

RUDERBLATT



Verband

Schwerpunktthema: Ruderverein 2030
// Seite 4

Leistungssport

Juniorinnen B Achter holt Gold in Essen
// Seite 22

Ruderjugend

Landesruderyugend stellt sich neu auf
// Seite 48

#80

OKTOBER
2023



3 **Vorwort****SCHWERPUNKT**4 **Rudervereine 2030****AUS DEM VERBAND**6 **N! Charta Sport – Im Team für morgen**7 **Das Deutsche Ruderabzeichen**8 **Landesrudertag 2023 des LRVBW
in Nürtingen****BILDUNG UND
SPORTENTWICKLUNG**10 **Wie können Kompetenzen
für den Verein gestärkt werden?**12 **LRVBW Winterakademie –
Bildung auf weißen Loipen**14 **Vereins- und Verbandsarbeit
mit Blick auf das Herzogenhorn**16 **Die Ausbildung zum Trainer-
Assistenten – eine gelungene
Kooperation**18 **Wege zur Gewinnung von
ehrenamtlichen Mitarbeitern in
Sportvereinen**20 **Gesund mit und durch Rudern****LEISTUNGSSPORT**22 **Erfolgreiche DJM 2023 in Essen für
den Landesruderverband Baden-
Württemberg**24 **Eine der beliebtesten Landes-
meisterschaften Deutschlands?**26 **Jannik Metzger hält Kurs
auf die WM in Belgrad**28 **Alle LRVBW Ruderer auf U19 WM
in Paris in den Medaillenrängen**30 **Lisa Gutfleisch – Rudern, was sonst?**32 **DRV-Athletiktest – ein Instrument
zur Talentfindung?**33 **Ehrung der erfolgreichen LRVBW
Bootstrainer Saison 2023**32 **FISU World Games in Chengdu
mit LRVBW Beteiligung****BREITENSPORT**36 **All you can row 2023 – Mittsommer
garantiert viele Kilometer**38 **Lust auf einen erlebnisreichen
Ruder-Tag in Strasbourg?**40 **Der Edersee ruft**42 **Die Landes-Wanderruderpreise für
2019-2021 wurden vergeben****UMWELT**44 **Umweltschutzaspekte im
Ruderbetrieb werden umfassender**46 **Invasive Quaggamuscheln
im Bodensee und darüber hinaus****RUDERJUGEND**48 **Die Landesruderyugend
formiert sich neu**49 **Schule und Rudern – eine
vielversprechende Kombination**50 **Kinder- und Jugendschutz
vor sexualisierter Gewalt im Sport**51 **Baden-Württembergs jüngste
Ruderer trotzen Wind und Wellen beim
Bundeswettbewerb auf dem Beetzsee**52 **Im Gespräch mit: Jannik Fachat,
Carl Krause und Hannes Fouque****AUS DEN VEREINEN**54 **125 Jahre Ruder-Club Rastatt 1898 e.V**56 **100 Jahre Ruderverein Bad Wimpfen**57 **100 Jahre Wassersport-Verein
Waldshut e.V.**58 **27. Deutsche Sprintmeisterschaften
in Heidelberg****VERSCHIEDENES**60 **Pinnwand**62 **Vorstand und Landesjugendleitung**63 **Impressum**



Liebe Ruderkameradinnen, liebe Ruderkameraden,

der LRVBW war erfolgreich auf den Deutschen Jahrgangsmeisterschaften 2023. Herzliche Glückwünsche und Gratulation an die erfolgreichen Ruderinnen und Ruderer sowie an ihre Trainerinnen und Trainer. Stellvertretend für die Erfolge ist auf dem Titelbild der diesjährige baden-württembergische U17 Juniorinnen-Achter zu sehen. Dieser wurde in Essen auf dem Baldeneysee mit Gold belohnt. Eine starke Leistung und ein schöner Erfolg für die jungen Athletinnen aus dem Land. Ein detaillierter Bericht zur DJM2023 ist im Heft zu finden

In dieser Ausgabe des Ruderblattes liegt der Schwerpunkt auf der Vereinsentwicklung. Es geschieht sehr viel in allen Ressorts. Wir wünschen viel Freude beim Eintauchen in die verschiedenen Handlungsfelder und Themen, die Vereine und Verband bewegen: Vom Vereinsmanager bis zur Gewinnung ehrenamtlicher Mitarbeiter, von der Ausbildung von jungen Menschen zu Trainer-Assistenten bis zur zweiten Lizenzstufe mit dem Schwerpunkt Prävention und Gesundheit im Rudersport. Vom Breitensport, Natur und Umwelt bis zu den Gedanken der Ruderjugend.

Auf dem Landesrudertag 2023 in Nürtingen wurde die N!Charta Sport vorgestellt und inzwischen ist ein ganzer „Ruder-Konvoi“ aufgebrochen. Die N!Charta Sport umfasst verschiedene Handlungsfelder, die einerseits im Bereich der Umwelt zu finden sind, andererseits aber auch Aktionen zur Nachwuchsgewinnung in allen Aufgabengebieten eines Vereins beinhaltet.

Im Bereich des Nachwuchsleistungssports gibt es Neuerungen für den Leistungstest im U17 Bereich. Die Überprüfung der Athletik wird vom DRV seit diesem Jahr eingefordert und der Fokus rückt mehr auf die allgemeinen konditionellen Fähigkeiten der Nachwuchsruderer.

Die baden-württembergische Landesruderyugend hat sich neu aufgestellt und ist mit Elan in ihre Aufgabe gestartet. Das Vorstandsteam hat gemeinsam den Bundeswettbewerb 2023 in Brandenburg begleitet und das Ressort Bildung beim Ausbildungslehrgang für Trainerassistenten unterstützt. Lesen Sie, was bei der Jugend läuft, wie sich die drei Landesjugendleiter ihre Aufgaben vorstellen und welche Pläne sie haben.

Ein herzliches Dankeschön an das Redaktionsteam und die Autoren der Beiträge aus allen Bereichen des Verbandes. Es liegt eine Ruderblatt-Ausgabe vor, die als Antwort auf die Frage „Welche Aufgaben hat ein Landesruderverband?“ dienen kann.

Wir wünschen Ihnen und Euch viel Freude beim Lesen dieser Ausgabe!

Ihre und Eure

Heike Breitenbücher

Vorsitzende Landesruderverband Baden-Württemberg e. V.



Anrudern bei dem Ruderclub Undine Radolfzell

Rudervereine 2030

TEXT: DR. WOLFGANG FRITSCH

FOTOS: DR. ROLF TRÄNKLE

Welche Themen, Entwicklungen, Entscheidungen kommen in naher Zukunft auf uns in den Rudervereinen zu? Was wird unsere Vereine in den nächsten fünf bis acht Jahren am meisten beschäftigen? Welche Problemstellungen werden wir meistern müssen, welche Chancen gilt es zu nutzen? Der Themenschwerpunkt in diesem Ruderblatt wirft einen Blick darauf, wie sich gesellschaftliche Entwicklungen auf das Sporttreiben und so auch auf die Rudervereine auswirken könnten. Auch Entwicklungen im Sport nehmen in zunehmenden Maße Einfluss auf gesellschaftliche Themen.

Welche Unterstützung benötigen die Vereine und wie sollen die Entwicklungen in den Vereinen aussehen, um zuversichtlich in die Zukunft zu blicken? Die Beiträge in diesem Heft beschreiben aus verschiedenen Perspektiven und Ressorts Gedanken und Anregungen, die ihren Ursprung im Landesruderverband und in den Vereinen haben: Sie beziehen sich auf Digitalisierung, Mitgliederinteressen, Gesundheit, Angebote für Vereinsfunktionäre, Motive von Jugendlichen im Verband mitzuwirken, aber auch auf die Mitgestaltung unserer Ruderreviere und unseres Bewegungsraums.

Der Zweck von Rudervereinen ist die Organisation der Sportart Rudern. Sie orientieren sich dabei an den Interessen ihrer Mitglieder, am pädagogischen Auftrag für die Jugendarbeit oder den Wünschen und Vorgaben der Gesellschaft, wie z.B. der Organisation des spezifischen Leistungssports oder dem Schutz der Natur. Sie erfüllen nicht nur wesentliche Aufgaben für das gesellschaftliche Umfeld, sondern bieten ihren Mitgliedern auch eine Heimat, eine aktive Mitgestaltung im Verein und ein geselliges Miteinander.

Rudervereine sind weitgehend „trendstabil“. Das ist erstmal positiv, denn sie überstehen somit eigenwillige Vorstände, Individualinteressen und finanzielle oder pandemische Krisen. Dennoch lassen sich längerfristige Einflüsse wie z.B. eine zunehmende Individualisierung, eine älter werdende Gesellschaft (Silver Society), die Veränderung der Arbeitswelt, Gesundheitsbestrebungen, der ausdrückliche Wunsch nach sportlichen Qualifikationen sowie gesteigertes Wissen über die Sportart erkennen. Auch Themen der Mobilität und Ökologie geraten mehr und mehr in den Fokus der Vereine mit Einflüssen auf den Vereinsalltag.

So hat beispielsweise das Thema Gesundheit, und das Wissen darüber, in den Köpfen vieler langjähriger, aber auch potenzieller Vereinsmitglieder Einzug gehalten. Viele Rudervereine müssen sich mit Fragen des Gewässer- und Uferschutzes auseinandersetzen. Während sich in vielen Vereinen der Leistungs- oder Wettkampfsport über Jahrzehnte auf Kinder und Jugendliche beschränkt hat, werden Wettkämpfe in zunehmendem Maße auch für ältere (Masters) attraktiv. Interessant ist die Statistik der Landessportbünde, dass sich mehr Mitglieder in Ehrenämtern/Funktion engagieren als früher. Wichtig ist aber der Zusatz: Nicht mehr in dem zeitlichen Umfang der früheren Funktionäre. Gleichzeitig steigen die Anforderungen an Kenntnisse, an Bürokratie und Verwaltung des Vereins. Gelder müssen immer häufiger aus öffentlichen Mitteln beantragt und rekuriert werden. Mitgliedsbeiträge genügen nicht mehr zur Sicherung des Vereinsbetriebs und der Ansprüche vieler Mitglieder.

HANDLUNGSFELDER FÜR DIE VEREINSENTWICKLUNG

Jeder Verein ist anders. Rudern ist unverändert attraktiv, und zahlreiche Rudervereine im Landesruderverband und DRV orientieren sich in ihrer Vereinsarbeit an den unten aufgeführten Handlungsfeldern. Diese werden für die Zukunft an Relevanz zunehmen oder haben diese

Handlungsfelder (vgl. Workbook) - allgemein	Spezielle Themen für Rudervereine (Beispiele)
1. Orts- und zeitunabhängige Angebote schaffen	Rudern in anderen Vereinen (z.B. im Urlaub, auf Geschäfts-Reisen, Ruderangebote zu nicht-üblichen Trainingszeiten im Verein)
2. Sportvereine als Mitgestalter des öffentlichen Raums	Im Rudern: Umweltschutz, Gewässerschutz, Uferzonen, Bootshausumbauten, -Neubau, NICharta
3. Sportvereine übernehmen Verantwortung für den Standortfaktor	Der Ruderclub als lokale Attraktion und Identifikationsinstanz, öffnen auch für Nichtmitglieder und Gäste, NICharta
4. Gewinnung von Nischen- gruppen als Mitglieder	Prävention, Inklusion, Coastal Rowing, Para-Rudern, Corporate Rudern
5. Aktive Gestaltung der Zivilgesellschaft	Ferien-/Jugendfreizeiten, bunte Abende, Wintersportangebote, Diskussionsabende, Beteiligung an lokalen Events, NICharta
6. Weiterentwicklung zum Qualifikations- und Innovationszentrum	Potential des Wissens kommunizieren, Aus- und Fortbildungen aller Akteure, Ansprache und Förderung, neues Mitglied als Chance zur Weiterbildung sehen, Vereinsentwicklung
7. Reorganisation der Vereine	Effizienteres und effektivere Leistungserbringung in der Vereinsorganisation, Ruderordnung, Arbeitsgruppen, Führungsstrukturen
8. Etablierung neuer Mitarbeitermodelle	Ehrenamtlichkeit als Ressource, Mitarbeiter- und Mitgliederbindung, Strategien zur Gewinnung von Freiwilligen, New Work-Konzepte, FSJ
9. Ausbau von Kooperationen und Netzwerken mit unterschiedlichen Akteuren	Krankenkassen, Schulen, Volkshochschule, Betriebe, Sportbünde, Landesruderverband, Kommunen, NICharta
10. Digitalisierung der Sportvereine	Software für Mitgliederverwaltung, Geschäftsstelle, etc.

bereits. Die Arbeit an einem dieser Felder hat eine mehr oder minder starke Auswirkung auf den Verein, sei es in der Kommunikation, der Organisation oder der Vereinskultur/Identität.

Jeder Verein kann überprüfen, in welcher Weise diese Handlungsfelder für seine Vereinsentwicklung relevant sind und wie groß die Chancen sind, Veränderungen zu bewirken. Nicht selten werden Hindernisse und Barrieren festgestellt, die aus dem Weg geräumt werden müssen. Doch was bleibt ist die Veränderung!

Die allgemein formulierten Handlungsfelder entstammen dem Workbook „Sportverein 2030“, das vom Schwäbischen und dem Niedersächsischen Turnerbund 2017 herausgegeben wurde. Spezielle Themen für die Rudervereine (es sind nur wenige Beispiele) wurden ergänzt.

Über einen geeigneten Schwerpunkt für dieses Heft hat das Redaktionsteam lange diskutiert. Viele Themen bewegen und wurden zusammengetragen: der Schwerpunkt Ruderverein 2030 entstand.

Die Themen werden unter dieser Überschrift, im Sinne eines Austauschs von Ideen und Erfahrungen, in den nächsten Ausgaben des Ruderblattes weitergeführt. In den Vereinen gibt es bereits Projekte und Gedanken, wie Zukunft gestaltet werden kann. Das Redaktionsteam freut sich auf Beiträge aus den Vereinen, von Vorständen und aus dem großen Wissensschatz der LRVBW-Mitglieder.

N! Charta Sport – Im Team für morgen

TEXT: SONJA SCHMID UND HEIKE BREITENBÜCHER

FOTO: DR. WOLFGANG FRITSCH / QUELLE: WWW.NACHHALTIGKEITSSTRATEGIE.DE

Rudern und eine intakte Umwelt gehören zusammen. Nachhaltigkeit wird in den Rudervereinen längst aktiv gelebt. Der aktuell auf den Weg gebrachte „Ruderkonvoi“ der N!Charta Sport, dem sich der LRVBW sowie ein Teil seiner Mitgliedsvereine angeschlossen haben, zeigt dies deutlich.

WAS IST DIE N!CHARTA SPORT?

Die N!Charta Sport ist eine freiwillige Selbstverpflichtung zu mehr Nachhaltigkeit im Sport. Sie wurde vom Ministerium für Umwelt, Klima und Energiewirtschaft Baden-Württemberg gemeinsam mit dem Landessportverband Baden-Württemberg, Sportfachverbänden und Sportvereinen entwickelt und ist ein unkomplizierter Einstieg in ein Nachhaltigkeitsmanagement für alle Sportvereine und -verbände in Baden-Württemberg.

Weitere Informationen: www.nachhaltigkeitsstrategie.de



Die LRVBW Vorsitzende Heike Breitenbücher stellte die Idee der N!Charta Sport auf dem Landesrudertag 2023 den Mitgliedsvereinen vor. Die Vereinsvorsitzenden unterstützten mit großer Mehrheit die Idee das Projekt mittels eines Konvois gemeinsam auf den Weg zu bringen. Ein Konvoi ist ein fortlaufender Workshop, der vom Land Baden-Württemberg und der Prognos AG begleitet wird. Die Mitarbeiter von Prognos bieten den Vereinen Hilfen und Feedback bei den einzelnen Schritten an und organisieren gemeinsame, in der Regel virtuelle, Treffen.

EIN PROJEKT IN FÜNF PHASEN

Das Projekt besteht aus fünf Phasen, die mit der Registrierung und Erstellung eines Zielkonzepts beginnen. Die individuell ausgearbeiteten Ziele und daraus formulierten Leitsätze sind Inhalt der freiwilligen Selbstverpflichtung. Die Themenbereiche der N!Charta sind vielfältig, die Vereine wählen ihre Schwerpunkte selbst. Die Energiekrise, der gesellschaftliche Wandel und die Themen der Vereins- und Verbandsentwicklung sind Punkte, welche die Vereine unmittelbar betreffen. Der Prozess der N!Charta setzt Zeichen nach außen, aber auch nach innen und macht die Notwendigkeit von Anpassung sichtbar.

Die N!Charta Sport hat drei große Bereiche: Soziale Belange, Umweltbelange und Vereins-/Verbandsentwicklung. Unter diesen Überbegriffen finden sich Bereiche wie Gesellschaftliche Verantwortung, Fairer Sport, Umwelt- und Naturschutz, Wertevermittlung und erfolgreiche Vereins- und Verbandsentwicklung.

RESSOURCENEFFKTIVES HANDELN IN SPORTVEREINEN

Die Nachhaltigkeitsstrategie des Landes setzt auf ressourceneffizientes Handeln in den Vereinen. Dazu gehören der Wissensaufbau, die Vernetzung und eine gemeinsame Ideenbörse der Vereine. So wie die Doping- und Gewaltprävention bereits heute Grundlage der öffentlichen Förderung von Sportvereinen ist, wird auch das Thema Nachhaltigkeit und Ressourceneffizientes Handeln Einzug in die Förderlandschaft von Vereinen, Verbänden und Unternehmen halten.

Rudervereine haben durch ihre eigenen Liegenschaften sowie ihre Lage an Gewässern, meist an den schönsten Orten und Plätzen im Lande, zugleich eine Verantwortung, aber auch Möglichkeiten Ideen umzusetzen.

„Im Team für morgen“ heißt Ressourcen sorgfältig einzusetzen und die Umwelt zu schonen. „Die N!Charta geht noch darüber hinaus – Nachhaltigkeit heißt auch den Verein für die Zukunft gut aufzustellen und das geht nur über die Nachwuchsgewinnung bei Mitgliedern, aber auch in Vereinsfunktionen. Das gelingt wiederum nur, wenn wir unseren Mitgliedern gute Bildungs- und Unterstützungsangebote mache und gemeinsam Projekte auf den Weg bringen.“ so die Vorsitzende Heike Breitenbücher.



Das Deutsche Ruderabzeichen

TEXT: WOLFDIETRICH JACOBS

FOTOS: DRJ, RUDERVEREIN RAUXEL

Das Rudersportfertigungsabzeichen der Deutschen Ruderjugend wird erwachsen.

Einundvierzig Jahre sind noch keine Ewigkeit, aber ein wenig klingt es schon nach Ewiger Jugend, wenn es über vierzig Jahre dauert bis zum Erwachsensein.

1981 präsentierte die Deutsche Ruderjugend ihr Rudersportfertigungsabzeichen, das in drei aufeinander aufbauenden Stufen als Nachweis für Bootsbeherrschung ebenso wie Kenntnis von Bootskunde und Sicherheitsregeln bei den Jugendlichen diente. Ein Fragebogen und ein Dreieckskurs im Skiff waren zu absolvieren und als Belohnung gab es eine Urkunde und einen Aufnäher für die jungen Ruderinnen und Ruderer.

Auch wenn die gemeldete Anzahl der Abzeichen übersichtlich blieb, hat es sich bewährt, denn oft wurde gelernt und geprüft, ohne dass das Ergebnis der Deutschen Ruderjugend gemeldet wurde. Ein niederschwelliger Standard war etabliert.

Mitte 2022 dann wurde der Name wesentlich handlicher: Deutsches Ruderabzeichen – so selbstverständlich wie das Schwimm- oder das Sportabzeichen. Die Ruderjugend hat nach wie vor die Hoheit über den Prüfungskatalog, aber auch Erwachsene dürfen – und sollten – sich nun daranmachen und zumindest die Stufe Bronze ablegen.

Extra für die Spätberufenen hat man eingeführt, dass der Parcours auch im breiteren C-Einer gefahren werden darf. Es geht darum, die Beherrschung von Manövern vorzuführen, keine Artistik für Senioren.

Mit dem Deutschen Ruderabzeichen in der Tasche ist die Frage an einen Gastruderer, „Kannst Du rudern?“ fix und eindeutig beantwortet und Verantwortliche von Verbands- oder Gemeinschaftswanderfahrten müssen sich nicht auf das wenig belastbare Kriterium „Erfahrung“ verlassen. Auch die Freigabe von manchem Boot könnte man im Verein davon abhängig machen.

Weitere Informationen, auch der Katalog der Theorie-Prüfungsfragen, finden sich unter

www.rudern.de/Ruderabzeichen



Logo des Ruderabzeichens



Wenden um die Boje



Landesrudertag zu Gast beim Ruderclub Nürtingen

Landesrudertag 2023 des LRVBW in Nürtingen

TEXT: HEIKE BREITENBÜCHER

FOTO: RC NÜRTINGEN K. KELLER

Der Landesrudertag konnte 2023 wieder in Präsenz stattfinden. Mit mehr als 40 Teilnehmern aus 27 Mitgliedsvereinen war die Veranstaltung sehr gut besucht. Grußworte kamen von Gisbert Zahn, dem Vorsitzenden des RC Nürtingen, sowie vom Präsidenten des Württembergischen Landessportbundes Andreas Felchle, der gleichzeitig als Vize-Präsident den Landesverband Baden-Württemberg beim Landesrudertag vertrat.

„Es gibt Berge, über die man hinübermuss, sonst geht der Weg nicht weiter.“ Unter das Dach dieses Zitates von Ludwig Thoma stellte die alte und neue Vorsitzende Heike Breitenbücher ihren Rechenschaftsbericht der Jahre 2021 und 2022. Zu den Herausforderungen mit einigen Reibungspunkten zählte die Erstellung einer neuen LRVBW Nachwuchsleistungssportkonzeption. Inzwischen gibt es fünf Stützpunkte, die eine gute dezentrale Arbeit leisten, sich mit Leben füllen und von dem Titel Landesstützpunkt in der Außen- und Innenwirkung profitieren.

Die Notwendigkeit einer Digitalisierung wurde im LRVBW bereits vor Jahren erkannt. Die LRVBW Mitglieder- und Lehrgangsverwaltung sowie das Rechnungswesen verlangten ein zeitgemäßes System mit Transparenz für Teilnehmer, Trainer und Vereine. Die Frage war nur: welche Verbandsverwaltung erfüllt diese Anforderungen? Mitten in dieser Überlegungsphase kam die Ankündigung, dass der DRV die Trainerlizenz-Verwaltung, Aktivpässe und Regattameldungen auf SAMS umstellen wird. Damit war für den LRVBW die Entscheidung gefallen und die Umstellung begann bereits

im Dezember 2021, gut ein Jahr vor dem DRV. Es gab intensive Schulungen für die LRVBW-Mitglieder an sechs Terminen des Jahres 2022. Mit Frank Kilian aus Mannheim hat der Landesverband ein Mitglied im DRV-Digitalisierungsausschuss.

Neben der Digitalisierung war auch das Thema LRVBW Geschäftsstelle ein zentraler Punkt nach der Strukturreform im Jahr 2021. Die Wandlung zu einem modernen und offenen Verband, einem Verband zum Anfassen, erforderte eine zentrale Geschäftsstelle mit festen Geschäftszeiten für unsere Vereine

und Partner. Mit Sonja Schmid konnte der LRVBW eine kompetente Mitarbeiterin für die LRVBW Geschäftsstelle im SpOrt Stuttgart gewinnen.

Das letzte Verbandsmagazin „Ruderblatt“ – die Ausgabe 79 – wurde von einem neuen Redaktionsteam konzipiert und erstellt. Das „Ruderblatt“ soll neben aktuellen Themen und Wettkampf-Ergebnissen die gesamte Bandbreite des Rudersports in Baden-Württemberg widerspiegeln. Dazu gehört neben Breiten- und Leistungssport auch Inklusion und Weiterbildung, Ruderjugend und Sicherheit, Vereine und Partner des Rudersports.

Im Bereich der Bildungslehrgänge liegt der LRVBW durch die engagierte Arbeit von Dr. Wolfgang Fritsch innerhalb des DRV weit vorne. Es gibt eine Vielzahl an Aus- und Fortbildungsmöglichkeiten für die Vereine im Breitensport und Leistungssport. In Präsenz und Online können Trainer und Übungsleiter sowie auch Vereinsmanager ihre Lizenzen mit interessanten und relevanten Themen verlängern. Besonders zu erwähnen ist die Ausbildung zum Trainerassistenten, die in diesem Jahr zum dritten Mal mit hoher Beteiligung stattfinden wird. Auch die Ausbildung zum Trainer B Leistungssport wird in diesem Jahr zum dritten Mal durchgeführt werden. Die Nachfrage ist gleichbleibend hoch. Ein verstärkter Focus soll auf die Organisation und Durchführung des Sportbetriebs im Verein gelegt werden. Bausteine, die für den Vereinsmanager C als Fortbildung von den Sportbünden anerkannt werden.

Der bisherige Stellv. Vorsitzende Finanzen Bernhard Strauch übergab sein Amt bereits zum 1. Januar 2023 an Gerhard Reinert (Heilbronner RG Schwaben). Nachdem Strauch für die Jahre 2020-2022 entlastet wurde, stellte Reinert den Haushaltsplan für die Jahre 2023 und 2024 vor. Der Verband steht auf einem guten finanziellen Fundament, so dass auch in den kommenden Jahren die volle Handlungsfähigkeit für die Verbandsarbeit gewährleistet ist.

