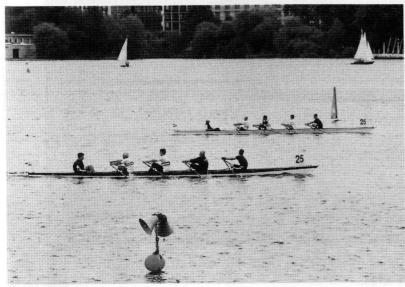
Ingmar Schulz

Staffelrudern mit EKRC in Hamburg

Renngemeinschaft aus Kiel plaziert sich auf dem Rang zwölf in der Gesamtwertung und auf Platz 3 in der klassifizierten Wertung. Die Kieler Altersgruppen von 16 bis 74 Jahre waren gut im Rennen vertreten.



Insgesamt hatten 20 Ruderclubs und Rudergemeinschaften zum traditionellen Staffelrudern gemeldet. Mit der Nummer 25 kämpfte die Renngemeinschaft aus dem Ersten Kieler Ruder-Club, Schülerruderclub O.R.C. Neptun (Hebbelgymnasium) und Rudergesellschaft Germania Kiel in einem Regattafeld von Clubs aus Lübeck bis Leipzig und Kiel bis Oberhausen in einem unterschiedlichen Feld von Masters- und Fitnessruderern bzw. Regatta- und Wanderruderern.





Am Start mit Nr. 25: EKRC

Regatten



Die Strecke betrug 3,5 km je Runde. Insgesamt wurden von allen Teilnehmern 650 Runden gefahren.

20 Kieler Ruderer glänzten durch die spontanen Zusammenstellungen der vier Mannschaften für die zwei Boote. In diesen Booten ruderten dann die verschiedenen Altersgruppen. Selbst "Rino" Kröncke (74) vom EKRC war sich nicht zu schade, die Staffeln im Boot zu übernehmen. Das Rennen lief von 11.00 Uhr früh bis 19.00 Uhr. Bis 14.00 Uhr waren die Kieler auf Platz 2 der klassifizierten Wertung.

Hagelschlag und Sturmböen beeinträchtigten das Rennen hinsichtlich der Geschwindigkeiten. Außerdem waren teilweise die Boote in enger Folge an den Engpässen der Alster unterhalb der Kennedybrücke extrem technisch gefordert. U. A. ging ein Ausleger des EKRC-Bootes zu Bruch. Das Ersatzboot von Germania kam zum Einsatz.





Die besten Runden wurden unter 13 Minuten gefahren. Das 8-Stunden-Spektakel endete mit einer Platzierung auf Platz 12 von 20 bzw. 3 von 6 in der klassifizierten Sparte. Die beteiligten Clubs der Kieler Ruderlobby hatten ein gutes gemeinsames Ergebnis für weitere Aktivitäten von Renngemeinschaften der Fitnessruderer.

Michael Böhmer, Fotos: Sandra Fleischer

Regatten

Rudermarathon in Potsdam

Freitag abend im Winter in der Sportstunde. Sven und Lars unterhalten sich über eine Veranstaltung an Pfingsten: einen Rudermarathon von 44 km rund um Potsdam, ausgerichtet von der Potsdamer Rudergesellschaft. Heike hört dies und ist sofort begeistert: "Da machen wir auch mit!" Also meldet Sven uns an: einen Frauendoppelvierer mit Heike Roggenbrodt, Eva Keller, Christina Vankeirsbilck, Sandra Fleischer und Sabine Gödtel und einen Männerriemenvierer mit Lars Rölver, Jens Peters, Johannes Spurmann, Sven und Florian Pulletz.

An den kommenden Sonntagmorgen besteht nun also für die Frauencrew keine Möglichkeit mehr, einmal auszuschlafen, nein, es ist Rudern angesagt. Die Trainingsstrecke wird immer länger (einmal Laboe und zurück) und es läuft immer besser. Auch diverse Aushilfen und Ersatzsteuerleute tragen zu dem guten Trainingserfolg bei. Danke an alle! Wir haben nun das Gefühl, es könnte klappen, wir werden die 44 km überstehen. Das Männerboot dagegen trainiert nach dem Motto "Qualität statt Quantität" und schafft es doch tatsächlich, ganze dreimal zusammen zu rudern.

In der Woche vor Pfingsten tauchen dann Gerüchte auf, die besagen, dass nur drei Boote diesen Marathon mitrudern werden. Das wirkt auf uns erstmal etwas demotivierend, so ganz ohne Konkurrenz starten zu müssen, aber wir beschließen, trotzdem zu fahren und das Beste daraus zu machen.

Vor dem Rennen

Freitag morgen fahren wir Frauen los nach Potsdam. Beim Gastronomen im Ruderclub stärken wir uns erstmal mit Kaffee und Apfelstrudel und erkunden dann die Lage. Wir müssen nämlich zum kleinen Wannsee, unsere Boote abholen. Sven hat dies gut organisiert: die Boote bekommen wir vom Schülerruderverband am Wannsee geliehen und eine Mannschaft, die das Riemenboot die 15 km vom Wannsee nach Potsdam rudert, steht dort auch schon bereit in Form von Svens Familie und Franzi von Dresdenia Berlin. Leider müssen sie Stunden auf die großstadtunerfahrenen Kieler warten. Svens Aussage, die Fahrt mit der S-Bahn zum Wannsee dauere nur eine halbe Stunde, erweist sich für uns als nicht zutreffend: wir brauchen fast die doppelte Zeit, bekommen dafür allerdings schon einen kleinen Eindruck von Potsdam.