Auch im Leistungssport hatte es innerhalb der Legislaturperiode einen Wechsel. Der Stellv. Vorsitzende Leistungssport Christian Knab gab im Oktober 2021 sein Amt an Sascha

Hustoles (RC Nürtingen) weiter. Die Arbeit im Ressort Leistungssport war am Beginn der Amtsübernahme noch gezeichnet durch die Folgen der Pandemie. Außerdem standen Investitionen in Bereich des Bootsmaterial an. Der Verbandsbus musste nach einigen Ausfällen auf der Strecke ersetzt werden und der Bootshänger war in die Jahre gekommen. Während diese Investitionen absehbar waren, kam es zu zwei unvorhersehbaren Diebeszügen auf die Motoren der Verbandskatamarane. Der Schaden war beide Male durch die Versicherung weitgehend gedeckt, allerdings mit der Auflage umgehend für eine bessere Sicherung zu sorgen, was zu einer Baumaßnahme zwang. „An dieser Stelle ein Dankeschön an Bernd Kuhn für die Planung und Kommunikation mit den Handwerksbetrieben und Bernhard Strauch für die finanzielle Absicherung und Rücksprachen mit dem BSB Freiburg bezüglich der finanziellen Förderung.“ so Hustoles in seinem Bericht.

Der Breitensport ist bei Wolfdietrich Jacobs auch weiterhin in guten Händen. Die meisten Ruderer gehören in Deutschland in den Bereich des Breitensports und die Mitgliederzuwächse kommen aus diesem Bereich. Im Bereich des Wanderruderns leistet Detlef Ostheimer gute Arbeit. Das Ressort beschäftigt sich weiterhin mit den Themen Ruderreviere und Umwelt. Der Ausbau der Neckarschleusen, die touristische Infrastruktur, aber auch strittige Themen wie der Markelfinger Winkel und die Belange des Naturschutzes fallen in das Aufgabengebiet des Ressorts.

Nachdem das Ressort Verwaltung über ein- einhalb Jahre brach lag, konnte Frank Kilian (Mannheimer Ruder-Club) neu als Stellv. Vorsitzender Verwaltung gewonnen werden.

Die Mitgliederzahl bei den Rudervereinen ist in Baden-Württemberg im letzten Jahr gestiegen – gegenläufig zum Trend im DRV.

Jan Erik Jonescheit führte als Wahlleiter durch die Vorstandswahlen. Alle Vorstandsmitglieder und die Kassenprüfer sind auf dem Landesrudertag einstimmig ohne Gegenstimmen gewählt worden. Der Vorstand setzt sich wie folgt zusammen:

Vorsitzende: Heike Breitenbücher

Stellv. Vors. Bildung und Sportentwicklung: Dr. Wolfgang Fritsch

Stellv. Vors. Breitensport: Wolfdietrich Jacobs

Stellv. Vors. Finanzen: Gerhard Reinert

Stellv. Vors. Leistungssport: Sascha Hustoles

Stellv. Vors. Verwaltung: Frank Kilian

Als Kassenprüfer wurden Jörg Fischer und Gregor Jakubik gewählt.

Den Vorstand ergänzen lt. Satzung der Vorsitzende der Landesruderyugend Stefan Weißling und der Ehrenvorsitzende des LRVBW Bernd Kuhn.

Unter „Verschiedenes“ stellte Breitenbücher die N!Charta Sport vor. Diese ist eine freiwillige Selbstverpflichtung zu mehr Nachhaltigkeit im Sport. Sie wurde vom Ministerium für Umwelt, Klima und Energiewirtschaft Baden-Württemberg gemeinsam mit dem Landessportverband Baden-Württemberg, Sportfachverbänden und Sportvereinen entwickelt. Die N!Charta Sport ermöglicht durch die kostenfreie Begleitung eines Projektbüros einen unkomplizierten Einstieg in ein Nachhaltigkeitsmanagement für alle Sportvereine und -verbände in Baden-Württemberg. Der Landesrudertag stimmte der Weiterverfolgung dieses gemeinsamen Projektes nach ausgiebiger Diskussion mit einer großen Mehrheit zu.

Der Dank geht an den Ruderclub Nürtingen für die Ausrichtung des Rudertags 2023 und für die große Gastfreundschaft. Der nächste Rudertag wird im März 2025 bei der Rudergesellschaft Eberbach 1899 e.V. stattfinden.

Wie können Kompetenzen für den Verein gestärkt werden?

TEXT: DR. WOLFGANG FRITSCH

Sportvereine zu führen, den Sportbetrieb und die Geschäfte zu regeln, ist nicht immer einfach. Es sind vornehmlich engagierte, ehrenamtliche Mitglieder, welche die Aufgaben organisieren und koordinieren, um ihre Vereine am Laufen zu halten und gleichzeitig auf die Zukunft vorzubereiten.

Die Aufgaben, die von Vorständen, Trainern oder engagierten Mitgliedern im Jahresverlauf bewältigt werden, sind vielfältig: Einen großen Anteil stellt dabei die Organisation und Durchführung des Sportbetriebs und des Trainings verschiedenster Zielgruppen. Daneben stellen sich Herausforderungen im Hinblick auf Finanzierungen (z.B. Boote, Anlagen-, Bootshausumbauten) und Erhalt und Erweiterung der Liegenschaften. Steuerrechtliche Fragen, Rechtsfragen, Mitgliederverwaltung und Personalmanagement gehören in die Verantwortung der Vorstandschaft.

Der Landesruderverband unterstützt die Vereine hinsichtlich ihres Sportangebots sowie bei der Ausbildung von Trainern und Übungsleitern. Diese Angebote sind den Mitgliedern und Funktionären bekannt und werden gerne genutzt. Dagegen ist das Interesse - vielleicht auch mangels Informationen - an den Aus- und Fortbildungsangeboten zum Thema Vereinsmanagement der drei baden-württembergischen Landessportbünde eher gering. Aber gerade hier können Vereinsvorstände, Führungskräfte und engagierte Mitglieder Unterstützung für ihre Arbeit erhalten, ihre Kompetenz in ihrer Vereinsarbeit stärken und sich auch mit Funktionären anderer Sportarten vernetzen.

Natürlich können die meisten Vereine auf die Expertise einiger Mitglieder in Dingen wie Steuern, Recht, Buchhaltung, Versicherungen bis hin zur Öffentlichkeitsarbeit zurückgreifen. Viele Teilnehmer an den Führungskräfte-Seminaren und der Vereinsmanager-Ausbildung bringen bereits Kenntnisse und Kompetenzen aus ihren Berufen mit oder haben jahrelange Erfahrungen in den angesprochenen Bereichen. Das Angebot der Sportbünde knüpft da an und geht auf die speziellen Bedarfe im Vereinsmanagement ein, so dass dieses Wissen in die Sportvereine übertragen werden kann.

Die Struktur der Seminare und der Ausbildungsmöglichkeiten sind sehr teilnehmerfreundlich und bieten Vorteile für die potenziellen Teilnehmer:

- 1. Unterschieden wird die Teilnahme an Führungskräfte-Seminaren und einer lizenzierten Vereinsmanagerausbildung mit 120 Lehreinheiten. Für die Ausbildung können Vereine Zuschüsse – nach dem Muster der Trainer C-Lizenzen – beantragen.**
- 2. Die Ausbildung ist modular und erlaubt eine bedarfsgerechte und flexible Gestaltung und bietet eine sehr große Wahlfreiheit hinsichtlich der Themen und Schwerpunktsetzung (vgl. Abb.).**
- 3. Die Seminare finden verteilt in ganz Baden-Württemberg statt, sodass entsprechend dem Wohnort auch der nächstgelegene Seminarort gewählt werden kann.**
- 4. Die Ausbildung kann aufgrund der Modulstruktur jederzeit begonnen werden und soll innerhalb von 2 Jahren abgeschlossen werden. Verlängerungen der Lizenz (alle 4 Jahre) sind aus einem beliebigen Themenbereich mit 15 Lehreinheiten möglich.**
- 5. Im Abschlussseminar werden die Inhalte angewendet und konkrete Praxisbeispiele in Gruppen bearbeitet.**

THEMENBEREICHE DER VEREINSMANAGER-AUSBILDUNG

Themenbereich	Pflichtbereich	Wahlbereich	Abschluss-Seminar
A Organisations- und Personalentwicklung, Gremienarbeit	16 LE		
B Mitgliederverwaltung, Sportanlagen- und Sportbetriebsmanagement		48 LE	24 LE
C Finanzen, Steuern, Recht, Versicherungen	16 LE		
D Marketing, Kommunikation, Neue Medien, Veranstaltungen	16 LE		

Abb. 1: Struktur der Lizenzausbildung Vereinsmanager C (mod. BSB Freiburg 2023)

Die Unterteilung in einen Pflichtbereich, einen großen Wahlbereich und das Abschlussseminar ermöglicht individuelle Schwerpunktsetzungen. Einige Seminare des LRVBW, wie z.B. auch die Sommer- und Winterakademie werden inzwischen als Verlängerungsmaßnahmen für die Vereinsmanager-Ausbildung anerkannt.

Aus Sicht des LRVBW (und damit auch der Vereine) kann Nachwuchsfunktionären der Einstieg in die Vorstandsarbeit im Verein erleichtert werden. Gerade für Jugendleiter, die sich weiter in der Vereinsarbeit engagieren und sich vertiefte Kenntnisse wünschen, kann die Ausbildung Unterstützung bieten.

Auch sehen wir einen Benefit in bestimmten Themenbereichen für Trainer, die Ambitionen haben, im (hauptamtlichen) Sportsektor von lokalen bis zu überregionalen Aufgaben ihre berufliche Laufbahn vorzubereiten. Themen wie „Führung mit Selbstregulation und Resilienz“, „Lösungsorientierte Kommunikation“, „Konfliktfähigkeit“ u.v.m. geben Impulse, wie mit den Stressoren des Trainerberufs umgegangen werden kann.

Für ehrenamtliche Vereinsführungen bietet die Ausbildung eine Bereicherung und Hilfestellung für die immer mehr um sich greifenden bürokratischen Anforderungen: Steuerrecht, Vereinsrecht, Versicherungen, Neue Medien, Sportanlagenmanagement, Personalentwicklung.

Ausführliche Informationen, Ansprechpartner, Termine, Orte und Veranstaltungstitel zu den Führungsseminaren und der Vereinsmanagerausbildung gibt es auf den Internetseiten aller drei Sportbünde (BSB Freiburg, WLSB, BSB Nord).



Unsere Leidenschaft und unsere Tatkraft vereinen sich in diesen drei Worten: Jetzt. Nicht morgen.

Die Energie, die in dieser Botschaft steckt, zieht sich durch unser gesamtes Unternehmen. Als eines der ersten integrierten Energie-Unternehmen in Deutschland und der Schweiz sind wir seit 2020 klimaneutral. Soll auch deine Energie in die Energiewende fließen? Dann bewirb dich Jetzt. Nicht morgen.



Weitere Informationen
findest du unter
www.energiesdienst.de/karriere



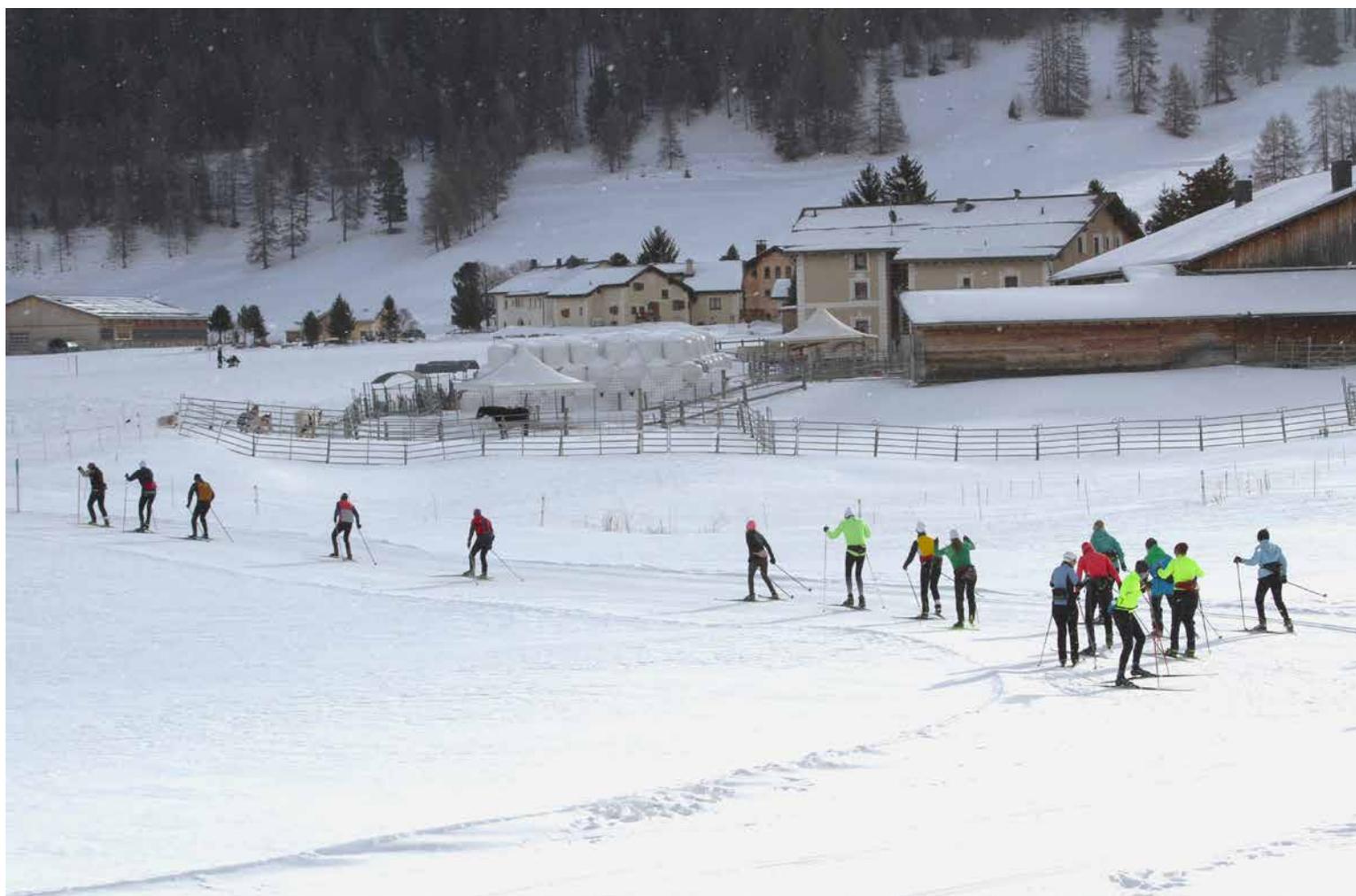
EnergieDienst

LRVBW Winterakademie – Bildung auf weißen Loipen

TEXT: WOLFGANG FRITSCH UND HEIKE BREITENBÜCHER

FOTOS: WOLFGANG FRITSCH

Die LRVBW Akademien kombinieren Theorie und Praxis. Sommer- und Winterakademie haben den gleichen Anspruch: Sie bieten Trainern im Breiten- und Leistungssport, Funktionsträgern im Verein und im Verband sowie allen Sportakteuren die Möglichkeit auf Fortbildung von Körper und Geist in attraktiver Umgebung.



Aufbruch nach Zernez

Im DOSB werden zur Kadereinteilung im Nachwuchstraining in den verschiedenen Sportarten zukünftig allgemeinathletische Leistungen herangezogen. Für das Rudern wurden diese in den letzten Monaten definiert (vgl. Artikel in diesem Heft). Viele Rudervereine bemühen sich das allgemein-sportliche Angebot für alle Alters- und Zielgruppen zu erweitern und nicht zuletzt werden in der leistungs- und breitensportlichen Trainerausbildung zunehmend vielfältige Themen des Athletiktrainings aufgegriffen.

Skilanglauf ist ein großartiges winterliches Naturerlebnis und eine ideale Gelegenheit für Ruderer, ihre athletische Leistungsfähigkeit

zur steigern. Der Wert und der Reiz des Skilanglaufs liegen dabei in der guten Übertragbarkeit und der hervorragenden Ergänzung zum Konditionstraining im Winter. Langlaufen hat bei vielen Aktiven den alpinen Skilauf abgelöst und sich als abwechslungsreiche und fordernde Ausdauersportart im Athletiktraining der Ruderer etabliert.

Die Aus- und Weiterbildung im Skilanglauf steht daher im Mittelpunkt der LRVBW Winterakademie, die im Engadin in der Schweiz stattfindet. Ziel für die Teilnehmer ist es, die Technik zu erlernen und zu verbessern, aber auch das notwendige Rüstzeug zu bekommen, um im Anschluss im eigenen Verein ein Langlaufslager anzubieten



San Gian/Celerina

und durchführen zu können. Die Praxis wird daher mit Beiträgen zur Methodik des Langlauftrainings ergänzt, aber auch mit Themen zur Gesundheit im Leistungstraining allgemein.

Doch gehen die LRVBW Akademien von Anfang an über die Zielgruppe der Trainer und Ausbilder hinaus und sprechen auch weitere Akteure in den Vereinen an, sodass Themen der Vereinsmanager- und Jugendleiterausstellung eine wichtige Rolle einnehmen. Ein Teil der Themen wird von den Teilnehmern selbst abgedeckt, gerade wenn sie in einem Bereich arbeiten, der für die Vereins- oder Verbandsarbeit relevant ist. Öffentlichkeitsarbeit, Gesundheit, Gestaltung von Webseiten, Kommunikation können vom beruflichen Umfeld in Sportorganisationen übertragen werden. Ergänzt werden die Themen von LRVBW Referenten und Diskussionen zu zukünftigen Entwicklungen des Rudersports im Verein oder Verband.

Der Lehrgang führt zur Lizenzverlängerung (15 LE) der C- und B-, ÜBP-, A- und Vereinsmanager-Lizenzen. Neben lizenzierten Trainern und Vereinsvorständen können auch interessierte Ruderinnen und

Ruderer teilnehmen und, sofern Platz vorhanden ist, auch interessierte Teilnehmer aus anderen Landesverbänden.

Dieser Lehrgang findet in Kooperation zwischen dem Badischen Sportbund Freiburg e.V. und dem Landesruderverband Baden-Württemberg statt. Anerkannter Träger im Sinne des Bildungszeitgesetzes ist der Badische Sportbund e.V.

**Informationen zur
LRVBW Winterakademie
und zu weiteren Aus- und
Fortbildungen gibt es
unter
www.lrvbw.de.**



Auf der Spitze des Herzogenhorn

Vereins- und Verbandsarbeit mit Blick auf das Herzogenhorn

TEXT: BJARNE BICKENBACH UND HEIKE BREITENBÜCHER

FOTOS: DR. WOLFGANG FRITSCH

Die Sommerakademie des Landesruderverbandes Baden-Württemberg (LRVBW) ist inzwischen fester Bestandteil der Bildungsarbeit im Land und darüber hinaus. Das Leistungszentrum des BSB Freiburg am Fuße des Herzogenhorn bietet Abgeschiedenheit und ideale Möglichkeiten für Bewegung und Fortbildung. Initiator und Veranstalter ist das LRVBW Ressort Bildung und Sportentwicklung unter der Leitung von Dr. Wolfgang Fritsch. Neben Vertretern des Badischen Sportbundes waren auch Funktionäre aus dem Deutschen Ruderverband als Teilnehmer und Referenten zu der Veranstaltung eingeladen.

Schwerpunkt der Akademie war in diesem Jahr die Zukunft der Bildungsarbeit im Landes- und Spitzenverband, aber auch die Öffentlichkeitsarbeit beider Verbände. Bildung und Öffentlichkeitsarbeit sind jedoch nicht nur die Themen der Verbände, beide Themen strahlen weit in die Vereinsarbeit hinein. Welche Art Trainer benötigen Vereine, um für die Zukunft gut aufgestellt zu sein? Welche Kompetenzen benötigen Trainer für den Nachwuchsleistungssport und den Breiten- oder Gesundheitssport in den Vereinen? Wie gelingt es auch in Zukunft Trainer für die Arbeit in den Vereinen zu gewinnen und wie kann Ausbildung mit angepassten Lehrgangsformen funktionieren? Impulse und Anregungen gab Fritsch bereits am Anfang

den teilnehmenden Verbands- und Vereinsvertretern, diese sollten im Laufe des Lehrgangs ergänzt und diskutiert werden.

Diese Themen scheinen für Funktionäre in den Vereinen bisher wenig relevant und werden oftmals nicht als dringlich wahrgenommen. Gerade die Vereinsfunktionäre, die Vorsitzenden, Sportbetriebsmanager stehen bei der Sommerakademie im Mittelpunkt. Während Fortbildungen für lizenzierte Trainer und Übungsleiter für die Lizenzverlängerung elementar sind, hat sich das Bewusstsein bei Vorständen oftmals noch nicht durchgesetzt, trotzdem die LRVBW Akademien im Sommer und im Winter auch zur Verlängerung der Vereinsmanagerlizenz dienen.



Vereins- und Verbandsfunktionäre suchen das Gleichgewicht

(vgl. Artikel zu Vereinsmanager-Ausbildung in diesem Ruderblatt)

Der LRVBW war auf dem Herzogenhorn gut vertreten. Neben dem Lehrgangsteiler und Stellv. Vorsitzenden für Bildung und Sportentwicklung Dr. Wolfgang Fritsch war auch die LRVBW Vorsitzende Heike Breitenbücher, der LRVBW Stellv. Vorsitzende Verwaltung Frank Kilian sowie der Stellv. Jugendleiter Bjarne Bickenbach und die Leiterin der LRVBW Geschäftsstelle Sonja Schmid anwesend. Der Badische Sportbund Freiburg wurde von Dr. Christof Armbruster – Studienleiter an der Sportschule Steinbach – vertreten. Vom Deutschen Ruderverband (DRV) nahmen Andreas König – Referent für Bildung und Luisa Gärtner – Referentin für Öffentlichkeitsarbeit, teil. Die weiteren Teilnehmer kamen von verschiedenen Vereinen aus Baden-Württemberg und dem Saarland.

Jeder Lehrgangstag bestand aus Theorie und Praxis. Ähnlich wie bei der Winterakademie ist ein wichtiger Bestandteil der Austausch der Teilnehmer, der auf der informellen Ebene bei den Praxiseinheiten verstärkt wird.

Das Thema Change-Management und die Anpassung von Vereinen und Verbänden an Veränderungen wurde von Heike Breitenbücher mit Bildern von Fred, dem Pinguin und seinem Lebensraum, dem Eisberg, begleitet. Bezogen auf unsere Realität braucht es Veränderungen, damit das Festhalten am Status quo die Zukunft von Vereinen und Verbänden nicht gefährdet. Dies machte die Fabel humorvoll deutlich und führte die Teilnehmer in die Welt des Leadership und Management, der Visionen und brauchbaren Umsetzung ein.

Kein Pinguin-Schwimmen, aber „Animal Moves“ sorgten bei den Teilnehmern für brennende Muskeln und Verknotungen von Armen

und Beinen. „Lustig, vor allem beim Zuschauen bei den anderen Teilnehmern, aber auch anstrengend!“ so die Teilnehmer nach der Einheit von Oliver Friedrich – LRVBW Referent, Sportwissenschaftler und Mitglied in der Rudergesellschaft Heidelberg.

Ein weiterer Themenkomplex war die Öffentlichkeitsarbeit innerhalb des DRV, aber auch in Bezug auf Verband und Vereine. Luisa Gärtner referierte zum Thema Öffentlichkeitsarbeit. Wie treten Vereine und Verbände nach außen auf? Welche Rolle haben soziale Netzwerke wie Facebook und Instagram? Welche Zielgruppe erreicht man mit welchem Netzwerk? Welche Rolle hat heute noch eine Verbandszeitschrift oder die Website eines Vereins?

Das Thema Pressearbeit und wie diese aussehen soll, dass die Artikel und Pressemitteilung von den öffentlichen Medien auch gedruckt oder online gestellt werden, war ein weiteres Thema von Heike Breitenbücher. Ein Artikel muss sauber recherchiert, wahr, sachlich und gut geschrieben sein. Wer in die Zeitung will, muss dem Redakteur Arbeit abnehmen, statt Arbeit zu machen.

Der wichtigste Punkt der Akademie war der große Themenblock „Bildungsarbeit im DRV und Verband“.

Den Einstieg in die Thematik machte Dr. Wolfgang Fritsch, der die Bedeutung der Bildungsarbeit im Landesverband darstellte: „In der Bildungsarbeit geht es um den Erhalt und die Sicherung der Vereinsstrukturen und die Sicherung eines qualitativen Angebots für alle Sportler, vom Rennrunderer bis zum älteren Quereinsteiger.“ Fritsch betonte, dass neben den Erfolgen im Leistungssport auch die kompetente Betreuung der Kinder und Jugendlichen sowie die Sicherung eines ehrenamtlichen Engagements, Bausteine für die Zukunftsfähigkeit eines Vereins und Verbands darstellen.

Andreas König und Dr. Christof Armbruster gaben Einblicke in ihre Arbeit. König, der unter anderem für die Trainerausbildung des DRV in Ratzeburg verantwortlich ist, zeigte neue Ansätze bei der Ausbildung wie z.B. Blended Learning und stellte die digitale Lernplattform Edubreak® vor. Auch an der Sportschule Steinbach werden digitale Plattformen verwendet, die Armbruster den Teilnehmern zeigte. Welche Vor- und Nachteile bieten digitale Lehrmethoden? Werden bestimmte Teilnehmerkreise dadurch diskriminiert? Welche Facetten der Ausbildung leiden im digitalen Unterrichten?

Um auch im nächsten Jahr den Puls der Vereine zu treffen, stellten sich die Teilnehmer die Frage, welche Themen Vereine bewegen: Wie kann die Jugendarbeit in den Vereinen gelingen? Wie muss die Gewinnung von ehrenamtlichen Mitarbeitern gestaltet werden?

Die Sommerakademie 2024 findet wieder Mitte Juli im LZ Herzogenhorn statt. Eingeladen sind alle Vereinsfunktionäre, Vereinsmanager, Jugendleiter und Trainer, die den Anspruch und den Mut haben, ihren Verein zukunftsfähig zu gestalten.

Die Ausbildung zum Trainer-Assistenten – eine gelungene Kooperation

TEXT UND FOTOS: TEILNEHMER

Die Ausbildung zum Trainer-Assistenten findet in Kooperation des Ressorts Bildung und Sportentwicklung sowie der Landesruderyugend statt. Welche Aufgaben übernimmt die Landesruderyugend und wie kann eine Mitarbeit für die neuen Trainer-Assistenten aussehen?

Gruppe1



Verantwortung des Trainers

(Pascal, Clara, Oscar) Zu Beginn des Lehrgangs stand die Verantwortung der Trainer*innen im Vordergrund. Die jungen Trainer*innen wurden zum Umgang mit den Sportler*innen geschult. Zentral hierbei ist die ganzheitliche Persönlichkeitsentwicklung, die Förderung von Vielfalt und Teilhabe, die Gesundheit und der Kinder- und Jugendschutz. Darauf folgend informierte der Referent die Lernenden über die Wissensvermittlung durch Sport. Folglich vermittelte er den richtigen Umgang mit den Sportler*innen in Bezug auf den zu erlernenden Stoff, denn die Wissensvermittlung ist ein komplexer Teil im Aufgabenbereich eines Trainers.

Die Vorbeugung der sexuellen Gewalt im Sport war ein extra Block im Referat von Marcel Drayer von der Badischen Sportjugend. Marcel ist Bildungsreferent und Ansprechpartner zum Thema PSG.

Einer der Hauptaufgaben der Trainer*innen ist die Aufsichtspflicht. Damit auch in Zukunft der sichere Umgang mit den Kindern in den Vereinen gewahrt wird, wurde dieser Bereich besonders ausführlich gestaltet. So wurden die herangehenden Trainer*innen über ihre Verantwortung aufgeklärt und geschult.

Abschließend wurden die Regeln des Ehrenkodex präsentiert, den jeder Trainerassistent unterschreiben muss.

Gruppe2



Sicherheit

(Gino, Jonas) Sicherheit ist ein essenzieller Teil der Ruderausbildung. Es ist das Erste, was ein neuer Ruderer lernen sollte. Dabei geht es nicht nur um die Sicherheit auf dem Wasser, sondern auch um die eigene Sicherheit und die Sicherheit im Umgang mit dem Material.

Dabei wurden Schwerpunkte auf die folgenden Themen gelegt:

Im Schiffsverkehrsverkehr muss man immer ausweichen, da man definitiv das schwächere Boot ist. Bei einer Kenterung ist es wichtig am Boot zu bleiben, den Oberkörper über Wasser zu ziehen und nicht versuchen an Land zu schwimmen.

Es ist wichtig sich regelmäßig umzudrehen, um Gefahren ausweichen zu können.

Die Kenterschnüre an den Schuhen müssen vorhanden und befestigt sein und besonders Anfänger müssen in der kälteren Jahreszeit Schwimmwesten tragen. Diese Empfehlung gilt aber auch für alle anderen Ruderer, da auch mal ein technischer Defekt am Boot zur Kenterung führen kann.

In der Bootshalle muss man auf die Ausleger und die Dollen achten. Es wäre nicht das erste Mal, dass sich hier ein Ruderer an Land verletzt oder die Boote beschädigt werden.

Auf dem Wasser gibt es EINEN Bootsobmann, der in jeder Situation die Ansagen gibt. Dieser darf kein Anfänger sein und ist der Verantwortliche im Falle eines Unfalls

Wenn man diese essenziellen Aspekte den Sportlern erklärt hat, kann das Rudern lernen mit Freude, Spaß und der notwendigen Sicherheit beginnen.

Gruppe 3



Rudertechnik

(Bjarne, Finn, Olivia) „Früher war nicht alles besser“ diese Redewendung ist besonders beim Rudern zutreffend. „Häschenhaltung“ und übermäßige Rückenlage, wie sie früher gelehrt wurden, gehören heute Dank neuem Material und einem anderen Verständnis vom Rudern der Vergangenheit an. Wolfgang, Heike und Gunda machten mit uns im Mannschaftsboot verschiedene Übungen, die das Bootsgefühl verbessern sowie die Koordination und auch die Schnelligkeit fördern. Es wurde an jedem Lehrgangstag gerudert.

Durch die abwechslungsreiche Besetzung im 8+, 4-/4x- und 2-/2x konnte jeder neue Perspektiven erleben und Bootsgattungen ausprobieren. Das Mannschaftsgefühl wurde durch die unterschiedlichen Besetzungen gestärkt. In der anschließenden Videoanalyse durften sich die Teilnehmer selbst anschauen und analysieren. Es gab Tipps für Übungen auf dem Wasser, um die Wahrnehmung zu schulen und ein abwechslungsreiches Training zu gestalten. Die verschiedenen Übungen können die Teilnehmer nun als Trainer im Anfängertraining anwenden.

Bei den Videoanalysen der Profis in Bled und Varese hat man viele verschiedene Techniken gesehen, sodass man sagen kann: „Es gibt keine perfekte Rudertechnik“.



Gruppe 5 Kooperation Ressort Bildung und Landesruderjugend

(Wolfgang, Bjarne, Johanna, Heike) „Die Ausbildung zum Trainer-Assistenten findet in Kooperation des Ressorts Bildung und Sportentwicklung sowie der Landesruderjugend statt. Welche Aufgaben übernimmt die Landesruderjugend und wie kann eine Mitarbeit für die neuen Trainer-Assistenten aussehen? Johanna und Bjarne leiteten eine Gruppenarbeit an, bei der die Gestaltung eines abwechslungsreichen Kinder- und Jugendprogramm das Thema war.

Wolfgang gab einen Überblick über die Themen Rudern lernen, Rudertechnik und Training, methodische Grundlagen und Aufbau einer Übungseinheit. Wie kann ein Ausbilder die Grundlagen der Rudertechnik vermitteln? Wie gestalte ich ein Rudertraining mit Kindern und Jugendlichen und welche Aufgaben hat ein Trainer im Motorboot? Anschließend ging es dann auch sofort ins Boot.

Außerdem stand das Thema „Kommunikation mit Eltern, Lehrer und Verein, Umgang mit „schwierigen“ Kindern und Eltern“ auf dem Programm. Nach einer Einführung zum Thema Kommunikation übten die Teilnehmer „spontane“ Situationen, die sie kurz zuvor in drei Sätzen bekommen hatten, ohne zu wissen, was auf dem Zettel des Gegenübers stand.

*Alle Teilnehmer bestanden den schriftlichen Test,
besitzen jetzt die Lizenz des Trainer-Assistenten und freuen sich
auf den Einsatz in ihren Heimatvereinen!*

Gruppe 4



Abwechslungsreiches Ergänzungstraining

(Michael, Benjamin, Antonia) Am Samstag startete Referentin Gunda Reimers mit dem ersten Block des Ergänzungstrainings: Sensomotorisches Training und Kräftigung für Kinder und Jugendliche. Den Teilnehmern wurde praktisches sowie auch theoretisches Wissen vermittelt. Die Übungen waren vielfältig und machten allen Spaß. Alle waren von den intensiven Übungen gut beansprucht und manche stießen an ihre Grenzen. Es gab Tipps für das Kinder- und Juniorentaining, wie es kreativ und abwechslungsreich gestaltet werden kann. Im Anschluss ging es mit Gunda und Bjarne vom Krafraum auf den Sportplatz. Hier war das Thema „Spiel- und Trainingsformen zur Koordination und Ausdauer an Land“. Wichtig beim Training an Land ist, dass die Kinder anhand von verschiedenen Übungen ihre individuellen Möglichkeiten austesten können. Beweglichkeit, Yoga für Ruderer und Ergometer als Achter-Training auf Slides standen am Sonntag auf dem Programm.

Wege zur Gewinnung von ehrenamtlichen Mitarbeitern in Sportvereinen

TEXT: HEIKE BREITENBÜCHER

FOTO: HANNES BLANK

Jeder Verein ist anders und braucht eigene Lösungen. Die Voraussetzungen, Rahmenbedingungen und Probleme in den Rudervereinen im Land sind unterschiedlich und individuell. In diesem Artikel wird auf einige Möglichkeiten zur Ehrenamtsförderung und -gewinnung eingegangen, wissentlich, dass es oftmals ein ganzes Maßnahmenbündel braucht, um ehrenamtliche Mitarbeiter zu gewinnen und somit den reibungslosen Ablauf der gewünschten Vereinsaktivitäten sicherzustellen.

Der Freiwilligensurvey von 2019 (www.bmfsfj.de) ist eine Studie, die Informationen über das freiwillige Engagement in Deutschland liefert. Die Ergebnisse dieser Studie zeigen, dass das Engagement im Sportbereich im Vergleich zu anderen Bereichen wie Sozialwesen oder Kultur relativ hoch ist. Die Zahlen derer, die sich engagieren, entwickeln sich seit Jahren positiv, auch wenn es nun durch die Corona-Pandemie zu einem kurzzeitigen Knick gekommen ist. Allerdings verwenden die einzelnen Personen weniger Zeit für ihr Engagement. Zudem wird es immer schwerer Menschen zu finden, die sich in Vereins-Führungspositionen einbringen wollen. Ein Grund dafür ist oft auch die Vereinssatzung, die festgezurrte und wenig attraktive Strukturen vorgibt. Der Erste Vorsitzende ist in vielen Fällen die Person, an der automatisch alles hängen bleibt, was nicht zu anderen Verantwortlichen passt.

Vereine sollten daher über den eigenen Tellerrand hinausschauen und zur Ehrenamtsgewinnung neue Wege gehen. Viele Rudervereine machen das auch schon. Wichtig ist eine Willkommenskultur und manchmal auch ein Aufbrechen der eingefahrenen Strukturen, um für junge Menschen die Mitarbeit attraktiv zu machen.

FREIWILLIGENDIENST (FWD) IM SPORT

Einen Freiwilligendienst (FWD) kann jeder machen. Ob Bundesfreiwilligendienst (BFD), ein Freiwilliges Soziales Jahr (FSJ) oder ein FSJ Sport und Schule. Der Freiwillige sollte



Eine von etwa 100 gut gelaunten Helferinnen und Helfern der Landesmeisterschaft

sportaffin sein. An einem FWD im Sport in Baden-Württemberg sind immer drei „Parteien“ beteiligt: der oder die Freiwillige, die Einsatzstelle und die BWSJ als Träger. Die BWSJ als anerkannter Träger der freien Kinder- und Jugendhilfe sowie der außerschulischen Jugendbildung sorgt dabei für eine professionelle Betreuung und ist verlässlicher Partner für alle Fragen und Anliegen.

Das FSJ ist ein Bildungs- und Orientierungsjahr für junge Menschen zwischen 16 und 27 Jahren. Die Ziele dieses Jahres bestehen darin, die Bereitschaft der Jugendlichen für ein freiwilliges gesellschaftliches Engagement und die Übernahme von Verantwortung zu fördern und ihnen in einer wichtigen Übergangsphase ihres Lebens (zwischen Schule und Beruf) eine Orientierungs- und

Entscheidungshilfe für ihren weiteren Lebensweg zu bieten. Deshalb ist es eine zentrale Aufgabe des FSJ, den Jugendlichen soziale Kompetenzen und erste Einblicke in für sie interessante Berufsfelder zu vermitteln, sie erste Erfahrungen im Arbeitsalltag sammeln zu lassen und sie durch gezielte Qualifizierungsmaßnahmen für ihr weiteres Leben zu rüsten. Das FSJ im Sport bietet eine gute Möglichkeit für die wachsenden Aufgaben der Kinder- und Jugendbetreuung (u.a. durch den Erwerb der ÜL-Lizenz und Trainerlizenzen).

Erfahrungsgemäß bleibt die Bindung an den Verein nach Ablauf des FSJ bestehen – und ehemalige Teilnehmer sind viel eher bereit, sich auch in späteren Jahren ehrenamtlich im Verein zu engagieren als andere Jugendliche.

Weitere Informationen:

www.lsvbw.de/sportwelten/sportjugend/freiwilliges_soiales_jahr/

BUNDESFREIWILLIGENDIENST (BFD) IM SPORT

Ähnlich wie das FSJ bietet der Bundesfreiwilligendienst im Sport die Möglichkeit, sich für eine bestimmte Zeit im Sportverein zu engagieren. Der BFD im Sport richtet sich an Menschen jeden Alters und bietet ihnen die Möglichkeit, ihre Fähigkeiten und Erfahrungen, z.B. aus dem Berufsleben mit Eintritt in den Ruhestand, im Sportbereich einzubringen.

BOGY UND ANDERE SCHUL-PRAKTIKA

Das Praktikum „Berufsorientierung an Gymnasien“ (BOGY) und andere Schul-Praktika fallen in eine wichtige Phase im Leben junger Menschen, in denen sie verschiedene Berufsfelder erkunden.

Sportvereine können diese Praktikumswoche nutzen, um Schülerinnen und Schüler für ein ehrenamtliches Engagement im Sportbereich zu begeistern. Indem sie interessante Praktikumsplätze anbieten und die Attraktivität des Sports als Betätigungsfeld hervorheben, können Vereine potenzielle Ehrenamtliche frühzeitig gewinnen. Während Mehrsparten-Vereine diese Chance durchaus nutzen, zögern Rudervereine oftmals, vor allem wenn kein hauptamtlicher Ansprechpartner im Trainingsbetrieb oder in einer Geschäftsstelle zur Verfügung steht.

DIE AUSBILDUNG ZUM SCHÜLERMENTOR IN BADEN-WÜRTTEMBERG

Die Ausbildung wird gefördert vom freien Sport (LSV) und dem Ministerium für Kultus, Jugend und Sport. Nach erfolgreicher Ausbildung sollen die Sportmentorinnen und -mentoren mit Unterstützung einer verantwortlichen Lehrkraft eine Gruppe im Rahmen von schulischen Projekten, Arbeitsgemeinschaften, Wettkämpfen etc. mitverantwortlich führen und betreuen. Junge Menschen erhalten auf diese Weise frühzeitig Gelegenheit, sich zu engagieren - Verantwortung für sich und andere zu übernehmen. Die Erfahrungen der vergangenen Jahre haben deutlich gezeigt, dass auf diese Weise das schulische Sportangebot eine sinnvolle Erweiterung erfährt und darüber hinaus Impulse für eine weiterführende ehrenamtliche Tätigkeit im Ruderverein gegeben werden. So könnte im Anschluss in Kooperation mit dem Ruderverein eine Ausbildung zum Trainerassistenten oder zum Trainer C Lizenz folgen.

LRVBW STEGAUSBILDERLEHRGÄNGE

Die LRVBW Stegausbilderlehrgänge richten sich an Ausbilder und Obleute in den Vereinen, die eine Mannschaft oder ein Boot betreuen oder im regulären Breitensport-Rudertreff neue Impulse setzen möchten. In dem eintägigen Lehrgang wird in der Theorie das „Rudern lehren“ sowie die Besonderheiten beim Rudern mit Erwachsenen besprochen. Auf dem Wasser werden Videoaufnahmen gemacht sowie Übungen in Selbsterfahrung durchgeführt. Im Anschluss werden die Videoaufnahmen besprochen und somit auch das „Rudern sehen“ geschult. Dies ist ein niederschwelliges Einstiegsangebot des LRVBW für potentielle zukünftige Ausbilder und Übungsleiter, das Vereine sogar im eigenen Revier nutzen können.

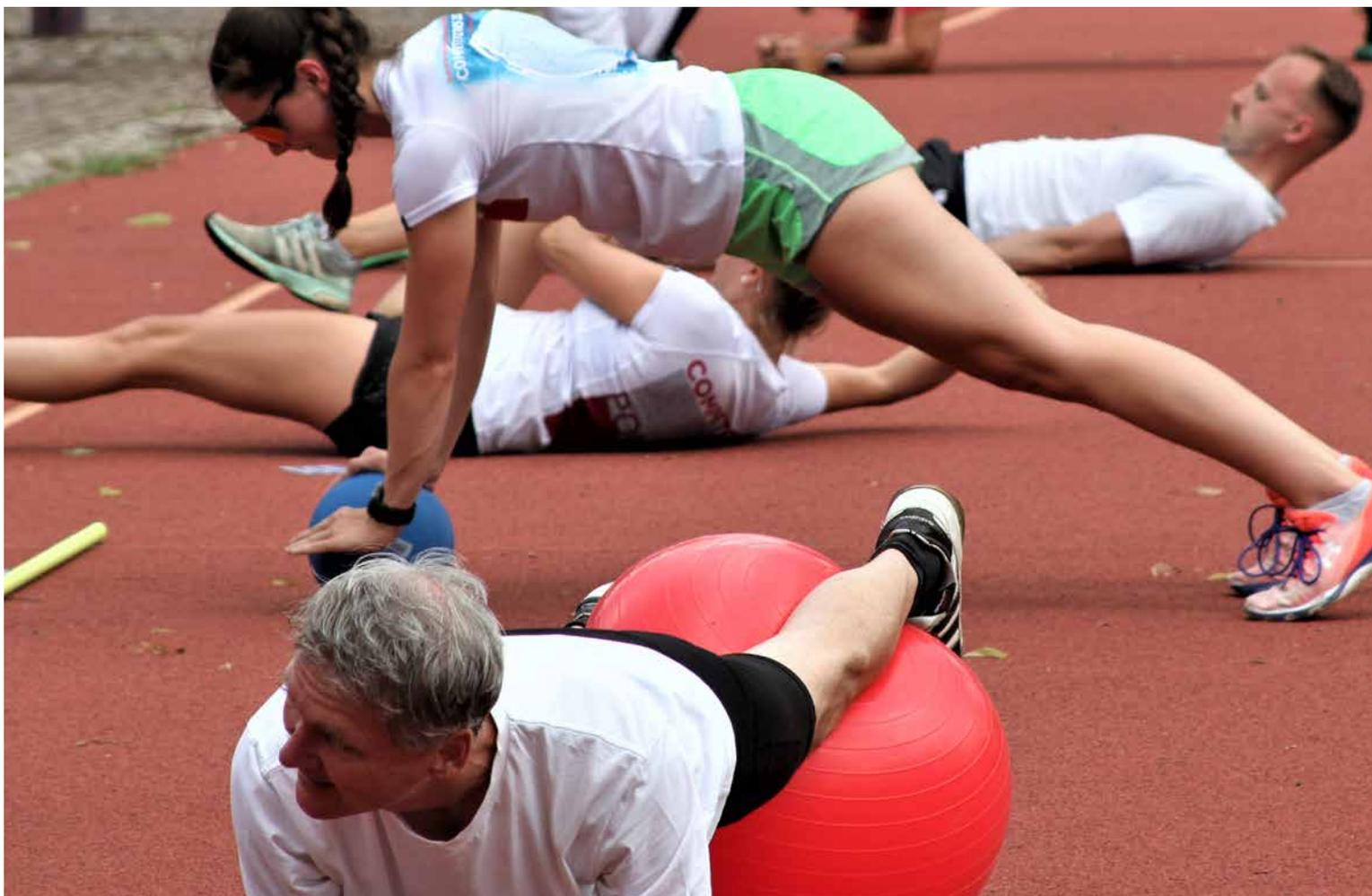
TRAINER-ASSISTENT RUDERN IM LRVBW - AUSBILDUNG ZUR ZERTIFIZIERUNG IN DER KINDER-/JUGENDBETREUUNG

Die Ausbildung zum Trainer-Assistent richtet sich an zukünftige Nachwuchstrainer in der Kinder- und Jugendbetreuung in den Vereinen. Der Trainer-Assistent ist ein erster Schritt zum Trainer C, kann aber auch als eigenständige Ausbildung gesehen werden. Zielgruppe sind Jugendliche, aber auch Erwachsene, die in den Vereinen

die Lizenztrainer unterstützen und eigene Aufgaben in der Betreuung übernehmen. Die Ausbildung wird mit einer Prüfung abgeschlossen und die Teilnehmer erhalten ein Zertifikat des LRVBW, das zu Teilen bei der Trainer C Ausbildung angerechnet werden. Eine 40 LE umfassende Ausbildung ermöglicht auch die Antragstellung für die Juleica. Weitere Informationen unter: <https://www.lrvbw.de/cms/home/ruderjugend/Bildung/trainerassistent.xhtml> und Artikel in dieser Ruderblatt-Ausgabe zum Thema.

WAS BEDEUTET DAS FÜR DIE RUDERVEREINE?

Die Gewinnung von Ehrenamtlichen Mitarbeitern ist von großer Bedeutung, um den Ruderbetrieb im Nachwuchsleistungssport und Breitensport aufrechterhalten zu können. Durch die Nutzung von Programmen wie dem FSJ im Sport und dem BFD im Sport können Vereine neben den üblichen Rekrutierungswegen gezielt neue Ehrenamtliche gewinnen. Darüber hinaus bieten auch BOGY, Praktika und Qualifikationsmaßnahmen wie die Ausbildung zum Trainerassistenten oder zum Schülermentor Möglichkeiten zur Gewinnung von Ehrenamtlichen. Nur wenn Rudervereine ihre Gewinnungsstrategien kontinuierlich weiterentwickeln, alle Möglichkeiten nutzen, können sie langfristig auf ein engagiertes Team von Ehrenamtlichen zählen. Ganz am Ende: man muss Ihnen dann aber auch Verantwortung geben und Vertrauen entgegenbringen!



Gesund mit und durch Rudern

TEXT: HEIKE BREITENBÜCHER

FOTOS: DR. WOLFGANG FRITSCH

Sport pro Gesundheit / Rudern pro Gesundheit – beide Programme können in den Vereinen genutzt werden, um den eigenen Mitgliedern ein gutes Angebot rund um Gesundheit und Rudern zu bieten.

Rudern gehört zu den gesündesten Sportarten. Rudern trainiert Koordination, Gelenkigkeit, Kraft und Ausdauer. Rudern in der Mannschaft heißt, Teil einer Gemeinschaft zu sein. Soziale Eingebundenheit ist ein Baustein für Wohlbefinden und fördert Ressourcen für die Bewältigung des Alltags. Verspannungen durch Stress können reduziert werden.

Dem gesundheitlichen Benefit des Rudersports wird kein Mitglied in unseren Vereinen widersprechen. Programme wie „Sport pro Gesundheit“ und „Rudern pro Gesundheit“ richten sich jedoch oftmals an eine externe Zielgruppe, die unter dem Aspekt der Gesundheit mit Kursen und Angeboten für den Rudersport und somit für die Vereine gewonnen werden soll. Vereine, die eine lange Warteliste für Anfängerkurse führen, kommen möglicherweise zu dem Schluss: „Diese Programme brauchen wir nicht, wir können eh nicht noch mehr Kurse bieten.“ und „Wir haben keine Betreuer, keine Ausbilder dafür.“

Aus dem Blickwinkel der Mitgliedergewinnung ist diese Sichtweise nachvollziehbar. Auch das Argument, dass Rudervereine das Rudern weiterhin traditionell in den Mittelpunkt stellen und nicht zu einem Verein der Gesundheitsprogramme werden wollen, ist schlüssig und mit Blick auf die Zukunft des Rudersports, wie wir ihn heute kennen, ernst zu nehmen.

GESUND MIT RUDERN – EIN BLICK AUF BESTEHENDE MITGLIEDER

Richten wir den Blick auf die langjährigen Mitglieder in unseren Rudervereinen, dann können die Gesundheitsprogramme eine ganz andere Bedeutung gewinnen. Der Blick fällt so auf die Mitgliederbindung, auf die Ermöglichung einer möglichst lebenslangen Ausübung des Rudersports und auf die Chance die eigenen Mitglieder in diesem



Vorhaben zu unterstützen. Die Unterstützung geht von einer altersgerechten Anpassung des Trainings, der Rudertechnik und der Bootseinstellung bis zum Ergänzungstraining, um die koordinativen Fähigkeiten, aber auch die Fitness außerhalb des Bootes zu schulen.

Die Ausbildung zum Übungsleiter B Prävention im Rudern beim Landesruderverband Baden-Württemberg hat diese Themen im Fokus. Die Zielgruppen innerhalb eines Vereins erstrecken sich über das ganze Mitgliederspektrum. Bereits bei den jüngsten Ruderern ist das altersgerechte Training im Boot und an Land elementar für eine gesunde Ruderkarriere. Ergänzungs- und Ausgleichstraining zur Verhinderung oder Verminderung von muskulären Dysbalancen begleiten neben dem Wassertraining die Entwicklung der jungen Athleten.

Während für Kaderathleten eine medizinische Unterstützung aus den Olympia-Stützpunkten angeboten wird, so werden die Wettkampfruderer der verschiedenen Altersklassen in den Vereinen in der Regel auf die Expertise ihres Trainers zurückgreifen. Dies gilt gleichermaßen für alle weiteren Bereiche des Ruderns und für die große Gruppe der Breitensportrunderer. Diese haben wachsendes Interesse in Bezug auf positive Anpassungsmechanismen des aktiven und passiven Bewegungsapparates und am Wissen um den Gesundheitswert des Sports. Zum Vereinstraining gehört aber auch die Vermittlung von Werten, wie Gemeinsamkeit, Offenheit, Fairness und nicht zuletzt die Identifikation mit dem Verein und dem Rudersport im Allgemeinen.