Bei Sonnenschein rudern wir dann nach Potsdam zurück, genießen die Landschaft (leider blühen die Obstbäume nicht mehr, wie es in der Ausschreibung angekündigt war) und testen schon mal das Boot. Da Kuddel und Heike Werkzeug dabei haben, können wir das Boot dann entsprechend umriggern, um Samstag optimal damit rudern zu können.

Kost und Logis

Am Steg in Potsdam werden wir vom 1. Vorsitzenden der Potsdamer Rudergesellschaft persönlich in Empfang genommen. Alle helfen mit, die Boote an Land zu bringen. Und



danach gehts los mit der Nudelparty. Die anderen Ruderer – Konkurrenten? – sind auch schon da und nach einer kurzen Begrüßung beginnt das Nudelgelage.

Die Übernachtung erfolgt für uns im Olympia-Stützpunkt in einem Sportinternat. Die Zimmer sind ganz ordentlich, gut beheizt und nach dem Lüften dann auch gut besiedelt, aber für zwei Nächte wird es gehen. Allerdings bekommen wir die Anweisung, im Haus weder zu rauchen noch zu torkeln (der Hinweis gilt speziell für die Männer – warum wohl?).

Am nächsten Morgen trudelt auch der letzte Kieler ein und die Männer testen noch mal kurz ihr Boot. Wir erfahren jetzt auch, dass sich doch insgesamt fünf Boote angemeldet haben. Nach einer kurzen Streckenbesprechung kann es dann los gehen. Wir rudern zum Start. Alles klar und dann startet der Marathon.

3 Stunden, 33 Minuten

Die Sonne vom Vortag hat sich verzogen, übrig bleibt ein ungemütlicher Wind, der uns dann teilweise zu schaffen macht. Die Strecke führt einmal rund um Potsdam herum, über

Regatten

diverse Seen, z. T. durch ein Landschaftsschutzgebiet, das für Motorboote gesperrt ist – herrlich zu rudern! Quälend wird es, als wir einen Kanal entlang rudern müssen: 10 km lang, mit Gegenwind und er hört und hört und hört nicht auf. Endlich meint Sandra: "Ich sehe schon die Glienecker Brücke, es ist nur noch ein Kilometer" – aber das ist nur zur Motivation gedacht, es zieht sich noch ziemlich hin. Dann sind wir doch an der Brücke und wissen von gestern, es ist jetzt nicht mehr weit. Eine kurze Pause noch und danach ziehen wir die letzten Kilometer durch. Trotz Wasser im Boot und ungemütlichem Wellengang schaffen wir es.

Kuddel hat sein Fahrrad dabei und begleitet uns an Land: von Brücken und Uferböschungen ertönt dann plötzlich sein "Juhu" und das motiviert doch ungemein.

Nach 3 Stunden und 33 Minuten ist es für uns vorbei. Gott sei Dank! Wir werden am Steg begrüßt, bekommen eine Medaille umgehängt und erfahren, dass die anderen auch noch nicht so lange da sind. Wir sind nur 10 Minuten langsamer als das Vorgängerboot (in dem eine echte Olympiasiegerin saß). Danach ist im Bootshaus noch eine kleine Siegerehrung angesagt, in der jedes Boot mit netten Worten gelobt wird und jeder eine Urkunde erhält. Denn gewonnen haben ja eigentlich alle!

Anmerkung: Mir wurde aufgetragen, zu erwähnen, dass der Stellvertretende Vorsitzende Sport sich hat ins Ziel rudern lassen. Dies ist hiermit geschehen.

Sabine Gödtel

CLUB-KLEIDUNG

in den original EKRC-Clubfarben

Ruderhemd, 1/2 Arm	€ 33,-	Anstecknadel	€ 3,-
Ruderhemd, Träger	€ 31,-	Wappen für Blazer	€ 15,-
Ruderhose, kurz	€ 31,-	EKRC-Krawatte	€ 20,-
Ruderhose, lang	€ 41,-	EKRC-Fliege	€ 20,-
EKRC-Einteiler lady/man	€ 69,-	EKRC-Aufkleber	€ 2,-
Regenjacke	€ 90,-	EKRC-Mütze	€ 15,-
EKRC-Sweatshirt	€ 31,-	Polohemd, weiß/blau	€ 28,-
Tischflagge	€ 15,-	NEU! Ruder-Weste	€ 65,-

Alle Clubklamotten sind in allen nur denkbaren Größen, solange der Vorrat reicht, bei Jens Paustian (Tel. 69 16 62) zu beziehen.

Um Barzahlung wird gebeten!