GESUND DURCH RUDERN – EIN BLICK AUF NEUE MITGLIEDER

Gesundheitsprogramme – sei es nun „Rudern pro Gesundheit“ oder das standardisierte Ruderprogramm im Rahmen des DOSB-Siegels „Sport

pro Gesundheit“ strahlen natürlich auch nach außen und animieren gesundheitsbewusste Sportsuchende einen genauen Blick auf Rudern und Rudervereine zu werfen. Beide Siegel stehen für qualitativ geschulte Trainer und Übungsleiter im Verein, die entsprechende Kenntnisse in der Lizenzausbildung erworben und nachgewiesen haben. Der Übungsleiter B in der Prävention – Rudern ist eine Ausbildung, die in Kooperation mit der Sportschule Steinbach/Baden-Baden konzipiert wurde, und genau diesen qualitativen Erwartungen Rechnung trägt. Erwartungen, die externe Interessenten an ein Vereinsangebot richten, aber auch die Wünsche der langjährigen Mitglieder an ein vereinsinternes Ruderangebot widerspiegeln.

An den Übungsleitern und der Offenheit der Vereine wird es dann liegen, ob neue Mitglieder das Rudern als das begreifen, was es sein kann: eine wunderschöne Traditionssportart, die nebenbei noch Kraft, Ausdauer und Koordination stärkt und die Gesundheitskompetenz der Teilnehmer erweitert. Wenn dies und die Einbindung in die Gruppe sowie in das Vereinsleben gelingt, dann kann daraus eine langjährige Mitgliedschaft und Verbundenheit entstehen.

Informationen zum DOSB- Programm „Rudern in der Prävention“ unter

www.lrvbw.de/cms/home/bildung/sportentwicklung/dosb_sport_pro_gesundheit.xhtml



Erfolgreiche DJM 2023 in Essen für den Landesruderverband Baden-Württemberg

TEXT: HEIKE BREITENBÜCHER, RALF KOCKEL

FOTOS: WWW.MEINRUDERBILD.DE

Der Landesruderverband Baden-Württemberg (LRVBW) war mit 22 Vereinen bei den diesjährigen Jahrgangsmesterschaften in Essen auf dem Baldeneysee vertreten und holte 11-mal Gold, 13-mal Silber sowie 12 Bronzemedailien. Aus Baden-Württemberg wurden für die U19-WM in Paris 6 Sportler und eine Trainerin nominiert, zur U23-WM in Plovdiv haben es 5 Sportler und ein Trainer geschafft.

Die Landesmannschaft war in diesem Jahr von großen „Seuchenausbrüchen“ verschont geblieben. Der gefährliche Marbacher Straßenverkehr hatte die Schlagkraft bei den B-Junioren etwas reduziert, aber im Großen und Ganzen konnte viel von der erwarteten Leistung abgerufen werden. Inzwischen ist der Marbacher Felix Hörner aber auf dem Weg der Besserung und wird mit metallverstärktem Schlüsselbein in ein paar Wochen mit seinem Partner Moritz Bitz im Zweier ohne wieder in die Riemen greifen können. Der Junior B Achter holte auf dem Baldeneysee die Bronzemedaille.

Starke Leistung zeigten die Juniorinnen B in Essen – der Achter mit Franka Müller, Anna Janson, Anne Fischer, Enni Keier, Marlena Knauf, Charlotte Schünemann,

Sofia Woelke, Luzia Pilz und Steuermann Mathis Knappenberger (Rgm.RG Heidelberg/Karlsruher RV Wiking/Stuttgart-Cannstatter RC/Marbacher RV/Mannheimer Regatta-Verein) ließen auf der 1500 Meter Strecke nichts

anbrennen und zeigten in einem Start-Ziel-Sieg ihren Anspruch als Baden-Württemberg Express, wie Kommentator Boris Orłowski beim Streckenreport verkündete.

Am Sonntagvormittag hatte bereits der Juniorinnen B Vierer mit Steuermann mit Anna Janson, Anne Fischer, Enni Keier, Marlena Knauf und Steuermann Mathis Knappenberger (Rgm.RG Heidelberg/Karlsruher RV Wiking/Stuttgart-Cannstatter RC/Marbacher RV/Mannheimer Regatta-Verein) Gold geholt. Sie gaben damit bereits einen Vorgeschmack auf das Achterrennen am Nachmittag, indem sie bereits in diesem Rennen ihren Sieg ungefährdet nach Hause fuhren.

Gold im leichten U17 Doppelzweier der Junioren holten Ole Mahnke und Patrick Tannenberger (Rgm.Mannheimer Regatta-Verein/RC Rheinfelden Baden). Die Leichtgewichtsrennen sorgten wie gewohnt für Spannung durch enge Rennen und so war es auch dieses Mal. Mahnke und Tannenberger

ließen sich nicht aus der Ruhe bringen und schoben ihren Bugball am Ende als Erste über die Ziellinie. Dies war die dritte Goldmedaille für den LRVBW im U17 Bereich.

VIER GOLDMEDAILLEN FÜR DIE ALTERSKLASSE U19

Vier Goldmedailien erzielten die Ruderinnen und Ruderer in der Altersklasse U19.

Bilal Hamini und Levin Burkhart (RG Eberbach/RC Nürtingen) fuhren im Vierer mit Steuermann in Renngemeinschaft mit der RG Speyer direkt auf das oberste Siebertreppchen und zu Gold. Spannend bis zum Schluss wiederum ein Leichtgewichtsrennen der U19 Junioren, das Phil Weckenmann (RC Nürtingen) am Ende für sich entscheiden konnte. Das machte für Weckenmann wohl Lust auf mehr Gold – so konnte er wenige Stunden später auch im leichten Doppelvierer (Rgm.Mainzer RV/RV Kurhessen-Cassel/RG Wiesbaden- Biebrich/RC Nürtingen) eine weitere Goldmedaille vom Vorsitzenden des Deutschen Ruderverbandes



Moritz Petri in Empfang nehmen.

Antonia Nake von der RG Heidelberg hatte sich außerhalb des Südens für eine Renngemeinschaft RV Empor/RC Witten/RG Heidelberg/RV Münster entschieden und holte Gold im U19 Doppelvierer.

UND NOCHMAL VIERMAL AUF PLATZ 1 IN DER U23 ALTERSKLASSE

Ebenfalls vier Goldmedaillen nahmen die U23 Ruderer zurück nach Baden-Württemberg. Die Breisacherin Chiara Saccomando hatte dabei gleich zweimal den Riemen im Wasser und somit ihren Anteil an Gold. Saccomando siegte im Seniorinnen B Vierer ohne Steuermann (Rgm.RC Potsdam/Breisacher RV/RG München) und im Achter mit Steuermann (Rgm.Breisacher RV/RC Potsdam/RG München/RK am Baldeneysee/Passauer RV/Neusser RV/Kettwiger RG/RK am Wannsee)

Leicht und schnell waren Romy Dreher und Helena Brenke, die in der Renngemeinschaft

TSV Otterndorf/RA/Ulmer RC Donau/Karlsruher RV Wiking/Stralsunder RC ihren U23 Doppelvierer als erste über die Ziellinie schoben.

Der U23 Achter der Senioren wird auch liebevoll „der kleine Deutschlandachter“ genannt. In diesem Achter sitzt Noah Anger des Ulmer RC Donau. Er und seine Teamkameraden ließen keinen Zweifel daran, dass sie Anspruch auf Gold erheben wollten, würden und auch taten.

11 NOMINIERUNGEN FÜR U19 UND U23 WM AUS DEM LAND

Diese Leistungen und Platzierungen führten dazu, dass für die U19-WM in Paris 6 Sportler und eine Trainerin nominiert wurden. Die nominierten Athleten sind Antonia Nake (RG Heidelberg), Leonie Goller (RV Friedrichshafen), Melina Lindenmuth (Mannheimer RV Amicitia), Levin Burkhardt (RC Nürtingen) Bilal Hamini (RG Eberbach) und Amadeus Maus (Stuttgarter RG). Als

Trainerin wird Merit Linder (RC Nürtingen) die Mannschaft nach Paris begleiten.

Zur U23-WM in Plovdiv haben 5 Sportler und Trainer Marcus Maier (Ulmer RC Donau) das Einladungsticket überreicht bekommen. Mit ihm reisen Romy Dreher, Harriet Wappler-Niemeyer und Noah Anger (ebenfalls Ulmer RC Donau) sowie Paula Lutz vom Mannheimer RC und Chiara Saccomando (Breisacher RV) nach Bulgarien.

Landestrainer Ralf Kockel zeigt sich äußerst zufrieden mit den Leistungen aus dem Land und freut sich: „Dieser Erfolg wurde möglich durch eine beispiellos gute Zusammenarbeit unserer Vereinstrainer, die von Anfang an in großen Zusammenhängen gedacht haben, und neben unseren Medaillenbooten auch die „Entwicklungsmannschaften“ auf den Weg gebracht und betreut haben. Es steckt derzeit sehr viel Potential im Team BaWü und ich freue mich, wenn wir in Zukunft daraus noch viele Erfolge feiern können.“

Eine der beliebtesten Landesmeisterschaften Deutschlands?

TEXT: HANNES BLANK

FOTOS: HEIKE BREITENBÜCHER

Die Landesmeisterschaft des Landesruderverbandes Baden-Württemberg gilt bundesweit sicherlich als eine der beliebtesten Regatten, was die Erringung von Titeln gegen Mannschaften von Vereinen innerhalb eines Bundeslandes betrifft. Ein entsprechendes Ranking von Landesmeisterschaften im Rudern zwischen Bodensee und Kieler Fjörde gibt es zwar nicht, aber die beständig hohe Anmeldezahlen und die erfolgreiche Kombination mit dem Landesfinale Jugend trainiert für Olympia und der Sommertalentiade der Ruderjugend sorgen für eine hohe Attraktivität.



Der Preis für den schnellsten Männer-Achter geht an die Mannschaft des RC Nürtingen

Zudem ist der Ausrichter, der Breisacher Ruderverein, ein sehr erfahrener Organisator der Landesmeisterschaft, da er es in den letzten Jahren mit wenigen Ausnahmen wegen Ausfällen (Covid, Hochwasser) immer wieder verstand, die Regatta sehr attraktiv zu gestalten. Eine schöne 1000 Meter-Strecke mit Zielturm und direkter Ehrung am Siegersteg verstärken das Erlebnis Landesmeisterschaft in Breisach. 2023 spielte auch das Wetter ohne Sommerkapriolen mit. Bei den B-Junioren gab es dieses Jahr so viele Meldungen für den Einer und den Doppelvierer, das erstere ein Halbfinale bekamen und weitere einen Vorlauf – da waren die jungen Ruderathletinnen und Ruderathleten dieser Altersklasse schnell an ihrem Limit von maximal vier Rennen am Tag.

„Freitag Gewitter, Samstag und Sonntag sehr heiß, so habe ich Breisach sehr oft in Erinnerung“, sagte Florian Roller. Der 30-Jährige, 2016 und 2018 Weltmeister im Leichtgewichts-Doppelvierer, ist schon oft auf dem gestauten Nebenarm des Rheins (der Schiffsverkehr nimmt einen anderen Weg über die französische Seite) gestartet, um Landesmeistertitel zu gewinnen. Dieses Jahr sollte ein weiterer im Männer-Einer dazukommen, nachdem er im Vorjahr krankheitsbedingt abmelden musste. In diesem Rennen hielt Adrian Mengendoht (Karlsruher Ruder-Verein Wiking) 300 Meter lang gut mit, dann zog der für die Stuttgarter RG fahrende Roller auf und davon und gewann den mit einem Wanderpreis verknüpften Titel. Dritter wurde Christian Klein vom Mannheimer Ruderclub.

Roller saß auch im siegreichen Männer-Achter der Stuttgarter Rudergesellschaft. In der Besetzung Gerhard Müller, Tom Polman, Clemens Hoyer, Florian Roller, Emil Schmidberger, Moritz Marchart, Moritz Korthals, Simon Kramm und Steuerfrau Laura Hipp gewannen Ruderer aus der Landeshauptstadt mit 1,65 Sekunden Vorsprung vor dem Boot des Karlsruher Ruder-Vereins Wiking (Schlag: Karl Draper). Hätte dort Steuerfrau Rebecca Pawlik nicht schon während der Startphase gegensteuern müssen, wäre das Rennen vermutlich noch knapper ausgefallen. Die Bronzemedailien im Männerachter holte sich das Team des Ruderclub Rheinfelden ab.

Der Wanderpreis für den schnellsten Frauen-Einer blieb erstmals in der Geschichte der Landesmeisterschaft beim Breisacher Ruderverein. Claire Licht gewann das Rennen vor Cathrin Reimer (Rudergesellschaft Heidelberg) und Sina Burmeister (Ulmer Ruderclub Donau). Die 20-jährige Licht, U23 WM-Vizemeisterin im Leichtgewichts-Doppelvierer 2022, hatte ihr Fans auf der Siegerehrung: „Claire Licht ist krass und die beste von allen!“, freute sich eine Breisacher C-Juniorin in einer Gruppe Gleichgesinnter, während ihre Vereinskollegin den großen „Preis des Rheins“ in Händen halten durfte.

Der Wettbewerb des Junioren-Achters gibt einen Ausblick darauf, welcher baden-württembergische Verein in Sachen Nachwuchs so gut aufgestellt ist, um in den folgenden Jahren auch die Großboote mit männlichen erwachsenen Ruderathleten füllen zu können. 2023 war dies nicht der RC Nürtingen, sondern der Ulmer Ruder-Club Donau, die vom Breisacher RV einen Achter leihen mussten, da sie gleich drei Achtermannschaften aufboten. Nach dem Sieg im Vorlauf (insgesamt sieben Boote hatten gemeldet) setzte sich die Ulm-Mannschaft mit Colin Gaugler, Maximilian Meyer, Mikel Mardaras-Peters, Florian Schnarrenberger,

David Pfarr, Paul Vasylyev, Aaron Maier, Schlagmann Jordan Böhm und Steuerfrau Lisa Denking-Ruder durch. „Zur Hälfte des Rennens waren die Abstände gering, aber uns ist der Endspurt gut gelungen“, erzählte Jordan Böhm nach dem Rennen. Nürtingen kam auf den Bronzeplatz, die Silbermedaillen im Junioren-Achter bekamen die jungen Ruderer des Marbacher Rudervereins umgehängt. Der RCN siegte hingegen bei den Juniorinnen (Schlag: Anna Fischbach), vor dem einzigen Gegner aus Karlsruhe.

Im Rennen der Frauen-Achter gab es ebenfalls keinen Vorlauf, aber mit 5 Booten war die Regattastrecke gut gefüllt. Es siegte wie bei der Premiere dieses Rennens vor ein paar Jahren der Karlsruher Ruder-Verein Wiking, mit der Junioren WM 2022-Zweiten Helena Brenke auf dem Bug-Platz, außerdem Sonja Arnold-Kiefer, Esther Linner, Barbara Thiele, Victoria Karl, Sophia Brenke, Luise Münch, Clara Reiter und Steuerfrau Rebecca Pawlik. „Nürtingen war vorab schwer einzuschätzen, aber wir kamen gut raus und ab 500 Meter haben wir alles klar gemacht“, berichtete Schlagfrau Clara Reiter nach dem Rennen. Tatsächlich trennten sie über vier Sekunden vor den Zweitplatzierten aus Ulm, Dritte wurden, etwas überraschend, neun Heidelbergerinnen vom Ruderclub.

Der Breisacher Ruderverein bittet übrigens schon seit über 50 Jahren zu Ruder-Rennen. Angefangen hat der erst kurz zuvor gegründete Verein mit einer Einladungsregatta, die schnell an Attraktivität gewann. Ungefähr 15 Jahre wurde in Breisach auch eine internationale DRV-Juniorenregatta ausgerichtet. Einer, der fast immer dabei war, ist BRV-Urgestein Roland Fassnacht, der einst auch Regattaleiter war und immer noch einer der etwa 100 Helfer der Veranstaltung ist. „Anfangs hatten wir noch 2000 Meter-Rennen und eine einsehnbaren Startnachenreihe bei 1500 Meter“, erzählt der 76-jährige Ex-Polizist. Das wohl kurioseste



„Der Preis des Neckars“ für den schnellsten Frauen-Doppelvierer geht 2023 an Esther Linner, Luise Münch, Clara Reiter und Helena Brenke

Ereignis fand Mitte der 1970er Jahre statt: „Ein Mann wollte nachts schwimmend mit einem kleinen Floss, worauf er seine Sachen hatte, den Rhein von Frankreich aus nach Deutschland queren, verfiel sich aber in den Leinen des Albano-Systems und rief um Hilfe“, berichtete Fassnacht. „Die am Ufer zeltenden Kinder hörten das und benachrichtigten die Polizei. Nachdem der Schwimmer befreit und an Land gebracht worden war, stellte sich heraus, dass das ein flüchtiger Krimineller war, der illegal über die Grenze wollte“.

Zurück zur Gegenwart: Der „Preis des Ministerpräsidenten“ für die beste Leistung insgesamt schien während der Regatta im Jahre 2023 schon fest in der Hand des Ulmer Ruderclub Donau. Der Verein, der auch

U23-Leistungstützpunkt ist, hatte zusammen mit Gastruderinnen und -ruderern aus Paris eine sehr große Gesamtmannschaft für viele Rennen startklar gemacht (74-mal wird er im Meldeergebnis genannt). Doch der RC Nürtingen tauchte dort 78-mal auf, und den jungen französischen Gastruderern fehlte es an Regattaerfahrung, laut eines Ruderers aus Ulm war es für viele von Ihnen der erste Ruderwettbewerb in ihrem Leben überhaupt. Und für den „Preis des Ministerpräsidenten“ zählt eben nicht nur Masse, sondern auch Klasse: Sehr zur Freude des RCN-Sportvorsitzenden Andreas Keller gewann der Club vom Oberlauf des Neckar die begehrte Auszeichnung mit 367,75 Punkten deutlich vor Ulm, die 324,75 Zähler sammelten. Dritter wurde die Mannheimer RV Amicitia mit 256,5 Punkten.

Jannik Metzger hält Kurs auf die WM in Belgrad

TEXT: HEIKE BREITENBÜCHER/JANNIK METZGER

FOTOS: CHRISTIAN SCHWIER

Der Deutsche Ruderverband hat sein Aufgebot für die Ruder-Weltmeisterschaft vom 3. bis 10. September 2023 in Belgrad nominiert. Den Titelkämpfen kommt in diesem Jahr eine besondere Bedeutung zu, weil bei ihnen der Großteil der Startplätze für die Olympischen Spiele 2024 in Paris vergeben wird. In der serbischen Hauptstadt werden DRV-Boote in 13 der 14 olympischen Bootsklassen antreten. aus 7 Nationen eine Woche lang an verschiedenen Standorten treffen, um gemeinsam im Achter zu trainieren. Am Abschlusswochenende treffen sich dann alle zu einer gemeinsamen Regatta. Leider hatte auch hier Corona einen negativen Einfluss, sodass die erste Begegnung erst dieses Jahr stattfinden konnte.



Der Marbacher Jannik Metzger sitzt im deutschen Männer Zweier ohne Steuermann. Aktuell befindet er sich in der unmittelbaren Wettkampfvorbereitung für die Weltmeisterschaft in Belgrad. In einem Kurzinterview durch Heike Breitenbücher berichtet Jannik Metzger unter anderem

aus den Trainingslagern, von den bisherigen Wettkämpfen und gibt einen Ausblick auf die kommende WM.

Vielen Dank, dass du dir die Zeit für dieses Interview nimmst, Jannik. Wir wissen, dass du derzeit hart für die kommende Weltmeisterschaft in Belgrad trainierst. Lass uns über deine Vorbereitungen und Erwartungen sprechen! Kannst du uns zum Einstieg kurz etwas über deinen sportlichen Hintergrund erzählen? Wie bist du zum Rudern gekommen und wie lange betreibst du diesen Sport schon?

Sehr gerne. Angefangen habe ich mit 13 Jahren im Schulrudern in Marbach. Damals wurden Leute für den Schüler-Achter gesucht. Unser Naturwissenschaftslehrer, der Teil des Ruder-AG Teams war, hat mich angesprochen, weil ich bei der Vorstellungsrunde einen Kopf größer war als der Rest. Nach einem Jahr Schulrudern bin ich dann in den Verein eingetreten und habe dort mit dem Leistungssport angefangen.

Nun trainierst du ja schon seit einigen Jahren nicht mehr in Marbach, sondern in Dortmund, wo Du auch wohnst und studierst. Wie hat sich das auf dein Rudern ausgewirkt?

Nach meinem ersten U23 Jahr und meinem ersten internationalen Start hatte ich mich dazu entschieden nach Dortmund an den Bundesstützpunkt zu gehen. Für mich hat sich dieser Schritt ausgezahlt. Jeden Tag in einer großen Gruppe mit den besten Riemern Deutschlands zu trainieren ist einfach extrem wertvoll für die eigene Entwicklung. Jetzt im A-Bereich ist es nochmal etwas anderes, da alle, die in eines der Nationalmannschaftsboote im Riemer kommen wollen, in Dortmund trainieren müssen. Das heißt, wir können jeden Tag als Nationalmannschaft gemeinsam trainieren. Das ist rudertechnisch extrem wertvoll. Aber oft – vor allem während der Selektion – ist das natürlich auch mit viel Konkurrenzkampf und Leistungsdruck verbunden.

Jetzt hat es dieses Jahr für dich mit der Selektion geklappt, du sitzt in einem der Nationalmannschaftsbooten und durftest dieses Jahr schon auf drei internationalen Regatten - zwei Mal im Zweier und einmal im Vierer - für Deutschland starten. Nimm uns doch kurz mit, wie war die bisherige Saison für dich?

Die Saison kann man ja so ein bisschen in zwei Teile aufteilen, die nationale Saison, bis die Boote selektiert werden und danach





Julius Christ (RTHC Bayer Leverkusen) und Jannik Metzger (Marbacher Ruderverein) im Zweier ohne

dann die internationale Saison. Die nationale Saison lief mit einem vierten Platz auf der Kleinbootmeisterschaft für mich mit meinem Zweierpartner Julius erstmal sehr gut. Dadurch war eigentlich schnell klar, dass wie dieses Jahr in einem Boot international an den Start gehen dürfen. Zuerst wurden noch ein paar Kombinationen im Vierer ausprobiert. Da wir beide aber eher physisch schwach sind und über das Ruderische punkten müssen, haben sich die Trainer dazu entschieden, uns im Zweier an den Start zu schicken.

Die internationale Saison hat dann erstmal holprig angefangen. Unsere Vorbereitung war eigentlich mega gut und die Vorbelastungen richtig schnell. Aber in Bled haben wir unseren Rhythmus überhaupt nicht gefunden und wurden Dritter im C-Finale. Drei Wochen später in Varese lief es dann schon viel besser. Mit vier richtig guten Rennen wurden wir am Ende Neunter. Das Wochenende hatte einfach super Spaß gemacht, alle Rennen waren schnell und vor allem super eng.

Danach hatten wir gehofft in Luzern die Formkurve beizubehalten. Dann wurde mein Zweierpartner Julius aber krank, so dass wir nicht starten konnten. Da im Vierer

gleichzeitig ein Steuerborder ausfiel durfte ich kurzfristig als Ersatz aushelfen. Ohne wirkliche Vorbereitung hatte es hier aber leider nur für den 11. Platz gereicht.

Jetzt bist du mit Julius Christ im Zweier für die Weltmeisterschaft nominiert - Herzlichen Glückwunsch. Was habt ihr euch für den Wettkampf vorgenommen?

Für uns ist das Ziel recht klar gesetzt, dieses Jahr geht es auf der WM darum, so viele Boote wie möglich für die olympischen Spiele zu qualifizieren. Im Zweier ohne müssen wir dafür 11. werden. Im Zweier werden bis zu 30 Boote erwartet, und viele kleinere Nationen setzen alles auf den Zweier. Dadurch wird das hart werden. Aber mit einer guten Vorbereitung und einer guten Regatta ist die Quali möglich.

Du hast sie schon angesprochen, die Vorbereitung. Wie bereitet ihr euch auf die Weltmeisterschaft vor?

Die unmittelbare Wettkampfvorbereitung ist für uns in mehrere Blöcke aufgeteilt. Den ersten Block haben wir gerade hinter uns: 16 Tage auf dem Stausee in Völkermarkt. Hier lag der Fokus noch auf der Grundlagenausdauer im

Boot und auf dem Rennrad. Bisher konnten wir gute Fortschritte im Boot machen. Nach einer Woche Heimtraining in Dortmund geht es nach Paris in das zweite Trainingslager. Dort werden wir auf der neuen Olympiastrecke trainieren. Wir sind alle gespannt, wie es dort aussieht. Dort werden wir vor allem am Rennschlag arbeiten. Danach absolvieren den letzten Trainingsblock gemeinsam in Dortmund.

Dir und Julius alles Gute und viel Erfolg auf der Weltmeisterschaft!

Alle LRVBW Ruderer auf U19 WM in Paris in den Medaillenrängen

TEXT: HEIKE BREITENBÜCHER

FOTO: CHRISTIAN SCHWIER

11 deutsche Boote standen in den A-Finals der U19-Weltmeisterschaften in Paris 2023. Am Ende wurden 7 Medaillen geholt: 2x Gold und 5x Silber. An 4 Medaillen (1x Gold und 3x Silber) waren Ruderer des LRVBW beteiligt.



Levin Burkhart (Nürtingen, JM 4+), Bilal Hamini (Eberbach, JM 8+), Amadeus Maus (Cannstatt, JM 4+), Merit Linder (Nürtingen, Trainerin JM 4+), Antonia Nake (RG Heidelberg, JF 4x), Melina Lindenmuth (MRV Amicitia, JF 8+), Leonie Goller (Friedrichshafen, JF 8+)

Für ALLE Teilnehmer aus Baden-Württemberg war es am Ende nicht nur das A-Finale, sondern auch ein Medaillen-Platz auf der U19 WM in Paris.

Der Juniorinnen-Doppelvierer legte mit der ersten deutschen Goldmedaille in einem knappen Rennen vor. Antonia Nake (Rudergesellschaft Heidelberg 1898 e.V.) war somit auch die erste baden-württembergische Ruderin auf dieser WM auf dem Treppchen.

Leon Gronbach (Rudergesellschaft Speyer 1883 e.V.), Sebastian Hopf (Ruderverein Münster von 1882 e.V.), Levin Burkhart (Ruderclub Nürtingen e.V. 1921), Amadeus Maus (Stuttgarter Rudergesellschaft von 1899 e.V.) und Steuermann Leonard Rieth (Hanauer Ruderclub Hassia e.V.) fuhren von Beginn an auf dem zweiten Rang und konnten diesen

bis ins Ziel halten. Silber für die Crew um Trainerin Merit Linder (Ruderclub Nürtingen e.V. 1921).

Ein spannendes Rennen lieferte der Juniorinnen-Achter. Nike Versace (Rudergesellschaft HANSA e.V.), Melina Lindenmuth (Mannheimer Ruder-Verein „Amicitia“ e.V.), Leonie Goller (Ruderverein Friedrichshafen e.V.), Leni Kötzitz (Ruder-Club Potsdam e.V.), Sara Grauer (Ruderverein Münster von 1882 e.V.), Klara Oenings (Ruderclub Sorpensee 1956 e.V.), Florentina Riffel (Ruder-Club Potsdam e.V.), Alina Krüger (Rudervereinigung Kappeln im Turn- und Sportverein Kappeln von 1876 e.V.) und Steuerfrau Emma Lauri Mehner (Dresdner Ruder-Club 1902 e.V.) lieferten sich das gesamte Rennen über einen Bug an Bug Kampf mit dem Boot aus Rumänien. Am Ende war es Silber für die Crew von Trainer Nils Meyer.

Und auch der Junioren-Achter holte Silber bei der diesjährigen Weltmeisterschaft. Franz Rudolph (Dresdner Ruder-Club 1902 e.V.), Tom Olbrich (Dresdner Ruderverein e.V.), Lasse Junge (Ruder-Club Favorite Hammonia), Leo Fischer (Bremer Sport-Club e.V. – Ruderabteilung), Moritz Müller (SC Magdeburg e.V., Abteilung Rudern), Bilal Hamini (Rudergesellschaft Eberbach 1899 e.V.), Jannes Korthals (SC Magdeburg e.V., Abteilung Rudern), Daniel Hopf (Ruderverein Münster von 1882 e.V.) und Steuermann Sadeepa Jagoda (Bessel-Ruder-Club e.V.) kämpften bis zum Schluss, mussten sich aber den unheimlich starken Jungs aus Großbritannien geschlagen geben.

Glückwunsch an das Team aus Baden-Württemberg, an die Ruderinnen und Ruderer und an die Trainerin Merit Linder!



Marbacher Ruderverein optimiert Anmeldeprozesse mit YOLAWO

Der Ruderverein Marbach, ein renommierter Sportverein in der Region, hat sich in den letzten Jahren verstärkt der Digitalisierung verschrieben. Ein wichtiger Schritt in diese Richtung war die Implementierung des YOLAWO-Systems zur Vereinsverwaltung und Organisation von Sportangeboten. In einem Interview mit Frank, dem Wanderruderwart und technischen Betreuer der Homepage des Vereins, erhielten wir Einblicke in die Hintergründe und Vorteile dieser digitalen Lösung.

Frank erklärt: „Vor YOLAWO haben sich die Teilnehmer per E-Mail angemeldet, und ich habe die E-Mail-Adressen gesammelt und Informationen per E-Mail weitergeleitet. Es war ein manueller Prozess, der Zeit und Arbeit erforderte.“

Die Vorteile der digitalen Plattform wurden schnell deutlich. Frank erklärt: „Mit YOLAWO kann ich jetzt technische Grenzen wie Anmeldezeiträume und maximale Teilnehmerzahlen festlegen. Ich muss mich nicht mehr darum kümmern, dass diese eingehalten werden. Zudem habe ich eine bessere Übersicht über Anmeldungen und muss keine Excel-Tabellen mehr manuell führen.“

Die Struktur der Veranstaltungsseiten wurde ebenfalls verbessert. Früher mussten Listenansichten und Detailansichten von Hand gepflegt werden, was viel Zeit in Anspruch nahm. Mit YOLAWO erfolgt dies automatisch. Frank erklärt: „Die Teilnehmer sehen jetzt eine Liste der Termine mit einem Link zu den Details. Wenn sie auf den Link klicken, erhalten sie weitere Informationen und können sich direkt anmelden.“

Dank YOLAWO spart der Marbacher Ruderverein Arbeitsaufwand und verbessert die Verwaltung der Anmeldungen. Frank schätzt den zeitlichen Aufwand deutlich geringer ein: „Früher habe ich etwa eine halbe Stunde für die Erstellung einer Veranstaltungsseite benötigt. Jetzt schaffe ich es in zehn Minuten. Die Pflege und Verwaltung der Anmeldungen sind ebenfalls effizienter geworden. Übers Jahr gesehen erspart mir das knapp 75 % meines Arbeitsaufwandes“

Die positive Erfahrung des Marbacher Rudervereins mit YOLAWO zeigt, wie digitale Lösungen die Vereinsverwaltung und die Kommunikation mit den Teilnehmern erleichtern können. Weitere Informationen zur digitalen Vereinsverwaltung von YOLAWO finden Interessierte auf der Webseite des Landesruderverbandes Baden-Württemberg www.lrvbw.de/

Die Kooperation zwischen YOLAWO und dem Landesruderverband Baden-Württemberg ermöglicht Vereinen gerade am Anfang, das System im vollen Umfang zu testen. Mit dem Gutscheincode „LRVBW2023“ ist eine 3-monatige kostenfreie Nutzung des Gold-Tarifs möglich.

Mehr Infos auf www.yolawo.de/lrv-bw/

Lisa Gutfleisch – Rudern, was sonst?

TEXT UND FOTOS: PRESSE-TEAM HRK

Lisa Gutfleisch (24 Jahre) startet als gebürtige Heidelbergerin seit ihrer Jugend sehr erfolgreich für den Heidelberger Ruderklub 1872. Wir konnten mit Lisa zwischen zwei Trainingseinheiten sprechen.

Hallo Lisa, schön, dass Du Zeit für ein Interview zwischen den Trainingseinheiten gefunden hast. Du hast früh mit dem Rudersport begonnen und schnell erste Erfolge erzielt ...

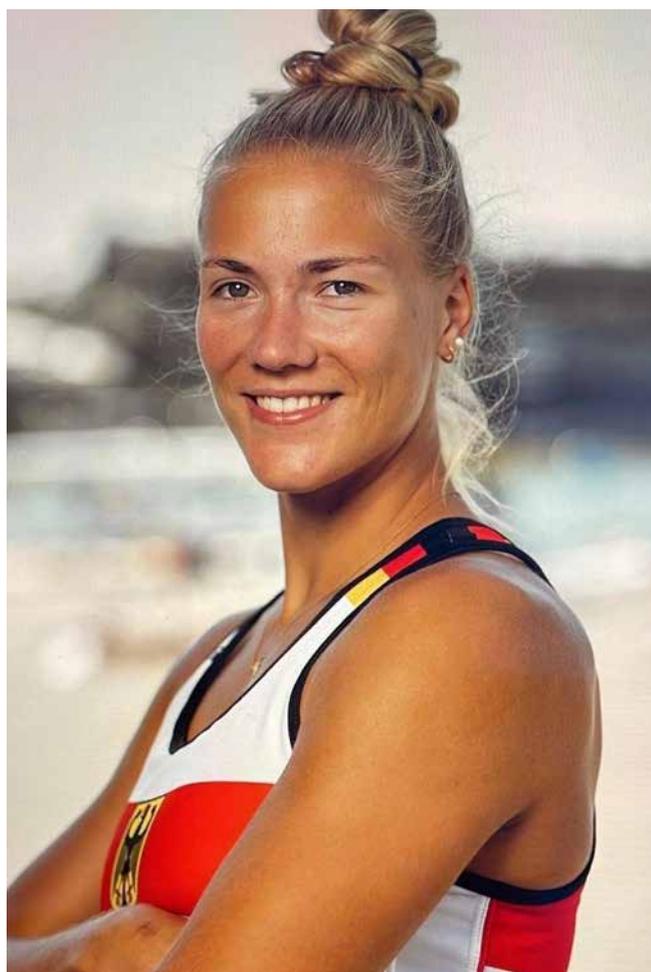
Ja, mit 17 Jahren wurde ich Teil der deutschen Nationalmannschaft und habe Deutschland auf zahlreichen internationalen Regatten im U19/U23 vertreten. Nach meinem Abitur ging ich dann zum Studieren in die USA.

Das war dann ja ein kompletter Szenenwechsel und weit von der deutschen Nationalmannschaft entfernt. Was hat Dich zu diesem Schritt motiviert und wie hat das dann mit der Nationalmannschaft funktioniert?

Ich fand es sehr attraktiv, dass man in Amerika das Studium und das Rudern auf hohem Niveau besser kombinieren kann, da die Uni einem hilft beides perfekt zu koordinieren. Auch wollte ich es nutzen, um mein Englisch zu verbessern, mal aus Heidelberg rauszukommen, und mit einem großen Team zu trainieren. Zunächst war ich 2 Jahre auf der Washington State University, dann 3 Jahre auf der University of Texas in Austin. Dort habe ich 2022 meinen Bachelor in Nachhaltigkeit und Geografie absolviert und bin insgesamt zwei Mal National Champion mit der Uni geworden. Dennoch bin ich in den Semesterferien regelmäßig nach Deutschland zurückgekommen, um mich für internationale Regatten im U23-Bereich der Nationalmannschaft zu qualifizieren und an ihnen teilzunehmen.

Jetzt bist Du zurück in Deutschland und hast Berlin als Standort gewählt? Was war für Deine Wahl entscheidend?

Nach meinem Uni-Abschluss bin ich direkt nach Berlin gezogen, da hier der Stützpunkt des Deutschen Ruderverbandes für den Frauen Skull- und Riemen-Bereich ist. Zunächst im Skullbereich aktiv, bin ich später in der Saison 2022 im Frauen-Achter mitgefahren und habe dort an meiner ersten Senioren EM teilgenommen. Nach einem langen Herbst, weiteren Tests und



Trainingslagern Anfang des Jahres, konnte ich mich weiter im Skull Team hocharbeiten.

Du hast Dein Leben damit komplett auf den Rudersport ausgerichtet. Was motiviert Dich?

Mein großes Ziel sind die Olympischen Spiele. Mit neu erzielten persönlichen Bestwerten wurde ich als eine von acht aus 12 Athletinnen ausgewählt, um das Deutsche Skull Team zu vertreten. Das hat mich sehr gefreut, da mir das Skullen generell mehr Spaß macht und man durch die Leistungen der vergangenen Jahre dem Team mehr Erfolgchancen zuspricht. Auf

der Deutschen Kleinboot Meisterschaft wurde meine Leistung im Einer auf die Probe gestellt und ich konnte zeigen, dass ich mit international sehr erfolgreichen Sportlerinnen mithalten kann. Nach weiteren Leistungsüberprüfungen bin ich aktuell die erste Ersatzfrau des Deutschen Skull-Teams. Diese Position möchte ich natürlich verbessern und dafür braucht es neben viel Trainingseinsatz auch bestes Material, sprich einen neuen Renneiner der Empacher-Werft aus Eberbach.

Wie sieht eine typische Trainingswoche bei Dir aus?



WorldCup II in Varese 2023

In einer typischen Trainingswoche haben wir zweimal am Tag Training. An manchen Tagen teilweise auch eine dritte Dehn- oder Stabi-Einheit. Morgens ist eigentlich immer Rudern (90min) angesagt und die zweite Einheit variiert zwischen langem Wattbike/Rennrad, Krafttraining dreimal die Woche oder einer weiteren Rudereinheit. Am Wochenende werden regelmäßig Belastungen gefahren, die anschließend mit regenerativem Sport kompensiert werden.

In einem normalen Job ist ein derartiges Trainingspensum nicht möglich, oder?

Nein, als Kaderathletin wird meine sportliche Karriere maßgeblich durch die Bundeswehr ermöglicht und finanziell unterstützt. Seit Januar 2022 bin ich Sportsoldatin und sehr dankbar für diese Möglichkeit.

Lisa, Du bist mit 24 Jahren als Hochleistungssportlerin noch jung. Wie ist Dein Plan, falls es mit der Olympiateilnahme 2024 in Paris nicht klappen sollte (Was wir nicht hoffen wollen)?

Ich werde weiterhin alles geben, um in einem der Boote für Deutschland zu sitzen und bei den Olympischen Spielen in Paris 2024

teilzunehmen. Dort soll meine Reise aber nicht aufhören. Ich brenne für meinen Sport und das nachfolgende Ziel ist die Olympiade vier Jahre später in Los Angeles. Dort wird die Streckenlänge nur noch 1.500m betragen, was mir als Sprinttyp zugutekommen wird.

Liebe Lisa, vielen Dank für Deine Zeit und das Interview. Wir drücken die Daumen für Paris 2024 und wünschen Dir für die Zukunft alles Gute!

DRV-Athletiktest – ein Instrument zur Talentfindung?

TEXT: RALF KOCKEL

FOTO: SASCHA HUSTOLES

Nachdem der Deutsche Ruderverband 2019 im PotAS-Zwischenbericht den letzten Platz belegte, gab es von Seiten des BMI (Bundesministerium des Inneren und Geldgeber für den Leistungssport) Hausaufgaben. Einer der Hauptkritikpunkte bestand in der Nachwuchs-Leistungssportkonzeption, die im DRV bis dahin nicht existierte. Einige Konzepte und Talentkriterien gab es bereits auf Länderebene, nicht aber im Spitzenverband.



Adrian Bretting, seit Februar 2022 im Amt als U19 Bundestrainer, hat sich dieser Aufgabe gestellt. Drei wesentliche Ausarbeitungen sollen die erforderliche Struktur für den künftigen Erfolg bringen.

1. Die DRV-Nachwuchs-Leistungssportkonzeption liegt im Entwurf vor und soll im Herbst 2023 erscheinen.
2. Die bundeseinheitlichen Landeskaderkriterien werden derzeit von den Landesruderverbänden auf regionale Besonderheiten angepasst und zum 1.1.2024 umgesetzt.
3. Das Testmanual für die Athletiküberprüfungen U17 - U19 ist seit der Saison 2022/23 im Einsatz.

Die bisherige Testbatterie ist seit vielen Jahren ein Nominierungskriterium für die U19-Nationalmannschaft und ein dauerhafter Zankapfel. Viele der dort abgefragten Tests werden unterschiedlich durchgeführt und bewertet. Neu ist der Athletiktest für den U17-Bereich, der den Bereich der Talentsichtung abdeckt. Ruderergebnisse bei der Deutschen U17 Jahrgangsmesterschaft spielen zumindest für die Potentialanalyse keine Rolle mehr.

Für den LRVBW ist ein U17-Athletiktest nicht völlig neu. In einigen Teilen wird er seit fast zwei Jahrzehnten als Wintertalentiade in Marbach durchgeführt und nach einem speziellen Punktesystem ausgewertet. Der DRV-Test besteht aus Übungen, Aufgaben und Messungen zu folgenden Bereichen: Anthropometrie, Beweglichkeit, Kraft, Schnelligkeit/Koordination, Ruderspezifik, Ausdauer.

Neben dem Gewicht, der Körperhöhe und Armspannweite, wird auch die Sitzhöhe gemessen, um mittels dieser Daten die finale Körperhöhe zu errechnen. Es folgen neun sportartübergreifende Athletiktests, auf die an dieser Stelle nicht eingegangen werden soll. Sie sind in der Testbeschreibung auf RUDERN.DE einzusehen. Auf dem Ruderergometer wird der Durchschnittswert über 3x 100m mit Schlagzahl 30 ermittelt. Das Test-Programm beschließt ein 3000 Meter Lauf.

Um die Ergebnisse bundesweit vergleichen zu können, gelten hohe Standards für die Testdurchführung. Der erste Athletiktest im LRVBW wurde über die Faschnachtsferien mit 23 B-Junioren durchgeführt. Für den 1. Teil (Anthropometrie, Athletik und Ergometer) benötigt der Sportler etwa 60 bis 90 Minuten bei straffer Organisation. In Breisach waren 10 Trainer bei der Testabnahme und -protokollierung beteiligt. Der Lauftest fand am Nachmittag für alle Lehrgangsteilnehmer (auch die A-Junioren) statt.

Die Ergebnisse wurden beim Bundestrainer eingereicht. Die „Erfüller“ (Sportler mit einer Punktzahl über 30) wurden markiert: 10 vom 13 Jungen; 3 von 10 Mädchen. Bei diesen Sportlern werden die Ergotest-Ergebnisse über 1500 Meter in die Wertung einbezogen. Der Landestrainer bestätigt zudem, dass die Sportler in der Lage sind, mindestens 5000 Meter im Einer zu rudern.

Die künftigen („offiziellen“) Tests werden in unseren Landesstützpunkten durchgeführt, um noch mehr Sportlern eine Teilnahme zu ermöglichen. Die Übungen sollten von Anfang an in das Kindertraining integriert werden und sind ein Bestandteil der Wintertalentiade. Eine systematische Analyse der Testergebnisse über Jahre hinweg können wertvolle Schlüsse für den Trainings- und Leistungsaufbau liefern. Die Analyse wird auch zeigen, ob der Athletiktest ein effizientes Instrument der Talentfindung ist.

Hoffen wir mal, dass der DRV und seine Ruderer vor lauter Testen nicht das Gewinnen verlernen...

*PotAS =Potentialanalysesystem: Versuch des BMI, Spitzenverbände fachgerecht zu vergleichen und zu beurteilen. Hauptkriterien sind: Erfolg, Potential und Struktur

Ehrung der erfolgreichen LRVBW Bootstrainer Saison 2023

HEIKE BREITENBÜCHER



Von links nach rechts:
Maximilian Pawlik (KRVW), Elia Nassar (RGH), Ralf Kockel (LRVBW Landestrainer), Hendrik Ahrens (MRV), Marcus Herrmann (MRGB), Sascha Hustoles (LRVBW Stellv. Vorsitzender Leistungssport)



FISU World Games in Chengdu mit LRVBW Beteiligung

TEXT: HEIKE BREITENBÜCHER

FOTOS: CHRISTIAN SCHWIER UND PRIVAT

Dass die Chengdu 2021 FISU World Games erst im Jahr 2023 stattfinden, ist auf die Corona-Pandemie zurückzuführen. Nach Olympia sind die FISU World Games (ehemals Universade) das zweitgrößte Multisportevent der Welt, zu denen aus fast allen Sportarten die besten Studierenden kommen. Der Aufbau ist ähnlich zu den olympischen Spielen, die Sportstätten sind fast alles Neubauten und es gibt ein olympisches Dorf für die Athleten.

David Keefer vom Marbacher Ruderverein wurde gemäß den Nominierungsrichtlinien des adh (allgemeiner deutscher Hochschulsport) als Nachrücker für den Männer Achter nominiert, nachdem Visa-Probleme die Teilnahme eines Mannschaftskameraden verhinderten. „Die FISU World Games sind auf jeden Fall ein sehr spannender und eindrucksvoller Wettkampf für mich, vor allem, dass wir mit den ganzen verschiedenen Sportarten auf einem Haufen sein werden.“, antwortet Keefer auf die Frage, was er von den Spielen erwarte.

Helena Brenke vom Karlsruher Ruderverein Wiking wurde für den Mix Doppelvierer nominiert, der von Trainer Maximilian Pawlik (ebenfalls KRVW) betreut wird.

Kurz vor dem Finale meldete David Keefer nach Marbach:

„Wir sind seit ein paar Tagen hier und die Stimmung ist unglaublich, das Event wird aufgezogen wie Olympische Spiele und dementsprechend gestalten sich die Organisation und die Sportstätten. Neben dem Training konnten wir schon sehr viel mitnehmen (Empfang im Konsulat, andere Sportarten, kulturelle Aktivitäten im Dorf etc.), in die Stadt können wir wahrscheinlich erst nach dem Finale.“



Zum Sportlichen: die Strecke ist sehr neuwertig, fair und professionell aufgebaut, allerdings sehr heiß (teilweise 36 Grad+ mit sehr hoher Luftfeuchtigkeit), dementsprechend sind die Rennen sehr schwer zu fahren. Wir hatten gestern die Bahnverteilung und konnten uns einen guten zweiten Platz hinter den Niederländern erfahren, allerdings weiß man ja nie, wie die anderen Nationen so drauf sind, eine Medaille peilen wir auf jeden Fall an.“

Die Ergebnisse beider Rennen (und ein ausführlicher Bericht) standen zum Redaktionsschluss des Ruderblattes noch aus.



Eindrücke von Chengdu/China



Ohne Wasserträger
geht es nicht

All you can row 2023 – Mittsommer garantiert viele Kilometer

Rudern von Sonnenauf- bis –untergang

TEXT: DANIEL LANDMANN

FOTOS: THOMAS RIEDEL, ANTJE BRÜCKNER

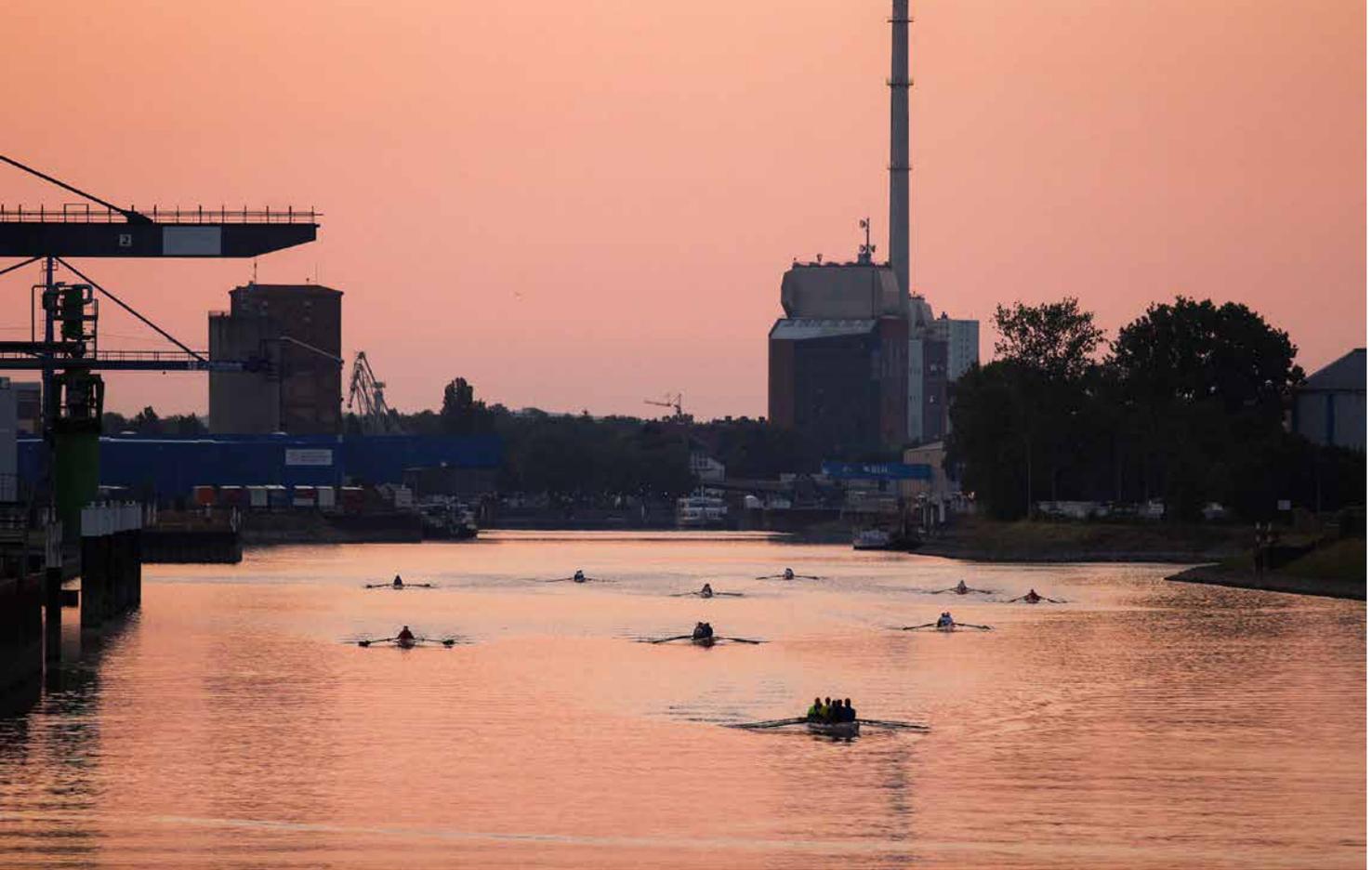
Während man anderswo „Midsommar“ feiert und den längsten Tag des Jahres mit großen Festivitäten begeht, sieht es im Karlsruher Rheinhafen gänzlich anders aus. Schon seit Tagen herrscht geschäftiges Treiben, es wird gewerkelt und vorbereitet. Im Laufe des Freitags wird langsam deutlich, was hier in Kürze startet: ALL YOU CAN ROW, die wohl größte Breitensportveranstaltung im Rudersport im süddeutschen Raum steht kurz bevor. Auf dem Bootsplatz werden etliche Gigboote geriggert und rheintauglich gemacht. In der Küche werden Unmengen Gemüse geschnipselt und sonstiger Proviant vorbereitet, draußen werden Bänke aufgebaut und der Grill angefeuert. Schließlich möchte der Karlsruher Rheinklub Alemannia seine Gäste aus insgesamt 31 Vereinen gebührend begrüßen.