"Huch, wir haben ja gewonnen!" Kieler Stadtachter 2005

Auch dieses Jahr fand zur Kieler Woche wieder der Kieler Stadtachter statt und auch dieses Jahr wurden dafür Freiwillige gesucht. Leider füllte sich die am Schwarzen Brett aushängende Liste nur sehr zögerlich. Woran dies liegt, darüber kann nur spekuliert werden. Ist der Stadtachter für Vereinsmitglieder kein Begriff? Schreckten die ersten Anmeldungen (Luschi, Gromeck, etc.) potentielle Nichtrennruderer-Interessierte ab? Oder trauen sich viele nicht zu, 1000 m in einem Rennboot zu rudern? Wie dem auch sei, mit Jens Peters, Lars Rölver, Armin und Matthias Falk, Eva Keller, Sabine Gödtel und Sebastian Wrede als Steuermann saßen "alte Stadtachter-Hasen"* im Boot, für Regine Coy und Ulrike Jonas war es eine Premiere. Ulrike hat überhaupt das erste Mal Riemen gerudert. Aber gerade diese beiden ließen sich nicht schrecken und haben fleißig geübt. Ein Dank geht dabei speziell an Michael Böhmer, der am Sonntag nach dem Staffelrudern noch Zeit und Energie hatte, den beiden einen Crashkurs im Riemenrudern zu geben.

Leider ist es ja immer schwierig, acht Mann und Frau zeitlich unter einen Hut zu bringen – das Training fiel entsprechend dürftig aus. Dagegen sah man die anderen Vereine fleißig auf der Förde üben, z. T. mit Motorboot- und Trainerbegleitung. Und es sah bei



Regatten





ihnen wesentlich besser aus als bei uns. Dementsprechend gingen wir auch nicht mit allzu großen Erwartungen an den Start. Lars versuchte noch, uns zu motivieren und meinte: "Wir werden nicht Erster und werden auch nicht Letzter." Doch dann traf ein, womit keiner im Boot gerechnet hatte: Wir haben gewonnen! Sogar mit einer halben Bootslänge Vorsprung. Und damit waren wir die Helden des Tages. Na also!

In diesem Zusammenhang noch eine Anregung: von verschiedenen Seiten taucht ja immer wieder die Frage auf, ob es nicht möglich wäre, nach langen Jahren der Abstinenz wieder einen Frauenachter zu besetzen. Und damit nicht nur gemütlich über die Förde zu schippern, sondern zusammen ernsthaft zu rudern. Vielleicht findet

sich ja auch jemand, der als Steuermann/-frau bereit ist, Anregungen zu geben und Fehler zu verbessern, die sich im Laufe der Ruderjahre eingeschlichen haben. Interessierte können sich ja mal an mich wenden.

* In diesem Sinn trifft die Bemerkung unseres Vorsitzenden, die in den Kieler Nachrichten zu lesen war: "Bei uns war niemand im Boot, der länger als ein Jahr rudert", nicht wirklich zu; wir wollen doch hoffen, dass dies nur eine Zeitungsente war.

Sabine Gödtel, Fotos: Michael Böhmer

Head of The River Race 2005

Ich war noch niemals in Paris, ich war noch niemals in New York. Und in London war ich auch noch nie. Als ich dann an einem Spieleabend im Februar mitbekomme, dass eine EKRC-Mannschaft tatsächlich im März am Head teilnehmen wird, sind die Weichen schnell gestellt: Ich begleite die Truppe und fliege mit nach London.

Freitag Morgen, 18. März 2005. Treffen am Club bei Temperaturen um Null Grad und Nieselregen. Transfer nach Lübeck-Blankensee – Ryan-Air wartet auf uns. Wir, das sind die Mannschaft Ingmar Schulz, Ulf Beck, Siegfried Schürmann, Bernhard Kaczenski, Martin Lorenzen, Gunnar Meier, Reinhard Grauel, Bernd Klose sowie die Schlachtenbummler Christine Grauel und meine Wenigkeit. Steuermann Jörk Chimpy Schüssler und Frau werden direkt in London zu uns stoßen.

Große Aufregung bei der Passkontrolle. Ein Mannschaftsmitglied kann sich nicht ausreichend legitimieren, muss nachbessern und kann erst den Nachmittagsflug nehmen. Sonst geht alles glatt mit dem Flieger bis Stanstead. Als erstes wandern die Pullover in die Koffer – die Sonne lacht über Good Old England und es sind 18 Grad. Dann mit der Bahn bis London, Liverpool Station, U-Bahn Richtung Hotel und das letzte Stück zu Fuß.

Letztes Training

Am Nachmittag ist ein Training auf der Regattastrecke angesetzt. Chimpy ist zwar mittlerweile zu uns gestoßen, aber Mannschaftsmitglied Nummer acht wird am frühen Abend erst eintrudeln. Also muss ich völlig ungeplant und unvorbereitet mit ran.

Der Bootstransport als Sammeltransport mit Zwischenstationen in Hamburg und Osnabrück ist schon heil angekommen. Aufriggern und ab aufs Wasser. Es ist Ebbe. Aufgrund des Tidenhubs von gut zweieinhalb Metern gibt es vor den großen, renommierten Londoner Ruderclubs keine Stege. Wassertreten ist angesagt. Ganz schön kalt noch.

Wir sind fast allein auf dem Wasser und fahren die Themse aufwärts Richtung Start. Bei dieser Fahrt ist sehr gut zu erkennen, dass es bei diesem Rennen nicht nur auf die Konstitution der Mannschaft ankommt. Durch die vielen Windungen der Themse kann und muss auch der Steuermann durch geschicktes Ausnutzen der Strömung einen erheblichen Teil zum Erfolg beitragen. Nach dem Training geht es ganz solide zu einem gemeinsamen Essen beim Inder in der Nähe des Hotels und beizeiten zu Bett.