Am frühen Samstagmorgen, 24. Juni 2023, ist es dann so weit. Ab 4.00 gibt es Frühstück für die 107 Sportler. Gegen 5.00 setzt sich die Karawane aus 23 Booten zügig in Bewegung, um rechtzeitig aufs Wasser der Hafenbecken 1 und 4 des Hafens zu kommen. Pünktlich zum Sonnenaufgang um 5:24 werden die ersten Schläge ins Wasser gesetzt. Nun heißt es durchhalten und den Kampf gegen den inneren Schweinehund gewinnen. Viele Stunden liegen vor den Sportlern, spätestens um 21:33 muss jedes Boot wieder angelegt haben.

Anfangs liegen die Boote erstaunlich dicht zusammen. Spätestens ab Mannheim zieht sich das Feld in die Länge und es wird deutlich, welche Mannschaften sich bereits im Vorfeld hohe Ziele gesetzt haben. Allen gemeinsam bleibt der unerbittliche Kampf nicht etwa gegen Wind und Wellen, sondern gegen die gnadenlose Sonne am wolkenlosen Himmel und Temperaturen um die 30°C. Willkommen sind die wenigen Rheinbrücken, bieten sie doch wenigstens wenige Sekunden Schatten.

Dank des Wetters ist streckenweise viel Verkehr, Sportboote und Jetskis machen Wellen und den Ruderern das Leben schwer. Da sind die üblichen Frachtschiffe und etliche Hotelschiffe deutlich besser einzuschätzen.

Je nach Team werden im Laufe des Tages verschiedene Strategien ausprobiert: Steuermannwechsel nach festen Zeit- oder Kilometerintervallen, Essenspausen an Land oder auf dem Wasser, Landpause in vorher definierten Abständen oder erst, wenn es gar



Aufbruch von beiden Karlsruher Vereinen bei Tagesanbruch



Christoph Stephan ist in 71 Lebensjahren bereits über 600.000km gerudert



Ab 05:00 Uhr herrscht Gedränge am Steg

nicht mehr anders geht. So kommt es, dass sich einzelne Teams über lange Abschnitte regelmäßig gegenseitig überholen.

Am Ende des Tages steht fest, dass kein Boot zu Schaden gekommen ist und alle glücklich wieder an Land gehen konnten. Zwei Boote haben es bis nach Lahnstein geschafft und somit 229 km zurückgelegt. Die Nase vorne hatte dabei eine Renngemeinschaft aus Köln, Bremen und Kleve, ganz dicht gefolgt vom Mannheimer Ruder-Club mit Unterstützung der Rudergesellschaft Speyer. Ein weiteres

Boot aus Köln und Oldenburg hat es nur wenige Kilometer weniger bis nach Boppard geschafft. Weitere fünf Boote wollten sich die Schönheit des Mittelrheintals nicht entgehen lassen und ruderten an der Loreley vorbei bis nach St. Goar. Alle anderen haben ihr Boot in Bacharach, Bingen oder Mainz wieder an Land geholt.

Mit einer beispiellosen Logistik im Hintergrund wurden alle wieder eingesammelt und zur Mainzer Rudergesellschaft gebracht, wo ein Essen und ein Schlafplatz gewartet haben.

Ein herzliches Dankeschön gilt dem Cheforganisator Wolfdietrich „WD“ Jacobs mit einem riesigen Team im Hintergrund, dem LRVBW sowie den benachbarten Vereinen in Karlsruhe und entlang der Strecke, ohne die solch eine Veranstaltung nicht möglich wäre.



Für diesen Blick reisen Touristen aus aller Welt an

Lust auf einen erlebnisreichen Ruder-Tag in Strasbourg?

Auf eigenem Kiel durch die Europa-Stadt

TEXT: WOLFDIETRICH JACOBS

FOTOS: JOHANNES SCHLUND, CLAUDIA CIESCHOLKA, JOHANNES ECKSTEIN

Etwa zehn Millionen Touristen aus aller Welt besuchen laut der Internet-Plattform [statistica.com](https://www.statista.com) jährlich Strasbourg, den Hauptort des Départements Bas-Rhin. So gut wie alle drängen sich in den Gässchen von Le Petite France, dem früheren Wohn- und Arbeitsbereich der Gerber. Ebenso schieben sie sich auf den schmalen Stegen entlang der Alten Schleuse. Wer einen Platz direkt am Geländer ergattert konnte, hat Gelegenheit einen Blick in das Schleusenbecken zu werfen, das von einem der allgegenwärtigen Batorama-Schiffe komplett ausgefüllt wird.



Die Paulskirche bietet vom Wasser aus den eindrucksvollsten Anblick



Warten auf die Schluseneinfahrt ist selten so schön wie hier



In unmittelbarer Nähe führt die Tagestour am Europaparlament vorbei

Der Batorama-Passagier sähe also zu beiden Seiten nasse, alte Sandsteinmauer – immerhin UNESCO-Weltkulturerbe – gäbe das Touri-Schiff nicht durch seinen Gewächshaus-Aufbau auch die Sicht nach oben auf die vielen Zuschauer, aber auch die ansichtskartengerecht hergerichteten dicht aneinandergebauten Häuschen frei.

Das Erlebnis, Stuttgarts Partnerstadt aus eigener Kraft auf dem Wasser der Ill zu durchqueren, ist für uns Ruderer ungleich bereichernder, denn wir haben unsere Augen überall.

Auch wenn die Strömungsverhältnisse stets Aufmerksamkeit fordern.

Bevor eine solche Passage möglich wird, ist jede Menge Papierkram mit den französischen Behörden unterschiedlicher Ebenen notwendig – Fristen möchten eingehalten werden. Und der Zeitplan für die Durchfahrt ist verbindlich, denn das nächste Batorama wartet bereits.

Die ansässigen Vereine organisieren einmal im Jahr für Ruderer und Paddler eine Stadtrundfahrt. Bei ihnen hat der LRVBW

ein kleines Kontingent an Plätzen abonniert, das über das Breitensport-Jahresprogramm angeboten wird und wie jede andere Veranstaltung über SAMS gebucht werden kann.

Die Tour bietet über die Fahrt durch Le Petite France hinaus auch die Passage der Barrage Vauban, die Vorbeifahrt unmittelbar am Europaparlament und dem arte-Hauptsitz. Nicht zu vergessen die grünen Ill-Auen oberhalb der Stadt, wo kein Batorama hinkommt.



Bei der gemeinsamen Tagesfahrt am vorletzten Tag brechen alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer zur Staumauer auf.

Der Edersee ruft

Alljährliches Trainingslager des Landesruderverbands

TEXT: JOHANN CHRISTOPH HAAKE

FOTOS: CHRISTOPH HAAS, ROMINA MAYER, ANTJE BRÜCKNER.

Bereits zum siebten Mal folgen Rudererinnen und Ruderer in der Woche nach Ostern diesem Ruf. In diesem Jahr 22 an der Zahl. Aus Mannheim, Tübingen, Kettwig, Zürich, Waiblingen, Esslingen und Karlsruhe machen sie sich auf in die hessische Abgeschiedenheit, um sechs Tage lang in aller Umfänglichkeit und Vielfalt einfach nur mal das zu machen, was im Leben wirklich wichtig ist: Rudern.

Ostermontag, gegen 12:30 Uhr in einem voll besetzten Bulli, der morgens aus Karlsruhe gestartet ist: „Sollen wir gucken, sollen wir aussteigen und dir ansagen?“ Der Fahrer antwortet mit einem tiefenentspannten „Passt schon“ und biegt ruhig, aber sehr scharf nach rechts ab, um so die abschüssige Einfahrt nach Herzhausen zu nehmen. Bange Blicke in Richtung Bootshänger der Teilnehmerinnen, die bereits zum wiederholten Mal dabei sind, anerkennende Blicke der Neulinge. Herzhausen Vöhl ist die letzte Ortschaft vor dem angestrebten Ziel, der Jugendherberge „Hohe Fahrt“. Auf dem

Landweg erreicht man diese über eine kurvenreiche stetig steigende Straße. Auf dem Wasser kann die Strecke zwischen Herzhausen und der Jugendherberge viel angenehmer zurückgelegt werden.

Direkt nach der Ankunft wird der provisorische Bootsplatz von den ersten Eintreffenden in Betrieb genommen. Eine Wiese an einem schrägen Hang zwischen Unterkunft und See. Warnung an die, die das erste Mal dabei sind: „Passt mit den Löchern im Rasen auf. Hier hat sich letztes Mal jemand so arg den Fuß verletzt, dass er ins Krankenhaus

musste. Das Ruderlager war für ihn dann vorzeitig vorbei.“ Vorsichtig fußtastend bringen die so Instruierten die Ausleger zu den zugehörigen Booten. Derweil die ersten Boote fertig geriggert sind, trifft auch der Hänger des Mannheimer Rudervereins ein. Dieser stellt zusätzlich zum Rheinklub Alemannia die Boote für das landesverbandliche Trainingslager zur Verfügung.

Erst nachdem die Rudererin bzw. der Ruderer die Boote fahrtauglich gemacht hat, kümmert sie und er sich um eigene und persönliche Bedürfnisse. So werden im Anschluss die



Novum: Nach etwas Fine-Tuning ist der mobile, schwimmende Steg voll einsatzbereit.



Erstkontakt: Die Einführung in das Riemen-Rudern beginnt an Land.

Behausungen für die kommenden Tage bezogen; solide gezimmerte Holzhütten, die blau-rot für die Buben, die roten für die Mädchen. Darin je zwei vertikale Doppelschlafplätze, ein wenig Stauraum, ein Gruppentisch, Waschbecken und ein WC. Was braucht man mehr, wenn man die meiste Zeit des Tages dem Ruf des Sees folgen möchte. Im Laufe der Tage ist manche Hütte in gewissen Situationen ein Geheimtipp. Beispielsweise wird Hütte 5 zur ersten Adresse bei überbeanspruchten Händen.

Mit einem beherzten „Vom Steg, stoß ab!“ beginnt am Montagnachmittag der Trainingsbetrieb. Keine selbstverständlichen Worte. Noch beim letzten Mal mangelte es nämlich an einem Steg. Durch kalten Matsch und teils aus dem Wasser begab man sich seiner Zeit an Bord. Der Findigkeit und dem Kommunikationstalent eines Teilnehmers ist es aber zu verdanken, dass es dieses Mal einen schwimmenden Steg gibt. Nach ein wenig Fine-Tuning tut dieser auch seinen Dienst.

Das Trainingsprogramm zwischen Dienstag und Donnerstag ist vielfältig und abwechslungsreich: In der Hauptsache geht es darum, die eigenen Ruderfertigkeiten in wechselnden Konstellationen zu trainieren und zu verfeinern. Außerdem gibt es die Chance, Neues auf einem ruhigen Gewässer auszuprobieren. Das ist für die einen eine erste begleitete Fahrt

im Einer, für andere erste Trainingseinheiten im Riemenboot. Wem dies alles nicht genügt, die oder der übt sich in der kompakten Königinnen- und Königsklasse Zweier-ohne. Dabei ist der Trainingsbetrieb selbstorganisiert, was nur durch die Geduld und Umsicht einer Teilnehmerin möglich ist, die mit viel Geschick die Wünsche aller Teilnehmerinnen und Teilnehmer zu vereinen weiß. So brechen alle morgens gegen 9 Uhr und nachmittags gegen 14.30 Uhr auf. Dazwischen gibt es kleine Einheiten wie beispielsweise eine erste Einführung in das Riemen-Rudern. Auch Teildisziplinen für das Sportabzeichen können in den „Mittagspausen“ absolviert werden. An den Abenden versammeln sich alle nach einem üppigen, warmen Abendbrot im Familienzimmer und lassen den Tag bei Gespräch und Getränk ruhig ausklingen.

Am Freitag werden, nachdem sich ein dicker Nebel gelichtet hat, am späten Vormittag alle Gig-Boote zu Wasser gelassen und es wird Kurs auf die Staumauer genommen. Dorthin führen erstaunlich viele Wege. Wichtig dabei: Auf dieser Tour müssen mindestens 30 km absolviert sein, damit sie als Wanderfahrt gilt. Die Besatzung des Goldgrunds entdeckt schon auf dem Hinweg eine wunderbare Stelle, die zum Anlegen und Pausieren einlädt. Diese Einladung nehmen gleich mehrere Besatzungen auf dem Rückweg an. Eine andere Besatzung lässt es sich nicht nehmen, an der Staumauer anzulegen und über diese

bei herrlichem Wetter hinweg zu schlendern.

Nachdem an den Vortagen alle Teams sorgsam und mit Umsicht eingeteilt wurden, lautet die Devise am Abreisetag, dass man auch wunschlos glücklich werden kann: Festgelegt werden für die letzte Runde nur die Obleute, über die weitere Boots-Einteilung entscheidet das Los. Nahezu alle finden sich in Konstellationen wieder, in denen sie zuvor noch nicht unterwegs waren. So ergab sich für die ein oder den anderen dann noch die erste Fahrt im Riemenboot und somit der Erstkontakt zu neuen rudersportlichen Herausforderungen.

Das nächste Ruderlager am Edersee findet voraussichtlich vom 1. bis 6. April 2024 statt. Die Jugendherberge ist gebucht, die sams-Anmeldung vorbereitet.

Die Landes-Wanderruderpreise für 2019-2021 wurden vergeben

Alle Äquatorpreisträger aus Baden-Württemberg Vereinen

TEXT: WOLFDIETRICH JACOBS

RECHERCHE: MORITZ BITZ

FOTOS: DRV, ANTJE BRÜCKNER, VEREINE

Lange Jahre wurden die Ergebnisse der Landesauswertung zum Georg-Winsauer-Preis als Teil des Rechenschaftsberichts des Ressorts hier im Ruderblatt veröffentlicht. Der Bericht findet nun auf digitalem Weg zu den Delegierten des Landesrudertags, die Landes-Preisträger sollen in gewohnter Weise hier veröffentlicht werden. Zu berücksichtigen ist, dass in den Jahren 2020 und 2021 der bundesweite Wettbewerb pandemiebedingt ausfiel, gleichwohl aber im Bereich des LRVBW annähernd vergleichbare Bedingungen herrschten.

An folgende Vereine wurden die Urkunden und Sachpreise für die Jahre 2019-2021 im Rahmen der jeweils im Frühjahr stattfindenden Treffen der Breitensport- und Wanderruderwarte überreicht.

Die Auswertung der Saison 2022 ist beim DRV erst kürzlich erfolgt. Die Preisübergabe wird beim kommenden Treffen am 2. März in Breisach stattfinden.

In der Kategorie der Vereine mit 31-80 aktiven Ruderern		
2019	Volkstümlicher Wassersportverein Mannheim e.V.	54.345 Punkte
2020	Volkstümlicher Wassersportverein Mannheim e.V.	62.861 Punkte
2021	Ruderverein Bad Wimpfen	2.338 Punkte
2022	Ruder-Club Rastatt 1898	52.793 Punkte
In der Kategorie der Vereine mit 81-150 aktiven Ruderern		
2019	Ruderverein Esslingen e.V.	20.346 Punkte
2020	Karlsruher Rheinklub Alemannia	10.643 Punkte
2021	Ruder-Club Rastatt 1898	22.915 Punkte
2022	Karlsruher Ruderverein Wiking	5.192 Punkte
In der Kategorie der Vereine mit 151 und mehr aktiven Ruderern		
2019	Überlinger RC Bodan	4.590 Punkte
2020	Stuttgart-Cannstatter Ruderclub	6.157 Punkte
2021	Karlsruher Rheinklub Alemannia	17.132 Punkte
2022	Karlsruher Rheinklub Alemannia	13.848 Punkte

Nachname	Vorname	Verein	Jahr Gold
Fuchs	Birgit	Ruderverein „Neptun“ Konstanz	2015
Nachname	Vorname	Verein	Silber
Fuchs	Birgit	Ruderverein „Neptun“ Konstanz	2007
Neumann	Rudi	Stuttgarter Rudergesellschaft	2007
Lenort	Peter	Mannheimer Rudergesellschaft Rheinau von 1909	2008
Grißtede	Fedor	Rudergesellschaft Eberbach von 1882 e.V.	2015
Maaß	Ralf	Mannheimer Rudergesellschaft Rheinau von 1909	2015
Karl	Fritz	Rudergesellschaft Eberbach 1899	2018
Eichstädter	Gerhard	Volkstümlicher Wassersport Mannheim	2019
Hengstler	Helmut	Ruderverein „Neptun“ Konstanz	2022

Sämtliche Äquatorpreisträger aus den Vereinen des LRVBW seit Einführung des Preises 1991 bis 2022 sind in der Tabelle auf dieser Seite gelistet.

Glückwünsche an die frischgebackenen Äquatorpreisträger!



Frank Maschkiwitz,
Äquatorpreisträger
2022



Bernd Attner,
Äquatorpreisträger
2022



früherer LRVBW-
Wanderruderwart
Helmut Hengstler,
Äquatorpreisträger
in Silber 2022



LRVBW-
Wanderruderwart
Detlef Ostheimer,
Äquatorpreisträger
2022



Michael Herrmann,
Äquatorpreisträger
2022

Nachname	Vorname	Verein	Jahr Bronze
Günther	Gottfried	Karlsruher Rheinklub Alemannia	1991
Neumann	Rudi	Stuttgarter Rudergesellschaft von 1899	1991
Pannewitz	Uli	Mannheimer Rudergesellschaft Rheinau von 1909	1991
Thiel	Heinz	Stuttgart-Cannstatter Ruderclub von 1910 e.V.	1991
Wellenreuther	Horst	Mannheimer Ruder-Club von 1875	1991
Franz	Volker	Mannheimer Rudergesellschaft Rheinau von 1909	1995
Fuchs	Birgit	Ruderverein „Neptun“ Konstanz	1995
Krampf	Franz	Behintertensport-Verein Stuttgart	1995
Sasse	Sigrid	Ruderverein „Neptun“ Konstanz	1997
Franz	Erwin	Mannheimer Rudergesellschaft Rheinau von 1909	1998
Franz	Leo	Mannheimer Rudergesellschaft Rheinau von 1909	1998
Lenort	Peter	Mannheimer Rudergesellschaft Rheinau von 1909	1998
Maaß	Ralf	Mannheimer Rudergesellschaft Rheinau von 1909	1998
Strehler	Erich	Ruderverein Esslingen e.V.	1998
Eichstädter	Gerhard	Volkstümlicher Wassersport Mannheim	2000
Karl	Fritz	Rudergesellschaft Eberbach 1899	2000
Leidig	Norbert	Mannheimer Rudergesellschaft Rheinau von 1909	2000
Grißtede	Fedor	Rudergesellschaft Eberbach 1899	2002
Keller	Gert	Ruderclub Rheinfelden Baden	2002
Schenk	Karl-Heinz	Mannheimer Rudergesellschaft Rheinau von 1909	2002
Andler	Wolfgang	Mannheimer Ruder-Verein Amicitia 1876	2004
Hengstler	Helmut	Ruderverein „Neptun“ Konstanz	2004
Haarhoff	Thomas	Rheinfelder Rudergemeinschaft von 1963	2007
Lindemann	Dieter	Mannheimer Rudergesellschaft Rheinau von 1909	2007
Westermann	Bernd	Mannheimer Rudergesellschaft Rheinau von 1909	2007
Faber	Hans	Mannheimer Rudergesellschaft Rheinau von 1909	2008
Jacobs	Wolfdietrich	Karlsruher Rheinklub Alemannia	2008
Scheiffert	Erich	Stuttgart-Cannstatter Ruderclub von 1910	2008
Schlag	Renate	Ruderverein Friedrichshafen	2008
Wollenschneider	Rainer	Ruder-Club Raststatt 1898	2008
Birr	Peter	Ruder-Club Raststatt 1899	2009
Kolodziej	Karl-Heinz	Mannheimer Rudergesellschaft Rheinau von 1909	2010
Frohn	Sebastian	Karlsruher Rheinklub Alemannia	2011
Kschischo	Albrecht	Volkstümlicher Wassersport Mannheim	2011
Birr	Marianne	Ruder-Club Raststatt 1898	2012
Kepler	Anke	Ruderverein „Neptun“ Konstanz	2012
Selting	Bernhard	Ruderriege am ev. Internatgymnasium Schloß Gaienhofen	2012
Konrad	Irene	Heilbronner Rudergesellschaft Schwaben	2013
Laib	Andreas	Volkstümlicher Wassersport Mannheim	2013
Rudolph	Werner	Überlinger Ruderclub Bodan	2013
Schnell	Karl-Heinz	Ruderverein Friedrichshafen	2013
Tönneßen	Bernd	Rudergesellschaft Eberbach 1899	2013
Welz	Manfred	Ruderverein Friedrichshafen	2014
Maschkiwitz	Elke	Ruderverein Esslingen e.V.	2015
Stapelfeldt	Helga	Rheinfelder Rudergemeinschaft von 1963 e.V.	2015
Stybalkowski	Ralf	Ruderverein Esslingen e.V.	2015
Tomczak	Sabine	Ruderclub Rheinfelden e.V.	2015
Adamski	Phillip	Volkstümlicher Wassersport Mannheim e.V.	2016
Gocke	Eberhard	Ruderclub Neptun Neckarelz e.V.	2016
Tunkl	Bernhard	Mannheimer Rudergesellschaft Rheinau von 1909	2016
Hajdu	Georg	Stuttgart-Cannstatter Ruderclub von 1910 e.V.	2017
Orschulko	Isolde	Ruder-Club Raststatt 1898 e.V.	2017
Betten	Jochen	Stuttgart-Cannstatter Ruderclub von 1910 e.V.	2018
Biehal	Helge	Volkstümlicher Wassersport Mannheim e.V.	2018
Welz	Gabriele	Ruderverein Friedrichshafen e.V.	2018
Michel	Jörn	Stuttgart-Cannstatter Ruderclub von 1910 e.V.	2019
Schuler	Hanns	RC Neptun Neckarelz e.V.	2019
Wagner	Ilse	Überlinger Ruderclub Bodan e.V.	2020
Strehler	Wolfram	Ruderverein Esslingen e.V.	2021
Attner	Bernd	Karlsruher Ruderverein Wiking	2022
Herrmann	Michael	Stuttgart-Cannstatter Ruderclub von 1910 e.V.	2022
Maschkiwitz	Frank	Ruderverein Esslingen e.V.	2022
Ostheimer	Detlef	Mannheimer Rudergesellschaft Rheinau von 1909	2022

Umweltschutzaspekte im Ruderbetrieb werden umfassender

Wird die kleine Quaggamuschel die Rituale und Gewohnheiten bei der Ausübung unseres Sports verändern?

TEXT: WOLFDIETRICH JACOBS

BILD: IGKB

Seit es Leben auf der Erde gibt, versuchen Tiere und Pflanzen sich auszubreiten, sich neue Lebensräume zu erschließen. Letztlich ist dieses „Verhalten“ ein Motor der Evolution. Zugvögel halfen dabei vielen Pflanzen über große Distanzen. Herkulesstaude, Tigermücke oder Königskrabbe schafften den Sprung in ferne Regionen durch den Menschen und seine zunehmende Mobilität, in manchen Fällen auch durch gezielte Neuansiedlung wie beim Waschbär.

Bitte beachten Sie bei jedem Gewässerwechsel folgendes Vorgehen:

Kontrollieren
... Sie, dass keine Rückstände von Schlamm, Pflanzenmaterial oder Tieren an Bootsrumpl, Anker, Tauen, Sport- und Fischereiausrüstung zurückbleiben. Achten Sie auf schwer zugängliche Stellen.

Reinigen
... Sie Boot, Sport- und Fischereiausrüstung gründlich mit sauberem Wasser. Nutzen Sie wenn möglich heißes Wasser (≥ 45° Celsius) und einen Hochdruckreiniger. Achten Sie darauf, dass ablaufendes Schmutzwasser nicht in andere Gewässer gelangt.

Leeren
... Sie Bilge und sonstige wassergefüllte Behälter vollständig am Ursprungsgewässer.

Trocknen
... Sie Ihr Boot und Ihre Ausrüstung vollständig für mindestens vier Tage, bevor Sie in ein anderes Gewässer wechseln.

Zudem:
Verwenden Sie nie gebietsfremde Fischarten als Köderfische.
Setzen Sie nie Tiere oder Pflanzen aus Aquarien aus.

Vorsicht Blinde Passagiere
Gebietsfremde Pflanzen und Tiere im Bodensee

Gebietsfremde Pflanzen und Tiere werden häufig ungewollt von einem Gewässer zum nächsten verschleppt. Erreichen invasive Arten einmal ein Gewässer, sind sie kaum mehr einzudämmen.

igkb
Internationaler Gewässerschutzkommission für den Bodensee

Zu den empfohlenen Maßnahmen erhalten Sie bei den Gewässer- und Naturschutzämtern der Länder und Kantone der Bodensee-Anrainerstaaten sowie bei der IGKB (www.igkb.org) weitere Informationen.

Helfen Sie mit, der Verbreitung von gebietsfremden Pflanzen und Tieren vorzubeugen!

www.igkb.org

Weiterverbreitung der Muschel in Gewässer, die keine Verbindung zu den bereits befahrenen haben, zu verhindern. Dazu hat sie einen Flyer herausgegeben, der sich konkret an uns Wassersportler wendet.

Das hier beschriebene Prozedere der Boots- und Zubehörreinigung wird uns unbestreitbar lästig sein. Aber denken wir zum Beispiel an Gewässer wie den Stadtsee in Bad Wald-

Die Quagga-Dreikantmuschel, ursprünglich in der Südkraine beheimatet, gelangte wohl per Binnenschiff über Donau, Main-Donau-Kanal und Main in das Rheingebiet. Bei ihrem Weg in den Bodensee sollen dann Sportboote beteiligt gewesen sein. Aber auch Angler und Wassersportler kommen infrage. Eine fundierte Beschreibung der Muschel, ihrer Verbreitung und des voraussichtlichen Einfluss auf das Ökosystem Bodensee gibt der nachfolgend abgedruckte Artikel, der dem Ruderblatt dankenswerterweise von den Wissenschaftlerinnen des Limnologischen Instituts der Universität Konstanz zur Verfügung gestellt wurde.

Man kann davon ausgehen, dass sie sich in allen Gewässern, die durch Schifffahrtsstraßen europaweit verbunden sind, auch niederlassen wird. Ihre Robustheit, ihre

Anpassungsfähigkeit was Wasserqualität betrifft sowie ihre hohe Vermehrungsrate, sind ihre Wettbewerbsvorteile.

„Die Quagga-Dreikantmuschel ist in zahlreichen deutschen und auch europäischen Gewässern angekommen und wird sich von dort auch nicht mehr beseitigen lassen.“ schreibt Die Schwäbische am 3.8.23 in ihrer online-Ausgabe. Weiter: „Egal ob Stand-up-Paddler, Ruderer oder Taucher – die Ausrüstung sollte nach dem Gebrauch am Bodensee kontrolliert, gereinigt und getrocknet werden, bevor man damit ein neues Gewässer betritt.“ Und: „Sonst verbreitet sich die Quagga-Muschel noch mehr bei uns.“ wird Ministerin Walker zitiert.

Das Anliegen der IGKB, der Internationalen Gewässerschutzkommission für den Bodensee, ist denn auch darauf gerichtet, eine

see, so haben wir hier solch ein schützenswertes Gewässer, sofern die mit bloßem Auge unsichtbaren Larven es nicht bereits geschafft haben, sich auch hier einzunisten.

Der erhöhte Reinigungsaufwand trifft uns nicht beim täglichen Training im Heimatrevier, aber um so konsequenter bei jedem Gewässerwechsel.

Beobachten wir einen Evolutionsprozess oder bedeutet die Ansiedlung bei uns einen Kipppunkt des Ökosystems?

Ein Video der LUBW mit weiterführenden Eindrücken:

www.youtube.com/watch?v=4Dcs5W3l0ac



Eine Ansammlung von Muschelschalen der Dreikantmuscheln türmt sich am Ufer des Bodensees auf

Invasive Quaggamuscheln im Bodensee und darüber hinaus

*Eine gemeinsame Verantwortung
für den Schutz unserer Ökosysteme*

TEXT: REBECCA DORENDORF, LAURA S. EPP

FOTOS: REBECCA DORENDORF, DIETMAR STRAILE

Der Bodensee steht vor einer ernsten Bedrohung: die rasante Verbreitung der gebietsfremden Quaggamuschel. Als invasive Art hat sie negative Folgen für das Ökosystem und stellt sowohl für die Umwelt als auch für den Menschen eine große Herausforderung dar. Die Ausbreitung invasiver Arten gilt als eine der größten Bedrohungen für die biologische Vielfalt und die Stabilität der Ökosysteme weltweit. Oft gelangen diese invasiven Arten durch menschliches Zutun in unsere Flüsse und Seen, indem sie aus anderen Regionen eingeschleppt werden. Unter neuen Umweltbedingungen und ohne natürliche Feinde können sie sich rasch vermehren und sich in den neuen Lebensräumen etablieren. Es ist wichtig, sich der Bedrohung durch invasive Arten bewusst zu sein, da sie ökologische und wirtschaftliche Schäden verursachen können.

Die zwei nah verwandten Dreikantmuschel-Arten, die Quaggamuschel (*Dreissena rostriformis*) und die Zebramuschel (*D. polymorpha*), sind solche invasiven Arten, die aus der Schwarzmeerregion stammen und sich mittlerweile rasant in Europa und Nordamerika ausbreiten.

Die Zebramuschel war die erste der beiden invasiven Arten, die den Bodensee in den 1960er Jahre erreichte, sich daraufhin in großer Zahl an den Ufern und den Unterwasserstrukturen ansiedelte und in den frühen 1970er Jahren den Höhepunkt ihres Auftretens erreichte¹. Die

Einwanderung und Etablierung der Quaggamuschel in den Seen des nördlichen Alpenvorlands findet dagegen momentan statt - und verläuft sehr rasant. Während der Erstdnachweis der Quaggamuschel im Bodensee erst 2016 erfolgte, kam es bereits 2017 zu einer massiven Ausbreitung^{2,3}. Heute besiedelt sie nahezu den gesamten See, und wächst auf einer Wassertiefe von 10 bis 30 Metern fast flächendeckend⁴.

Das Aussehen der Quagga- und der Zebramuschel ist recht ähnlich. Die Muscheln sind bis zu 40 mm groß und zeichnen sich durch ihre namensgebende dreikantige Schale, eine helle Färbung mit braunen Streifen bzw. Ringen, aus. Die Färbung der Quaggamuschel ist dabei variabel und kann von sehr hellen, fast weißen Individuen bis zu dunkleren fast schwarzen Individuen reichen⁵.

Ihr hohes Reproduktionspotential und die Vermehrung über im Freiwasser schwimmende, mikroskopisch kleine Larven, sogenannte Veligerlarven, begünstigt zudem die rasante Verbreitung⁶. Die Quaggamuschel kann sich ganzjährig fortpflanzen - deshalb besteht ganzjährig die Gefahr einer Verschleppung der Larven. Die adulten Muscheln siedeln sich nach dem Absinken der Larven auf dem Boden des Gewässers an. Hierbei können Quaggamuscheln jegliches Substrat besiedeln, auch weichen und sandigen Seegrund. Die Zebramuschel hingegen kann nur an Hartsubstrat ansiedeln. Diese Substratpräferenz



Quaggamuscheln die sich an einem Stein im Uferbereich des Bodensees angesiedelt haben



Unterschiedliche Erscheinungsformen der Quaggamuschel.

gepaart mit Unterschieden in der Sauerstofftoleranz beschränkt das Vorkommen der Zebra- und Quaggamuschel auf eine Tiefe bis circa 40 m, wohingegen die Quaggamuschel zum Beispiel im Bodensee auch noch am tiefsten Punkt bei einer Wassertiefe von circa 250 m vorkommt. Durch die stärkere Konkurrenzfähigkeit ist die Quaggamuschel in der Lage, die Zebra- und Quaggamuschel in weiten Teilen zu verdrängen.

Sowohl die Quagga- als auch die Zebra- und Quaggamuschel sind für ihr Filterverhalten bekannt, das zu einer Veränderung der Nahrungsnetze in betroffenen Gewässern führt. Da sie Algen aus dem Wasser filtern, bleiben diese nicht als Nahrungsgrundlage für Zooplankton, welches wiederum die Nahrung für viele Fischarten darstellt. Als weitere Konsequenz der Invasion kann es somit sein, dass die Quaggamuschel auch zu dem Rückgang an Fischen beiträgt.

Zudem verdrängen sie einheimische Arten, die zum einen überwachsen werden und zum anderen nicht mit dem schnellen Vermehrungszyklus der Dreikantmuscheln, vor allem der Quaggamuschel, konkurrieren können.

Die ökonomischen Folgen der Invasion werden voraussichtlich enorm sein. So können bedeutende Schäden an Infrastruktur der Wasserversorger, wie Ansaugrohren von Wasserwerken oder Wärmetauschern durch Muschelbewuchs entstehen - mit hohen Kosten für die Entfernung der Quaggamuscheln und die Instandhaltung der Infrastruktur. Die Bodensee-Wasserversorgung, die rund 4 Millionen Menschen mit Trinkwasser versorgt, musste bisher bereits mehrere Millionen Euro ausgeben⁷. Die Muscheln können sich trotz regelmäßiger Entfernungsmaßnahmen schnell wieder ansiedeln, was zu einem anhaltenden Kampf gegen ihre Ausbreitung führt. Da die Zebra- und Quaggamuschel die Wassertiefen dieser Infrastruktur nicht erreicht hat, treten diese Probleme vermehrt in Gewässern auf, in denen sich die Quaggamuschel etabliert hat.

Wie wird es dort weitergehen? Wie verläuft und verlief die Einwanderung und ihre Auswirkungen über die Zeit? Und wie können wir die Stabilität

der Seeökosysteme jetzt und in Zukunft am besten schützen? Diese Fragen werden in einer Reihe aktueller Forschungsprojekte rund um den Bodensee von Forscher*innen des Limnologischen Instituts der Universität Konstanz (<https://www.limnologie.uni-konstanz.de/>), dem Institut für Seenforschung in Langenargen (<https://www.lubw.baden-wuerttemberg.de/en/wasser/institut-fuer-seenforschung>), und der Eawag in Dübendorf CH (<https://www.eawag.ch>) bearbeitet. Daten dafür liefern Monitoringprogramme, Zählungen und Unterwasserfotografie sowie hoch sensitive, molekulargenetische Untersuchungen von Wasser- und Bodenproben, die eine sehr frühe Warnung ermöglichen.

Im Zuge des Interreg-Forschungsprojekts „SeeWandel“ konnte die Ausbreitung untersucht werden. Gemeinsam mit Forscher*innen aus den USA, in denen die Quaggamuschel in den Großen Seen schon circa 25 Jahre länger vorkommt, konnten Prognosen für die Zukunft der Ausbreitung gemacht werden. Die Untersuchung zeigt, dass die Entwicklung des Bodensees sehr ähnlich zu den Großen Seen verläuft und somit in den nächsten 25 Jahren ein Biomasseanstieg um circa Faktor 10 erwartet werden kann⁸.

AUSBREITUNG GEBIETSFREMDER ARTEN VORBEUGEN

Da es bei invasiven Arten selten und bei der Quaggamuschel noch gar keine Maßnahmen gibt, die Arten aus dem Ökosystem zu entfernen oder zumindest deren Wachstum zu kontrollieren, ist aktuell die wichtigste Maßnahme eine Weiterverbreitung der Muscheln aus schon besiedelten Seen wie dem Bodensee zu verhindern

Um die Ausbreitung gebietsfremder oder sogar schon invasiver Arten zu stoppen oder zu verlangsamen, ist jede*r Wassersportler*in in der Pflicht gefährdete Gewässer zu schützen. Beim Überführen von Booten zwischen Gewässern, können die Muscheln unbemerkt weiterverbreitet werden. Bei der Quaggamuschel besteht zudem die Gefahr der



Quaggamuscheln besiedeln den Seegrund und einen Golfball im Bodensee

Ausbreitung über im Restwasser verbleibende Veligerlarven. Kommt eine ausreichende Konzentration über ein oder mehrere ungeputzte Boote in ein unbesiedeltes Gewässer, kann dies für die Ausbreitung schon ausreichen. Sind die Muscheln einmal in einem Gewässer etabliert, gibt es keine Möglichkeit mehr, sie wieder loszuwerden. Und da sich nicht nur Quaggamuscheln, sondern auch eine Reihe anderer gebietsfremder Arten, wie der Große Höckerflohkrebs, die Schwarzmundgrundel oder der Kamberkrebs in unseren Gewässern ausbreiten, sollten einige Regeln beachtet werden, um alle anderen Gewässer zu schützen.

Um die Verbreitung von Quaggamuscheln und invasiven Arten einzudämmen werden relativ einfache Verhaltensregeln empfohlen:

- Kontrollieren Sie noch am Ursprungsgewässer jegliches Equipment und die Boote direkt nach dem Auswassern auf Rückstände von Pflanzen oder Tieren.
- Leeren sie außerdem Bilge und alle wassergefüllten Behälter noch am Ursprungsgewässer aus.
- Reinigen Sie ihr Material, ob Boot, Angelausrüstung und sonstigen Wassersportgeräten gründlich mit Wasser.
- Trocknen: Lassen Sie ihr Boot und die komplette Ausrüstung komplett trocknen, bestenfalls über mehrere Tage, vor dem Einsetzen in ein neues Gewässer⁹.

Lasst uns als Wassersportler*innen und Naturschützer*innen gemeinsam dafür sorgen, dass unsere Gewässer und ihre einzigartige Natur auch für kommende Generationen erhalten bleiben. Nur durch verantwortungsbewusstes und konsequentes Handeln können wir die ökologischen und wirtschaftlichen Schäden durch invasive Arten minimieren und die Zukunft vieler Gewässers sichern.

1. Güde H, Straile D. Bodensee: Ökologie Und Anthropogene Belastungen Eines Tiefen Voralpensees. Schweizerbart; 2016.
2. Haltiner L, Zhang H, Anneville O, et al. The distribution and spread of quagga mussels in perialpine lakes north of the Alps. *Aquat Invasions*. 2022;17(2):153-173. doi:10.3391/ai.2022.17.2.02
3. Internationale Gewässerschutzkommission für den Bodensee. QUAGGA-MUSCHEL IM BODENSEE Faktenblatt der IGKB. Published online 2019. Accessed July 25, 2022. www.igkb.org
4. Aqua & Gas | Plattform für Wasser, Gas und Wärme | 20230605_AG6_Quaggamuscheln bedrohen voralpine Seen. Accessed August 2, 2023. https://www.aquaetgas.ch/de/wasser/gew%C3%A4sser/20230605_ag6_quaggamuscheln-bedrohen-voralpine-seen/
5. Dreissena rostriformis. Accessed August 2, 2023. <http://neozoen-bodensee.de/wirbellose-neozoen/dreissena-rostriformis>
6. Die gebietsfremde Quaggamuschel erobert den Bodensee-drohen massive Folgen für das Ökosystem? SeeWandel - Faktenblatt No 2. Published online December 2021.
7. Bodensee-Wasserversorgung: Investitionen bedeuten Preiserhöhungen. Accessed August 2, 2023. <https://www.stuttgarter-zeitung.de/inhalt.bodensee-wasserversorgung-millioneninvestitionen-bedeuten-preiserhoehungen.db6acd1f-762e-4848-a780-d1adddb3747ef.html>
8. Kraemer BM, Boudet S, Burlakova LE, et al. An abundant future for quagga mussels in deep European lakes. *bioRxiv*. Published online June 4, 2023:2023.05.31.543086. doi:10.1101/2023.05.31.543086
9. igkb - Internationale Gewässerschutzkommission für den Bodensee. Igkb - Vorsicht blinde Passagiere. Published 2020. Accessed August 2, 2023. https://www.igkb.org/fileadmin/user_upload/Downloads/Publikationen/Fachpublikationen/igkb_flyerA5_wickelfalz_Ansicht.6.11.pdf

Die Landesruderjugend formiert sich neu

TEXT: JOHANNA SCHMIDT, BJARNE BICKENBACH, CHRISTINA HEINLE

FOTOS: PRIVAT

Seit Juni 2023 hat die Landesruderjugend eine neue Vorsitzende. Johanna Schmidt war bis dahin gemeinsam mit Bjarne Bickenbach und Christina Heinle in der Stellvertreter-Position. Durch den Rücktritt des Vorsitzenden Stefan Weißling mussten sie sich neu aufstellen. Zum Neustart hat Heike Breitenbücher die drei über zu ihren Plänen und Ideen befragt.

Was treibt Euch an, wenn Ihr Euch ehrenamtlich in der LRJ engagiert?

Johanna: Für das Ehrenamt interessieren sich immer weniger Menschen. Ohne das Ehrenamt sind jedoch viele Dinge in unserem Alltag gar nicht denkbar. Dies bezieht sich auf unser gesamtes Vereinsleben und die Verbandsarbeit. Mir ist es wichtig, dass diese Aufgaben erledigt werden und es weiterhin Veranstaltungen und Angebote gibt. Ganz besonders möchte ich den Blick auf die notwendige Jugendarbeit im Verband richten.

Bjarne: Rudern muss für Kinder attraktiv sein. Rudern ist eine anspruchsvolle Sportart. Es ist wichtig, dass die Kinder mit Spaß und Erfolg dabei sind, und dass wir ihnen einen guten Übergang in den Juniorbereich ermöglichen.

Christina: Mit meinem Engagement in der LRJ möchte ich etwas von dem zurückgeben, was ich selbst bekommen habe. Ich finde es toll, dass wir als LRJ durch ein vielfältiges Angebot an Veranstaltungen den Kindern Perspektiven im Rudern bieten und ihnen so den Spaß am Rudern vermitteln können. Gleichzeitig entsteht ein tolles Networking für alle: die Kinder, Trainer*innen und auch uns, wodurch wir uns weiterbilden, Neues dazu lernen und hoffentlich auch durch unser Engagement das Ehrenamt stärken.

Warum sollten Kinder und Jugendliche rudern und dazu im Verein sein?

Johanna: Rudern ist ein vielseitiger Sport. Sowohl an Land und auf dem Wasser ist immer für Abwechslung gesorgt und es wird nie

langweilig. Außerdem ist Rudern überwiegend ein Teamsport, der die Kinder und Jugendlichen in ihrer sozialen Entwicklung fördert. In den Vereinen fallen ständig Aufgaben an, bei denen die Kinder und Jugendlichen Verantwortung übernehmen, sich ehrenamtlich engagieren und sich so persönlich weiterentwickeln können.

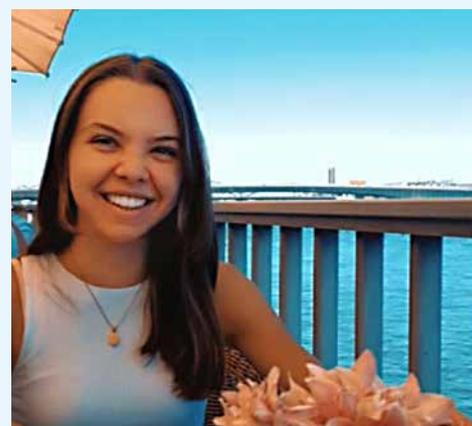
Bjarne: Ein Verein bietet Raum, sich persönlich und physisch weiterzuentwickeln. Man lernt strukturiert zu trainieren, zu sozialisieren und auch (erste) Verantwortung zu übernehmen. Dies erfordert ein Stück weit Disziplin, die einem auch in der Schule zum Erfolg verhilft. Daneben sind auch die abwechslungsreichen Bedingungen auf dem Wasser, das Mannschaftsgefühl im Großboot oder auch



Name: Johanna Schmidt
Alter: 18 Jahre
Verein: Marbacher RV
Stellung: Jugendleiterin
Hobby: Rudern, Klavier spielen, Backen, Malen
Beruf: aktuell noch Abiturientin, ab Herbst Ausbildung zur Anästhesie technischen Assistentin
Kontaktdaten: jugendleitung@rudern-bw.de
 mobil: +49 17 13 08 79 03



Name: Bjarne Bickenbach
Alter: 22
Verein: Mannheimer Ruder-Club von 1875 e. V.
Stellung: stellvertretender Jugendleiter
Hobby: Rudern, Lesen, Geschichte, Architektur
Beruf: Studium der Rechtswissenschaften an der JGU Mainz
Kontaktdaten: ruderjugend@rudern-bw.de
 mobil +49 17 5 17 11 59



Name: Christina Heinle
Alter: 18 Jahre
Verein: Heilbronner RG Schwaben
Stellung: stellvertretende Jugendleiterin
Hobbies: Rudern, Klavier spielen, Kochen und Backen, Reisen
Beruf: Biomedizinstudentin am Karolinska Institut in Stockholm
Kontaktdaten: ruderjugend@rudern-bw.de
 mobil +49 15 73 79 63 96 8

Schule und Rudern – eine vielversprechende Kombination

TEXT: JOHANNA SCHMIDT

FOTOS: FSG MARBACH

**Schule alleine kann schon stressig genug sein.
Und dann noch Rudern als Leistungssport nebenher?
Kann diese Kombination gelingen?**



Mädchen Achter am Start

das Kraft- und Ergometertraining sehr reizvolle Erfahrungen.

Christina: In einem Verein Mitglied zu sein bedeutet für mich, u.a. durch das Vereinsleben Freund*innen und eine Art zweite Familie zu finden. Man lernt mit anderen zu kommunizieren, Kompromisse einzugehen aber auch für sich selbst einzustehen, wodurch das Selbstbewusstsein gestärkt wird. Gerade im Rudern, das sowohl Einzel- als auch Teamsportart ist, werden all diese Qualitäten benötigt und die persönliche Entwicklung der Kinder dadurch gestärkt.

Was kann die LRJ für die Vereine tun und was können LRJ und Vereine gemeinsam erreichen?

Als LRJ ist es uns wichtig, die Kinder- und Jugendarbeit bestmöglich zu koordinieren und durch unsere Veranstaltungen Heranwachsenden Perspektiven zu bieten, die Ihnen den Spaß am Rudern vermitteln.

So können wir den Vereinen bei der Nachwuchsarbeit unterstützend zur Seite stehen.

Durch Kooperationsprojekte wie den Trainer-Assistentenlehrgang fördern wir den Trainernachwuchs in den Vereinen und stärken gleichzeitig das Engagement der Kinder- und Jugendarbeit.

Welches Ereignis in Eurer Ruderbiografie hat Euch am meisten beeindruckt/geprägt?

Johanna: Meine aller erste Regatta war 2018 der BW in München. Zu dem Zeitpunkt bin ich gerade einmal ein halbes Jahr gerudert. Obwohl wir in unserem Mix 4x+ damals überhaupt nicht erfolgreich waren, ist mir dieses Wochenende trotzdem in sehr guter Erinnerung geblieben und hat mich motiviert, mit dem Rudern weiterzumachen. Und die damals ersehnte BW-Medaille gab es trotzdem, zumindest im Betreuerrennen.

Bjarne: Schwierige Frage! Als prägend würde ich die gemeinsamen Trainingssamstage in meinem Verein bezeichnen. Das gemeinsame Kochen oder Grillen nach der Vormittagseinheit, das gemeinsame Essen, die vielen lustigen Momente und vor allem das ausgeprägte Wir-Gefühl: wie eine zweite Familie. Für den einen ein ganz normaler Trainingssamstag, für mich ein Zeichen im richtigen Verein zu sein mit klasse Trainern und natürlich klasse Clubkameradinnen und -kameraden.

Christina: Für mich waren es die gemeinsamen, vereinsübergreifenden Trainingslager in Kroatien. Dabei sind so viele unvergessliche Momente entstanden, über die wir heute noch reden und lachen. Wir sind als Gruppe zusammengewachsen. Daran zurückzudenken ist einfach jedes Mal eine schöne Erinnerung.

Rudern ist eine sehr zeitintensive Sportart. Bereits im Nachwuchsleistungssport stehen dann schon mal bis zu zehn Einheiten auf dem Trainingsplan. Und dann die Schule nebenher mit mehrmals in der Woche Mittagsschule bis 17 Uhr abends. Von der Schule dann direkt ins Training und danach noch Hausaufgaben machen, lernen, essen und duschen. Wann soll da noch Zeit zum Schlafen bleiben? Und wenn dann noch die Wochenenden auf Regatta oder in einer anderen Stadt für eine Renngemeinschaft verbracht werden, ist man dann überhaupt noch zu Hause? Und wann soll man bitte Zeit fürs Lernen finden? Das erfordert dann durchaus ein hohes Maß an Disziplin und Organisation, um alles unter einen Hut zu bringen. Aber es ist nicht unmöglich! Zum Glück!

Das Rudertraining strukturiert den Tag. Das ist eine Chance! Gerade wenn am Nachmittag zwischen Schule und Training noch Zeit bleibt, kann man dieses Zeitfenster gut zum Lernen nutzen und hat ein vom Lernen erlösendes Ziel, nämlich das Training! Das Training bietet einen guten Ausgleich zu dem vielen Sitzen in der Schule und daheim am Schreibtisch. Raus an die frische Luft und aufs Wasser!

Es wird besonders schön, wenn sich Schule und Rudern begegnen. Das Bundesfinale von

Jugend trainiert für Olympia in Berlin ist ein großes Highlight. Die Rennen, die auf der Regattastrecke Berlin-Grünau ausgefahren werden, nehmen nicht die komplette Zeit ein, die man in Berlin verbringt. Jeder Teilnehmer hat die Möglichkeit etwas von Berlin zu sehen, abends mal Bowlen zu gehen und es gibt eine große Abschlussveranstaltung. Ganz anders als bei den „normalen“ Regatten hat man hier die Möglichkeit etwas von der Stadt mitzunehmen.

Schülermentoren und Trainerassistenten können in einer Ruder AG die Lehrer unterstützen und bekommen die Chance Verantwortung zu übernehmen und in die Aufgaben des Trainers reinzuschnuppern.

In Marbach gibt es in der Kursstufe das Angebot, Rudern als Schwerpunkt im Basiskurs Sport zu wählen. Das ist für die Vereinsrunderer großartig. So können sie ihre Lieblingssportart Rudern zusätzlich im Schulsport erleben. Die Kooperation zwischen Schule und Ruderverein bietet viele Möglichkeiten, von denen beide Seiten profitieren. Für die Ruderer ist es ein Zusammenführen zweier Lebensbereiche zu einem, was viele Möglichkeiten, Vorteile und schöne Erlebnisse verspricht.

Kinder- und Jugendschutz vor sexualisierter Gewalt im Sport

TEXT: JOHANNA SCHMIDT

ABBILDUNG: DRJ (WWW.RUDERN.DE)

Kinder und Jugendliche sollen ohne Gewalt und Diskriminierung aufwachsen. Dazu müssen sie im Sport Unterstützung und Schutz durch die Verantwortlichen erfahren.



Zum Erhalt der Plakette müssen Vereine zu nächst einen festen Ansprechpartner oder eine feste Ansprechpartnerin benennen. Dieser oder diese muss

- alle zwei Jahre eine Fortbildung zu diesem Thema besuchen
- den Ehrenkodex sowie das Führungszeugnis (Kopie reicht aus) vorlegen
- jährliche Eltern- und Informationsabende durchführen und
- regelmäßig sensibilisieren.