Es wird ernst

Am nächsten Morgen genauso gutes Wetter. Die Stimmung im Zielbereich ist trotz des großen Aufgebotes ganz locker – immerhin werden in den nächsten Minuten 420 (in Worten: Vierhundertzwanzig) Achter zu Wasser gehen. An den Einsetzstellen herrscht

Regatten

ein stetiges Treiben ohne erkennbare Regularien – und doch klappt alles. Unsere Mannschaft kommt gut ins Boot, wobei für mich neu ist, dass unser Steuermann zu Boote getragen wird. Den Weg Richtung Start verfolge ich ein Stück den Leinpfad am Ufer entlang. Ein Achter nach dem anderen rudert aufwärts – ein beeindruckendes Bild bei diesem herrlichen Wetter. Sonne. Windstill. Die Themse zeigt sich von ihrer besten Seite. Der Start erfolgt eine Stunde nach dem höchsten Stand der Tide.



Schimpy als Steuermann, Ingmar Schulz als Schlagmann

Nun muss ich mir aber noch einen guten Platz zum Fotografieren suchen. Die grüne Hammersmith-Brigde, etwa einen Kilometer vor dem Ziel, bietet gute Sicht aufwärts wie abwärts und liegt in einer weiten Kurve. Die Beschilderung der Brücke "Weak Bridge" flößt mir zwar wenig Vertrauen ein, aber der stetige Autoverkehr und die vielen, vielen Schlachtenbummler aus allen Nationen auf der Brücke sprechen eine andere Sprache. Ich reihe mich also ein und finde auch noch eine gute Position. Die Stimmung dort oben ist einfach Klasse.

Das Rennen läuft

Irgendwann ist weit oberhalb das erste Boot zu erkennen. Startnummer 1, Leander, die das Rennen seit Jahren dominieren. Dann geht es Boot um Boot weiter, man

ist im 10-Sekunden-Abstand gestartet. Manche Mannschaft ist ziemlich allein auf weiter Flur, andere liefern sich packende Bord-an-Bord-Kämpfe, um möglichst vor der nächsten Kurve noch gut in die Strömung zu kommen. Es ist Rudersport vom feinsten zu bewundern.

Mit Startnummer 127 kommt die EKRC-Mannschaft in Sicht. Im Augenblick kämpft sie nur gegen die Uhr, unbedrängt von anderen Booten. Aber das geht den anderen ja genauso. Nach etlichen Fotos mache ich mich wieder auf den Weg zum Sattelplatz. Die Startnummern der Achter, die mich jetzt überholen, liegen in den Dreihundertern. Man merkt den Mannschaften deutlich an, dass sie mit den Wasserbedingungen schon mehr zu



kämpfen haben: die ablaufende Tide hat sich deutlich abgeschwächt, die Strömung ist nicht mehr so stark. Das ändert aber nichts an dem Sportsgeist, mit dem jede einzelne Mannschaft ihr Rennen zu Ende bringt. Very British.

Zurück am Sattelplatz ist unsere Mannschaft ausgepowert, aber mit dem Verlauf zufrieden, schon beim Abriggern. Gerade

als der Achter wieder auf dem Hänger verstaut wird, passiert auf dem Wasser die Startnummer 420 – gut dreieinhalb Stunden, nachdem die Nummer 1 das Rennen souverän beendet hat. Die detaillierten Ergebnisse will ich mir hier sparen, auf der Internet-Seite www.horr.co.uk. ist wirklich alles akribisch nachlesbar.

Ausklang

Am Nachmittag ruht die Mannschaft sich aus und ich gehe endlich auf Sightseeing – London hat ja nun wirklich reichlich Sehenswertes zu bieten. Abends treffen wir uns dann in der City zum gemeinsamen Essen beim Chinesen und einer anschließenden Runde "Um die Häuser". Der nächste Morgen bringt typisch englisches Wetter – Nebel und kühl. Trotzdem nehmen wir noch ein paar touristische Highlights mit, bevor es am frühen Nachmittag wieder auf den Rückweg geht.

Mein persönliches Fazit: London lohnt sich immer – und man sollte sich deutlich mehr Zeit nehmen. Und das Head ist eine Regatta, die jeder Ruderer zumindest als Zuschauer mal genossen haben sollte – ich werde es mir bei Gelegenheit noch mal gönnen und mir ganz gezielt das streng organisierte Treiben am Start des Rennens mal ansehen. Vielleicht gibt es ja noch mehr Interessierte.

Ach so, der EKRC kann im nächsten Jahr von Startposition 197 ins Rennen gehen und ist damit gerade eben noch gesetzt.

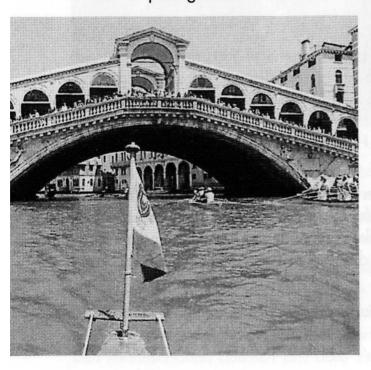
Michael Böhmer

Wanderfahrt

Vogalonga 2006

Als im vorigen Mai eine Teilnahme an der Vogalonga in Venedig verabredet wurde, konnte sich kaum einer der Teilnehmer darunter etwas vorstellen. Doch die Eindrücke der Tage in Venedig klingen noch bis heute nach

- Rudern auf dem Canale Grande zwischen Palazzi und Seitenkanälen
- Manövrieren zwischen Vaporetti und Gondeln
- Platz finden im Gedränge zwischen 1500 Gondeln, Paddelbooten und Ruderbooten auf der Wasserfläche vor dem Markusplatz
- Teil sein einer unendlich langen Bootskette vom Markusplatz über Murano, Burano vorbei an der Friedhofsinsel und zurück über den Canale Grande zum Markusplatz
- Erleben der Begeisterung und Anfeuerung der entlang der Kanäle und an den Brücken stehenden Menschenmassen
- dann Erholung in einer Bodega an einem verborgenen Seitenkanal bei Wein, Wasser und Bier und mit Erstaunen feststellen, dass die befürchteten Anforderungen für die so lang erscheinende Strecke bei der Vielzahl unvergesslicher Eindrücke in den Hintergrund getreten sind und auch wenig Geübte die Runde geschafft hatten.
- Am nächsten Tag Freundschaft schließen mit Venedig bei einer Rundfahrt mit den Vaporetti
- Spazieren über kleine, ruhige Gassen und Plätze oder sich schieben lassen auf einer der Hauptmagistralen



Und da alle diese Eindrücke noch lebendig sind, wollen wir Ende Mai 2006 Venedig wiedersehen. Am schwarzen Brett im Trainingsraum hängt ein Aushang mit Einzelheiten zur Durchführung, voraussichtliche Kosten und eine Liste, in der Interessierte erst einmal unverbindlich ihr Interesse an einer Teilnahme bekunden können.

Wir melden uns wieder, wenn nach Kenntnis die Teilnehmerzahl genauere Daten zur Abwicklung ermittelt werden können. Und noch was: Wer hat Lust, gegen eine Entschädigung die Boote mit Zugfahrzeug/Bootswagen nach Venedig zu fahren? Bitte meldet Euch bei Knut Kirchberg.

Knut Kirchberg, Rolf Esselbach

Aus der Presse

Mit den Wellen voran (aus der Beilage KN "In Kiel" vom 18. Juni 2005)

Es ist kühl an diesem Mittwochabend unten an der Kiellinie. 13 Grad, böiger Wind aus West, grauer Himmel, graues Wasser. Aber all das stört die Jugendlichen nicht, die an diesem Junitag aufs Wasser gehen. Es ist Training im Ersten Kieler Ruder-Club von 1862 e.V. und da sind sie mit Feuereifer dabei. Vom Steg her ertönen die Kommandos per



Das Team vom EKRC. Von links: Jörn Demmnick, Karsten Lampe, Carola Reimann, Sven Pulletz

Megaphon von Trainer Karsten Lampe über das Wasser. Ein kleines Motorboot liegt stets startklar bereit, falls es doch mal ein nasses Malheur geben sollte. Das ist iedoch sehr unwahrscheinlich, denn die Boote, in denen das Anfängertraining stattfindet, können nicht kentern. Die so genannten Gigs sind viel breiter und beguemer als die schmalen Rennboote, in die sich die Wettkampfruderer wagen. "Rudern kann eigentlich jeder lernen und auch noch in jedem Alter", sagt Trainer Lampe. "Die einzige Voraussetzung: Man muss schwim-

men können!" Die fünfzehnjährigen Zwillinge Philipp und Johannes Hezel sind erst seit kurzem dabei und kommen, wenn möglich, dreimal in der Woche zum Ruderdub. Freunde haben sie überredet, und sie wiederum haben andere Freunde überredet

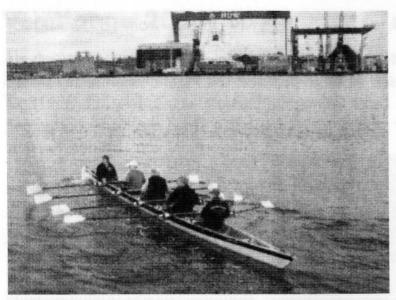
und nun füllen sie schon locker einen Achter. "Regatta-Rudern, das wärs", sagen sie begeistert.

Der Erste Kieler Ruder-Club hat zur Zeit ca. 280 Mitglieder, davon rund 50 Jugendliche. Mit zehn Jahren ist man alt genug, um mit dem Rudern zu starten. Das klassische Anfänger-Training beginnt im "Trimmi", zunächst an der langen Leine. In diesem breiten Ein-Personen-Boot gewöhnt man sich gut an das Balancehalten und kann sich schnell mit dem nicht



Nach dem Training packen alle mit an

Aus der Presse



Ausfahrt im Vierer-Gig mit Ausblick

ganz einfachen Bewegungsablauf des Ruderns vertraut machen. Die Beinarbeit im Rollsitz, der kräftige Armzug mit dem gesamten Körpereinsatz, das Drehen der Riemen – alles muss zu einer harmonischen Bewegung zusammiteinander menfließen und koordiniert werden. Nach dem "Trimmi" kommt der Wechsel in den etwas schmaleren "Einer", und wer dann richtig sicher ist und alleine rudern möchte, der steigt in den Renn-Einer. Vierundvierzig Boote liegen in den zwei

Bootshallen des Ersten Kieler Ruder-Clubs, teilweise aus Holz, teilweise aus Kunststoff. Alle Bootsklassen sind vertreten: Achter, Vierer, Zweier mit oder ohne Steuermann-Platz und die schnittigen Skifts. Zu jedem Boot gibt es die entsprechenden Riemen oder Skulls. Beim Skullen hat der Ruderer in jeder Hand ein Ruder, Riemen rudert man mit beiden Händen an einem Ruder. Früher gab es vorwiegend Ruder aus Holz, die schwer und teuer sind. Heute greift man immer öfter zu den leichteren Rudern aus Karbon. Stolz präsentiert Bootswart Jörn Demmnick den "Ferrari" unter den Ruderbooten. "Was bei den Formel-1-Autos das Ferrari-Rot, ist bei den Ruderern das Empacher-Gelb", erklärt er. Dieses Kevlarboot der Bootswerft Empacher ist gerade 27 cm breit, fast 8 Meter lang und wiegt nur ca. 11 Kilogramm.

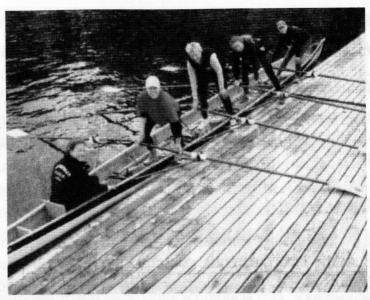
Die Erwachsenen treffen ein. Auffällig viele Frauen sind dabei, die mittwochs meist in der selben Zusammensetzung in die Boote steigen. Die Vierer-Gigs mit Steuermann bzw. -frau holen sie sich aus den Hallen und tragen sich ins Fahrtenbuch ein. "Es ist bei diesen wertvollen Booten und aus Gründen der Sicherheit einfach wichtig zu wissen, wer wann und in welchem Boot auf dem Wasser ist", sagt Ruder- und Trainingswart Sven Pulletz und zeigt das kleine "Schrankbüro" mitten zwischen den bis zur Decke gestapelten Booten. "Selber Boote holen dürfen sich allerdings nur die so genannten Obmänner oder Obfrauen, die eine Ruderprüfung mit theoretischem und praktischem Teil erfolgreich absolviert haben", erklärt er weiter. "Früher war unser Fahrtenbuch eine große alte Kladde, heute läuft das bei uns alles über einen Computer."

Früher, da war nicht nur das anders. Das sportliche Rudern hat seinen Ursprung in England. Aus den Wettkämpfen der Themse-Fährleute entwickelte sich das berühmte Achter-Rennen der Studenten aus Oxford und Cambridge. Der erste Vergleich fand 1829 statt, gesiegt haben damals die Mönner der Universität Oxford. Noch heute lockt dieses Studentenrennen jedes Jahr Zehntausende Zuschauer an die Ufer der Themse. Die

Aus der Presse

Engländer brachten den Rudersport auch im technischen Bereich voran. 1828 startete zum ersten Mal ein Boot mit Auslegern bei einer Regatta. Immer leichter wurden die Bauweisen der Boote. Der ehemals festgestellte Sitz, der eine sehr soldatisch aufrechte Ruderhaltung erforderte, wurde mehr und mehr von beweglichen Sitzen abgelöst und heute findet man in jedem Boot einen Rollsitz.

Mittlerweile ist das Rudern neben dem Schwimmen eine der gesündesten Sportarten überhaupt. Das alte Vorurteil, dass Ruderer ihrem Rücken nichts Gutes tun, ist längst



Fünf Frauen in einem Boot. "Muskelkater" ist startklar. Im Boot von links: Sabine Gödtel, Heike Roggenbrodt, Christiane Vankeirsblick, Regine Coy und Eva Keller

widerlegt. Durch moderne, ganzheitliche Lehrmethoden ist das Gegenteil der Fall. Der Rücken wird gestärkt. "Wir arbeiten eng mit einer physiotherapeutischen Praxis in Kiel zusammen und bieten auf dieser Grundlage auch orthopädisches Rudern an", berichtet Sven Pulletz, der selber Mediziner ist. "Für Menschen, die unter Rückenschmerzen leiden, kann Rudern genau die richtige Therapie bedeuten." Unumstritten ist, dass durch das Rudern die beiden wichtigsten Hauptbeanspruchungsformen Ausdauer und Kraft



Gute Laune an Bord, auch wenn die Förde Kappelwasser hat. Von vorne: Ulrike Jonas, Regine Coy, Jürgen Coy und Dirk Behrens

gleichermaßen gefördert werden. Rudern trainiert Herz, Kreislauf, Atmung, Stoffwechsel und die Muskulatur. Außerdem ist man stets an der frischen Luft und das kann nicht ungesund sein. Selbst im Winter gehen die Hartgesottenen noch auf die Förde, es sei denn, dort schwimmen schon Eisschollen herum. "Der Wettkampfsportler weiß: Die Rennen werden im Winter gewonnen", lacht Trainer Karsten Lampe. Darum stehen den Aktiven auch modernste Maschinen im vereinseigenen Kraftraum und allein acht Ruder-Ergometer für das Wintertraining zur Verfügung.

Funktionskleidung - II. Teil

Wissenswertes zum Thema: winddicht – wasserdicht – atmungsaktiv

Winddichtes Material

erhöht den Komfort des Sportlers schon erheblich und für viele Einsatzzwecke genügt es vollkommen. Der kontinuierliche Austausch zwischen der warmen, isolierenden Luftschicht am Körper und kühler Umgebungsluft ist unterbunden.

Wasserdicht

Bei Regen hilft nur wirklich wasserdichtes Mäterial; heute ist es atmungsaktiv, High-Tech-Fasern mit entsprechenden Beschichtungen, Membranen etc. bestimmen den Markt. Laut DIN gelten alle Materialien, die eine Wassersäule von 1300 mm erreichen, als wasserdicht. Die Wassersäule wird gemessen, indem ein Stück Stoff von rund 10 cm² unter einen Messzylinder gespannt und der Zylinder mit Wasser gefüllt wird. Lässt der Stoff bei einer Füllhöhe von 1300 mm kein Wasser durch, gilt er als wasserdicht. Gore-Tex ist zum Beispiel ein wasserdichtes und dabei atmungsaktives Material mit einer Wassersäule von 80.000 mm.

In der Praxis steht und fällt die dauerhafte Wasserdichtigkeit mit der Art der Beschichtung bzw. Membran und letztendlich der Verarbeitung. Sind die Nähte unsauber verarbeitet, dringt Wasser ein, dann nützt auch das beste Material nichts.

Atmungsaktiv

Eigentlich heißt es korrekt "wasserdampfdurchlässig". Ob Membran mit Poren oder ohne, oder mikroporöse Beschichtung – das Prinzip ist weitgehend identisch.

Bei Membranen mit Poren und mikroporösen Beschichtungen geschieht der Austausch durch Poren, die so groß sind, dass Wasserdampf durchdringen kann, aber dennoch so klein, dass (Regen-) Tropfen aufgehalten werden. Membranen ohne Poren absorbieren die Feuchtigkeit (die Wasserdampfmoleküle) durch chemische Prozesse. Damit die Feuchtigkeit überhaupt abgegeben werden kann, müssen bestimmte Voraussetzungen geschaffen sein. In der Bekleidung muss es z. B. deutlich wärmer sein (muss ein höherer Druck herrschen!) als draußen. Erst wenn das Temperatur- bzw. das Druckgefälle stimmt, kann Feuchtigkeit (Schweiß) entweichen. Exakt hier liegt der Grund dafür, dass Funktionsbekleidung nicht unter allen Umständen funktioniert: in den Tropen z. B. ist es erstens zu warm und zweitens zu feucht. Zudem entweichen durch die derzeit leistungsfähigste Membran maximal 200 bis 290 g Dampf per m² pro Stunde. Beim Laufen oder sportlichem Skilanglauf aber produziert der Körper bis zu zwei Liter Schweiß pro Stunde. Folge: Der Dampf kondensiert innerhalb der Kleidung. Bei stundenlangem Marsch durch den Regen kann es passieren, dass man trotz Regenkleidung darunter nass wird.

Funktionskleidung - II. Teil

Beschichtungen, Membranen und deren Verarbeitungen

Durch Beschichtungen und Membranen werden Stoffe erst wind- und wasserdicht; je nach Ausführung bleiben sie dabei atmungsaktiv. Im Grunde gibt es zwei Arten der Beschichtung: 1. der Faser, 2. der Fläche. Wird z. B. Teflon als Beschichtung eingesetzt (und nicht als Membran), werden die Fasern mit dem Kunststoff ummantelt. Derartige Beschichtungen bewirken, dass der Stoff sehr atmungsaktiv bleibt, Feuchtigkeit und Schmutz trotzdem stark abgewiesen werden.

Wird die Gewebefläche beschichtet, gibt es die einfache Variante (dann dringt kein Wasser ein, es geht aber auch keine Feuchtigkeit raus) oder die mikroporöse Beschichtung. Sie ist atmungsaktiv und Poren bilden sich hier durch die Art der Verarbeitung des Polyurethanfilms. Inzwischen ist der Stand der Technik so weit, dass Beschichtungen auch als Z-Liner (zwischen Obermaterial und Futterstoff) verarbeitet werden, wodurch sie wesentlich haltbarer sind. Beschichtungen fallen sehr unterschiedlich aus. Es lohnt sich, Vergleiche anzustellen und für dauerhafte Einsätze hochwertige Produkte zu kaufen, die zwangsläufig etwas teurer, aber deutlich langlebiger sind.

Membrane

Eine Membran ist nichts weiter als eine Wand, die Flüssigkeiten und Gase von einander trennt; Flüssigkeit nicht eindringen, aber Gase entweichen lässt. In punkto Wasserdichtigkeit und Atmungsaktivität ist Gore-Tex aktuell die leistungsfähigste Membran. Sie besteht aus gestrecktem, porösem Teflon (Polytetrafluorethylen / PTFE) mit über einer Milliarde Poren pro cm², sie machen 82 % der Membranfläche aus; chemisch außerordentlich reaktionsträge, Wasser abstoßend.

Beim **Z-Liner** hängt die Membran lose zwischen Oberstoff und Futter. Lediglich an den Schultern und in den Bündchen ist sie fixiert. Die Membran scheuert, z. B. bei Belastung durch ein Daypack, ungeschützt hin und her. Ein Manko der Z-Liner Verarbeitung ist der Dochteffekt: über die Bündchen und den Futtertaft zieht bei extremem Regen oftmals Feuchtigkeit in die Jacke. Weich, sehr textil im Griff und nicht so strapazierfähig wie Laminate.

Laminate

Beim **2-lagigen Laminat** sind Außenmaterial und Membran aufeinander laminiert. Um die Membran vor mechanischer Abnutzung zu schützen, ist das Kleidungsstück mit einem leichten Futter ausgestattet. Leichter und weicher im Griff als ein dreilagiges Laminat; mittlere Strapazierfähigkeit.

Beim **3-lagigen Laminat** ist auch das Futter direkt auf die Membran laminiert, so dass alle drei Komponenten (Oberstoff, Membran und Futter) ein Material bilden. Es ist die stabilste Variante der Laminat-Verarbeitung und relativ steif.

Vorstandsmitglieder

Die Vorstandsmitglieder 2005

nach der Jahreshauptversammlung am 17. März 2005

Vorsitzender

Christian Prey Dahlmannstraße 2, 24103 Kiel Tel.: (0431) 9828-201 (p) Fax: (0431) 9828-202

Stelly. Vorsitzender Verwaltung

Neu: Carola Reimann Sternwartenweg 37, 24105 Kiel Tel.: (0431) 2000368 (p)

Stelly. Vorsitzender Sport

Martin Lorenzen Dorfstraße 9, 24241 Schmalstede Tel./Fax: (04322) 2268 (p)

Ruder- und Trainingswart

Dr. Sven Pulletz Sternwartenweg 37, 24105 Kiel Tel. (0431) 2000368 (p)

Schatzmeister

Bernd Klose Holtenauer Straße 178, 24105 Kiel Tel.: (0431) 5793940 e-mail: klose@rsbklose.de

Bootswart

Jörn Demmnick Düsternbrooker Weg 16, 24105 Kiel Tel.: (0431) *577*885 (Werkstatt)

Hauswart

Mark Lorenz Gerhardstraße 21, 24105 Kiel Tel.: (0431) 561011 (d)

Kassenwart

Niels Benthin Holtenauer Straße 225, 24106 Kiel Tel.: (0431) 6592890 (Neu) N-Benthin@Steuerberatungskanzlei-Benthin.de

Pressewart / Clubmitteilungen

Rainer Bohn Gneisenaustraße 9, 24105 Kiel Tel. (0431) 803974 (p), 901-2250 (d) clubmitteilungen@erster-kieler-ruder-club.de e-Mail: rain.bohn@t-online.de

Schriftwart

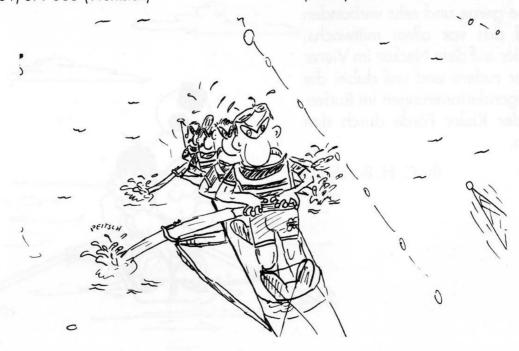
Jürgen Kähler Narvikstraße 18, 24109 Kiel Tel.: (0431) 524048

Vergnügungswart

Hans-Rudolf Schröder Hasselkamp 95, 24119 Kronshagen Tel.: (0431) 589979

Vorsitzender Jugendabteilung

Neu: Benjamin Mewe Insterburger Straße 16, 24149 Kiel Tel. (0431) 27677



Impressum

Herausgeber und Verlag:

Erster Kieler Ruder-Club von 1862 e.V. (EKRC)

78. Jahrgang

Erscheint i. d. R. 4 mal jährlich

Postanschrift:

Erster Kieler Ruder-Club Düsternbrooker Weg 16 24105 Kiel, Telefon 577885

E-mail-Adresse:

info@ekrc.de

V.i.S.d.P.

Rainer Bohn Gneisenaustraße 9 24105 Kiel Tel. (0431) 803974 (p)

Redaktionsschluss für 3-2005 ist am 15. August 2005

Anzeigenverwaltung:

Bernd Klose Holtenauer Straße 178, 24105 Kiel Tel.: (0431) 5793940

Druck und Herstellung:

A. C. Ehlers Druck Fleethörn 38, 24103 Kiel Tel.: 240390

Diese Zeitung ist auf chlorfrei gebleichtem Papier gedruckt.

Der Bezugspreis ist im Mitgliedsbeitrag enthalten. **Bankverbindung:**

Sparkasse Kiel (BLZ 210 501 70) Konto-Nr. 435776

Neu: Spendenkonto

Kieler Volksbank eG (BLZ 210 900 07) Konto-Nr. 93 0805 06

Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder!

Vielen Dank

Als Dank für die Glückwünsche zu meinem 82. Geburtatag versichere ich gerne, dass ich mich dem EKRC wie bisher so auch in Zukunft trotz förmlicher Ferne gerne und sehr verbunden fühle. Und das vor allem mittwochs, wenn ich hier auf dem Neckar im Vierer oder Achter rudere und uns dabei die schönen Jugenderinnerungen im Ruderboot auf der Kieler Förde durch den Kopf gehen.