Die Württembergische Sportjugend (WSJ) bietet ein vergleichbares Programm. Hier bekommen Vereine ein großes Banner bei Erfüllung der Kriterien. Mit diesem kann der Verein nach innen und außen klar zeigen, dass er auf den Kinder- und Jugendschutz großen Wert legt. www.wlsb.de/geschaeftsstelle-zuschuesse-arbeitshilfen-vorbild-sein/kindeswohl/praevention

Dem LRVBW als Verband und im Speziellen auch der Ruderjugend ist es wichtig, dass sich in jedem Verein ein Verantwortlicher oder eine Verantwortliche findet, der/die sich dieser Thematik annimmt. Für Fragen oder sonstige Anliegen steht Uwe Gerstenmaier als Ansprechpartner izar Verfügung.

Die körperliche und emotionale Nähe, die im Sport entstehen kann, birgt leider Gefahren sexualisierter Übergriffe. Eine Kultur der Aufmerksamkeit und des Handelns Verantwortlicher muss daher dazu beitragen, Betroffene zum Reden zu ermutigen, potenzielle Täter und Täterinnen abzuschrecken und ein Klima zu schaffen, das Kinder, Jugendliche und Erwachsene – mit und ohne Behinderung – im Sport vor sexualisierter Gewalt schützt.

Mit dem Programm „Be strong, say NO! – Gegen Gewalt im Sport“ möchte die Deutsche Ruderjugend (DRJ) eine Kultur des Hinsehens schaffen und die Vereine zu einem präventiven Arbeiten anregen. Bei Erfüllung folgender Kriterien stellt die DRJ einem Verein für zwei Jahre eine Plakette aus, die nach innen und außen zeigt, dass der Verein sich diesem Thema annimmt und sich für die Kinder und Jugendliche stark macht.

Infos der Deutschen Ruderjugend

www.rudern.de/news/2019/be-strong-say-no-gegen-gewalt-im-sport

Infos der Württembergischen Sportjugend

www.wlsb.de/geschaeftsstelle-zuschuesse-arbeitshilfen-vorbild-sein/kindeswohl/praevention

Uwe Gerstenmaier

Expertenbeirat LRVBW

Experte PSG

gerstenmaier@gmx.de

Baden-Württembergs jüngste Ruderer trotzen Wind und Wellen beim Bundeswettbewerb auf dem Beetzsee

TEXT: FANNY KELLER UND CHRISTIAN ROSENFELD

FOTOS: FANNY KELLER UND CHRISTIAN ROSENFELD

Mit einem Team von insgesamt 85 Sportlern reisten die baden-württembergischen C-Junioren nach Brandenburg, um sich mit den Ruderern aus den anderen Bundesländern zu messen.



Die Kinder müssen beim Allgemeinen Sportwettbewerb knifflige Fragen rund ums Rudern beantworten



Das Team der Baden-Württembergischen Ruderjugend wartet gespannt auf die Ergebnisse des Allgemeinen Sportwettbewerbs

Die Langstrecke über 3000 Meter fand unter fairen Bedingungen statt, sodass eine optimale Leistung möglich war. Insgesamt acht Boote fuhren den Abteilungsieg ein und weitere sieben Boote konnten sich über eine Silbermedaille freuen. Elf Teams gelang es, sich für das A-Finale zu qualifizieren. Herausragende Einzelergebnisse, insbesondere der Leichtgewichtsruderinnen und -ruderer sicherten der Baden-Württembergischen Mannschaft einen fünften Platz in der Vergleichswertung.

Tags darauf trafen sich die Sportler auf einem nahegelegenen Sportplatz, wo sie im Allgemeinen Sportwettbewerb gegen die Teams aus den anderen Bundesländern antraten. U.a. gab es ein Quiz mit spezifischen Fragen zum Rudern, Übungen bei den es galt,

möglichst weit zu springen oder zu werfen. Die baden-württembergische Ruderjugend stand am Ende des Tages auf dem 12. Platz im Ländervergleich, was bei den Jugendleitern zu Überlegungen führte, dass für diesen Part im nächsten Jahr ein Vorbereitungslager dringend notwendig sei.

Starker Seitenwind verzögerte den Start am Sonntag um bis zu 90 Minuten, sodass die Rennen für die älteren Jahrgänge auf etwa 500 Meter verkürzt wurden. Mit Hilfe von Quickstarts, startete der Schiedsrichter das Rennen unmittelbar, sobald alle Boote für einen kurzen Moment richtig lagen.

Eine Goldmedaille erruderten Lilly Hugle und Mathilde Rathmann von der Stuttgarter RG im leichten Mädchendoppelzweier (12/13

Jahre). Ebenfalls Gold gewannen Matthis Müller und Joshua Kilgus aus Cannstatt im Inklusions-Doppelzweier (15-18 Jahre).

Herauszuheben sind die zweiten Plätze von Alexander Nagel im Jungen 1x13 Jahre LG vom Cannstatter RC sowie Henri Leforestier vom Ruderverein Neptun Konstanz in der gleichen Bootsgattung der 14-Jährigen. Caitlin Morton von der Stuttgarter RG erzielte im leichten Einer der 14-Jährigen ebenfalls Silber und knapp dahinter auf Bronze kam Luisa Lindemann aus Lauffen.

Die Sonntagsergebnisse brachte die Ruderjugend Baden-Württemberg auf den siebten Platz in der Länderwertung.

Ruderblatt persönlich

Moritz Bitz im Gespräch mit: Jannik Fachat, Carl Krause und Hannes Fouque

TEXT: MORITZ BITZ

FOTO: HEIKE BREITENBÜCHER UND PRIVAT

Moritz Bitz ist Ruderer im Marbacher Ruderverein und war für eine Woche im Rahmen der Berufsorientierung Praktikant beim Landesruderverband Baden-Württemberg. Die Öffentlichkeitsarbeit ist ein wichtiger Baustein der Verbandsarbeit. Das kann auch mal ein Interview mit den Ruderkollegen aus dem Land sein. (HB)

Stell Dich kurz vor!

Jannik Fachat: Ich heiße Jannik Fachat, bin 16 Jahre alt und komme aus Stuttgart. Gerade gehe ich in Durham (England) zur Schule, wo ich auch rudere.

Carl Krause: Mein Name ist Carl Krause, ich bin 2007 geboren und wohne und rudere in Heidelberg. Genauer gesagt in der Heidelberger Rudergesellschaft.

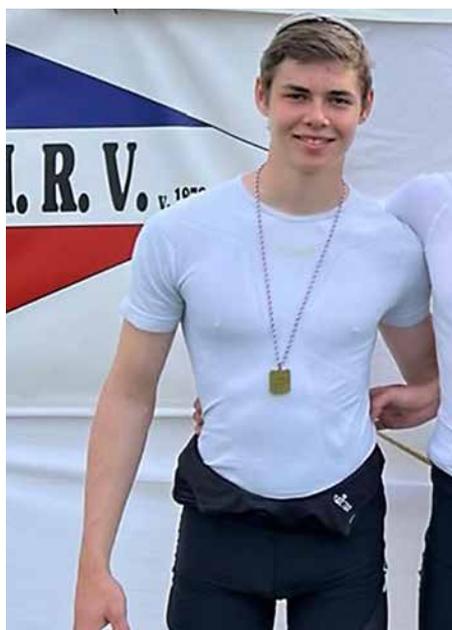
Hannes Fouque: Ich heiße Hannes Fouque, bin 16 Jahre alt und komme aus Nürtingen. Ich rudere gerade im LRVBW und betreibe hier Leistungssport.

Wie bist du zum Rudersport gekommen?

Jannik Fachat: Wenn wir meine Großeltern in Ostfriesland besucht haben, hatte ich viel Spaß am Kanufahren. Zuhause wollte ich dann mal ein Probetraining besuchen, da der Kanuverein aber für eine Woche geschlossen hatte, bin ich einfach zum Ruderverein gegangen. Ganz nach dem Motto „ist doch eh alles das gleiche“

Carl Krause: Zum Rudern gekommen bin ich durch meinen Bruder.

Hannes Fouque: Zum Rudern bin ich über meinen Vater gekommen. Er rudert bereits seit 30 Jahren und wollte mich schon immer dazu bewegen, diesen Sport auszuüben. Anfangs habe ich mich gewehrt, weil ich Profi-Fußballer werden wollte. Doch vor ca. 2 Jahre habe ich mich dann fürs Rudern entschieden.



Hannes Fouqué



Carl Krause

Was begeistert dich am Rudern?

Jannik Fachat: Die Eleganz und Synchronisation von einem laufenden Boot, wenn alle Ruderer zu einer Einheit werden. Außerdem gefällt mir der ehrliche Aspekt. Der Gewinner ist häufig derjenige, der auch am meisten Zeit, Aufwand und Konzentration ins Training gesteckt hat.

Carl Krause: Mich begeistern die Teamkameraden und die Regatten.

So sieht für dich ein gute Trainingseinheit aus:

Jannik Fachat: Alle kommen gut gelaunt am Bootshaus an, wo dann erstmal etwas

gestretcht und aufgewärmt wird. Dann werden kurz die Ziele für diese Session besprochen und man geht aufs Wasser. Nach einem kurzen Warmup steht das Boot und man kann sich auf technische Details fokussieren. Gegen Ende gibt es evtl. noch ein paar Starts und Sprints, bevor es aufs Land geht. Dort wird dann über die Ziele und die Trainingseinheit diskutiert, während man sich stretcht.

Carl Krause: Eine gute Trainingseinheit ist ein Vierer-ohne.

Hannes Fouque: Pünktliches Treffen am Verein, da man häufig nur begrenzte

Mitarbeit in der Ruderjugend

Wir von der Ruderjugend freuen uns über helfende Hände! Schnuppere gerne mal bei uns rein. Wir freuen uns über Helfer*innen, die projektbezogen oder dauerhaft mitarbeiten. Zu jeder Veranstaltung im Jahr gibt es vielfältige und abwechslungsreiche Aufgaben: Beschaffung und Designs von Textilien, Pflege der Website, Schreiben von Artikeln für das Ruderblatt und vieles mehr. Wir freuen uns über Eure Hilfe bei Veranstaltungen, wie den Talentiaden. Wir haben Aufgaben für dich, die Spaß machen und dir neue Herausforderungen und Erfahrungen bieten.

Wenn du jetzt Interesse hast, dann melde dich bei Johanna per Mail (jugendleitung@rudern-bw.de) oder per WhatsApp unter 01713087903. Wir zählen auf dich!



Jannik Fachat

Trainingszeit hat. Anschließendes Dehnen und Aufwärmen, bei dem alle motiviert sind und Bock auf die kommende Einheit haben. Dann wird kurz besprochen, welche Boote Sinn machen und heute gefahren werden. Dann geht's aufs Wasser. Zuerst wärmt man sich ein paar Kilometer auf und dann wird Technik trainiert. Dabei trainiere ich persönlich immer gerne mit Motorboot und Trainer, da dieser dann direkten Einfluss hat. Etwas Schnelles darf auch nicht fehlen, da das einfach Laune macht und auch die Muskeln beansprucht. Am Ende nochmal Stabilisationstraining und kurze Besprechung von wichtigen Ereignissen oder Fragen.

Was ist für dich Erfolg?

Jannik Fachat: Bestätigung für harte Arbeit zu bekommen.

Dabei geht es primär gar nicht immer nur um Siege und Bestzeiten, sondern um das Überwinden der eigenen, vorherigen Grenzen. Für mich ist Erfolg der ständige Fortschritt und die innere Zufriedenheit, die mit der Ausübung meines Sports einhergeht.

Carl Krause: Erfolg ist für mich, das Trainierte umzusetzen und im besten Fall das Rennen zu gewinnen.

Hannes Fouque: Erfolg ist für mich klar der Sieg in einem Rennen. Gerade große Regatten wie die Deutschen Meisterschaften sind ein Riesenerfolg. Aber auch die Verbesserung eines Ergotests ist ein Erfolg. Kleine Dinge wie eine überragende Einheit im LRV-Boot können Erfolge sein. Sobald eine Verbesserung vorliegt, die einem von Bedeutung ist, ist es für mich Erfolg.

Moritz Bitz: Vielen Dank für Eure Antworten und weiterhin viel Erfolg beim Rudern!

125 Jahre Ruder-Club Rastatt 1898 e.V

TEXT UND FOTOS: RC RASTATT

**Mit Freunden im Boot - dies ist die gelebte Maxime
beim Ruder-Club Rastatt 1898 e.V. (RCR) mit seinen Hausgewässern Goldkanal, dem Rhein,
der Murg und auch unseren französischen Gewässern Ill, Moder, Sauer
... Revier-Eintönigkeit ist anders!**



UNSERE MITGLIEDER:

Aktuell freuen wir uns über 121 Ruderer. Sowohl während Corona als auch aktuell begrüßen wir unverändert neu eintretende Neu-Ruderer und Wieder-Einsteiger im RCR. Harmonisch verläuft „Gemeinsam im Boot“ mit den zwei weiteren Abteilungen des RCR, dem Segeln (464 Mitglieder) und den Motorbootlern (43 Mitglieder).

UNSER REVIER:

In wunderschöner Natur liegt die Pritsche des RCR im Goldkanal, einem zum Baggersee erweiterten Altrheinarm und gern genutzten Naherholungsgebiet der Region um die Barockstadt Rastatt. Dieses ideale Ruderrevier ohne Strömung und Schiffsverkehr mit ca. 140 Hektar Wasserfläche (größter Baggersee Baden-Württembergs) ermöglicht die unterschiedlichsten Trainings- oder Genuss-Strecken, angefangen von unserer 8 km-Frühstücksrunde bis hin zu ambitionierten 30+ km-Strecken. Der Goldkanal ist aber bei Weitem nicht alles: Durch den direkten Zugang zum Rhein haben wir die Möglichkeit, stromaufwärts bis in die südlich liegende Murg einzufahren und dort in Richtung Schwarzwald einige Kilometer gen Rastatt zu rudern. Gerne wird auch bei regelmäßigen Tages-Wanderfahrten 42 km stromabwärts an Karlsruhe vorbei nach Gernersheim gerudert, um dort einen Schwatz mit unseren eng verbundenen Sportfreunden vom Ruderverein Rhenania Gernersheim e.V. zu halten. Auch Frankreich ist nur einen Steinwurf entfernt - auf einer 13 km langen Traditions-Runde über die Goldkanal-Rhein-Sauer Route ins Elsass lockt die ‚Rose Noire‘ in

Munchhausen, deren Wirtin uns stets mit französischer Lebens- und Genuss-Art begrüßt. Von den Flüsschen Ill und Moder wollen wir gar nicht erst reden - traumhaft!

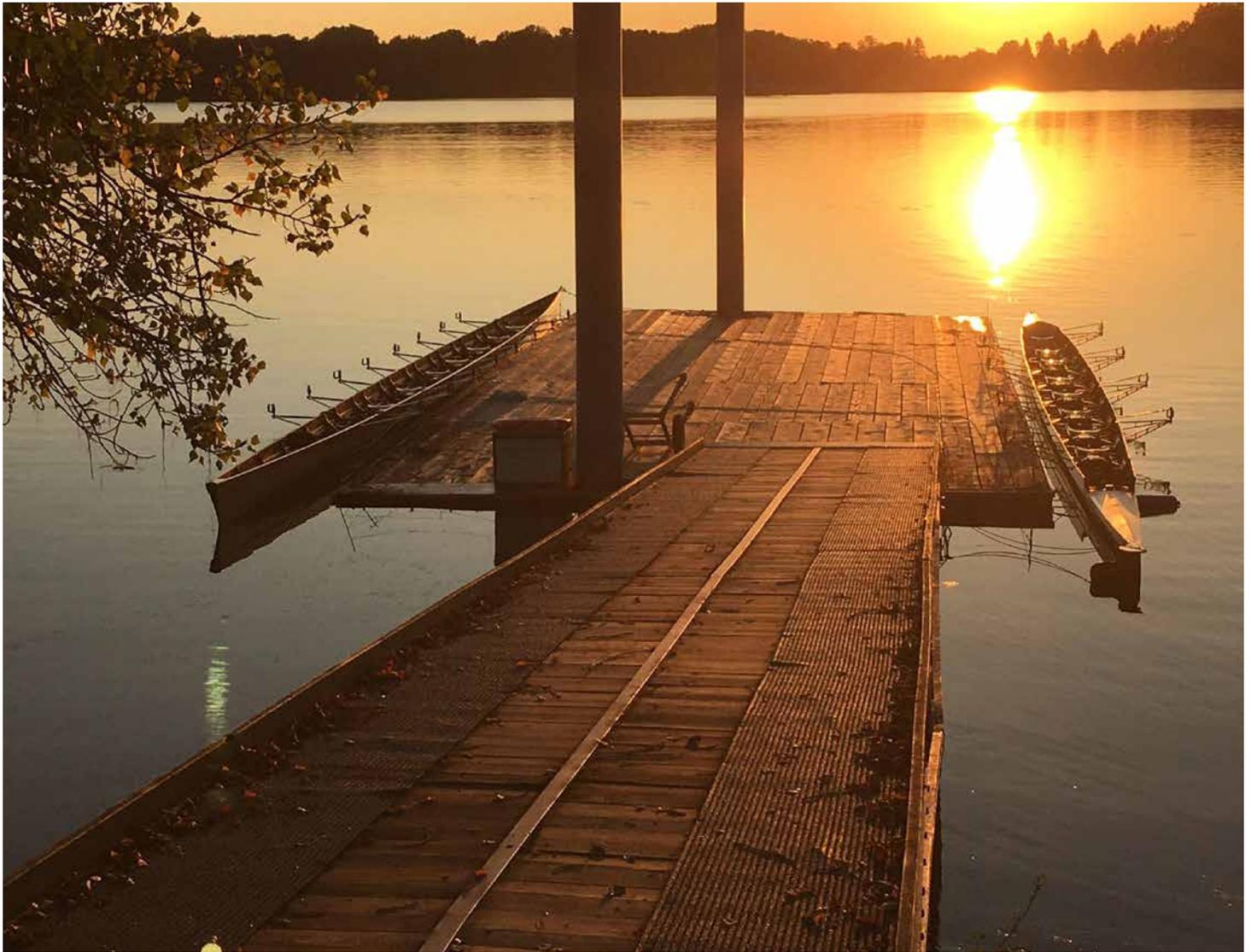
UNS UNTERSCHIEDET VON DEN ANDEREN RUDERCLUBS:

Ob uns dies von anderen Clubs unterscheidet möchten wir nicht behaupten, jedoch bieten wir neben dem selbstverständlichen Schwerpunkt Rudern auch gesellschaftlich-kulturelle Aktivitäten an...nicht nur am Bootshaus (Pritschenfeste, Sommerfeste, Neujahrssessen...) sondern gerne auch ‚mal eine Museumsführung, ein Theaterbesuch oder ein Wanderausflug...es wird immer wieder ‚was Interessantes auf die Beine gestellt.

Etwas sicherlich ganz Besonderes ist der gelebte Wassersport in drei Abteilungen Rudern, Segeln und Motorboot. Auf ein solch breites Angebot dürfen wir schon ein kleines bisschen stolz sein.

UNSERE MITGLIEDZAHL SINKT, STEIGT, STAGNIERT, WEIL:

Die Mitgliederzahl der RCR-Ruderabteilung (wie auch der anderen Abteilungen!) steigt, weil wir sehr engagierte Mitglieder in unseren Reihen haben, die die Lust und ein Händchen dafür haben, Interessierte an den Rudersport heranzuführen, zu integrieren und weiterzuentwickeln.



SCHWERPUNKTE UND ERFOLGE:

Unser Fokus liegt im Bereich des engagierten und Breitensportlichen Ruderns. Daher verweisen wir nicht auf errungene Medaillen, sondern auf diverse Wanderruder-Fahrten auf heimischen und weit entfernten Gewässern wie Rhein, Elbe, Havel, Maas, Mosel, Saar, die östlichen Berliner-Gewässern und, und, und...jedoch, auch eine jährliche Regatta-Teilnahme am legendären Rheinmarathon etabliert sich langsam.

DIE GROSSEN THEMEN FÜR UNS IN DEN NÄCHSTEN 12 MONATEN:

Im Fokus sind neben der Integration der Neuen weitere Anfänger-, Steuer- und Obleute-Kurse sowie Lehr-Wanderrfahrten. Auch Spaßregatten und Vollmond-Rudern sind angesagt. Auch stets auf dem Plan: Die Intensivierung der Anfänger- und Fortgeschrittenen-Ausbildung. Dieses Ziel schlägt sich bereits durch vier neu ausgebildete und zertifizierte DRV-Trainer (Trainer C) nieder. Die neben dem individuellen Rudern etablierten acht wöchentlichen Allgemeinen Rudertermine, die je unter einem Paten stattfinden, werden konsequent durchgeführt und bedarfsgerecht ausgebaut.

UNSERE BESTE IDEE DER LETZTEN JAHRE WAR:

DIE beste Idee aus dem Strauß der vielen zu nennen ist sehr schwer ... jedoch kann unwidersprochen das einstimmige Votum der

Ruder-Versammlung zur Anschaffung eines neuen Doppel-Achters vor zwei Jahren und eines neuen Renn-Vierers im diesjährigen Jubiläumsjahr...große Freude!

IN ZEHN JAHREN SEHEN WIR UNSEREN CLUB...

In diesem Jahr begehen wir zunächst unser 125. Club-Jubiläum, das wir über das ganze Jahr mit unterschiedlichen Feierlichkeiten (Neujahrsempfang, Lampionfest, Sommerfest auf einem Rhein-Ausflugsschiff, Festakt im Rastatter Schloss...) gebührend feiern werden. Weitere Ausblicke für die nächsten Jahre betreffen den bedarfsgerechten Ausbau von Bootshaus und Bootspark durch die sicher weitere Steigerung der Mitgliederzahlen. Außerdem sehen wir uns sehr bemüht, das Wissen um die gesundheitlich positiven Effekte des Ruderns in der Region durch öffentliche Präsenz über Presseberichte betreff unseres Clublebens und eigenen Werbeaktionen zu mehren.

UND AUSSERDEM:

Wer unseren Steckbrief liest, sei aufgerufen, sehr gerne bei uns im RCR auf einen Plausch vorbeizukommen. Viele bundesweit befreundete Ruderclubs beginnen von unserer Pritsche ihre Wanderrfahrten rheinabwärts, warum nicht auch ihr? Oder einfach nur mit Traumblick auf die untergehende Sonne einen Sundowner genießen oder 'was Leckeres auf der Club-Terrasse essen...unser Wirt freut sich auf euch!

100 Jahre Ruderverein Bad Wimpfen

TEXT UND FOTOS: RV BAD WIMPFEN

Exakt 100 km entfernt von der Mündung des Neckars entfernt, ist der Ruderverein Bad Wimpfen zuhause. Gegründet 1923 haben wir dieses Jahr stolz unser 100-jähriges Jubiläum gefeiert!



Nachdem das im zweiten Weltkrieg völlig zerstörte Bootshaus ab 1948 mit nur drei Booten und 45 Mitgliedern wieder aufgebaut wurde, misst der Verein heute rund 90 Mitglieder, hat 38 Boote in seinen zwei Hallen und basiert auf reinem Ehrenamt.

Wir sind ein sehr aktiver Verein und vergrößern uns fortwährend. Unsere jährlich im Frühjahr stattfindenden Anfängerkurse der Jugend und der Erwachsenen sorgen für einen steten Strom an neuen, interessierten Ruderern. Seit 2 Jahren haben wir wieder eine Ruder AG in Kooperation mit dem Hohenstaufen-Gymnasium, die ebenso die Präsenz unseres schönen Sports in der Umgebung stärkt.

Unser Bootshaus und die Bootshalle haben wir über die Jahre immer wieder erweitert. Zuletzt haben wir 2018 das Bootshaus aufgestockt, um der gestiegenen Mitgliederzahl gerecht zu werden und die Einrichtungen zu modernisieren.

Das diesjährige Jubiläum feierten wir mit allen Mitgliedern sowie geladenen Gästen und ließen bei einer Diashow, die die komplette Zeit des Vereinsbestehens abdeckte, Erinnerungen wieder aufleben. Unsere Jugend zeigte den Angehörigen und auswärtigen Gästen einen üblichen Tag auf Wanderfahrt mit all den Abläufen, lustigen Spielen, Versprechern und Missgeschicken. Schüler der Kooperationsschule unterhielten mit Tanz und Musik. Das Jubiläumsjahr ist außerdem gefüllt mit einigen Sonderevents wie dem Sponsorenrudern und einem Tag der offenen Tür.

Ein lebender Teil unserer Geschichte ist das Loch neben der Eingangstür, in welches der Bug des alten Achters in der alten Bootshalle steckte. Unsere größte Stärke ist unsere Kreativität, mit der wir das Vereinsleben interessant halten. Mit Wanderfahrten, Filmeabenden, Geschicklichkeitstrainings (auch liebevoll Kentertraining genannt), Sommerfesten und dem klassischen Bier nach dem Training stärken wir den Zusammenhalt unserer Mitglieder, auf dass wir noch weitere 100 Jahre bestehen!



100 Jahre Wassersport-Verein Waldshut e.V.

TEXT UND FOTOS: WV WALDSHUT E.V.

Unser Wassersport-Verein ist ein Zusammenschluss zweier Abteilungen: Rudern und Paddeln. Obwohl wir über zwei separate Bootshäuser verfügen, befindet sich unser Vereinsheim, in dem auch die Ruderboote untergebracht sind, in direkter Nachbarschaft zum Paddelhaus und wird von beiden Abteilungen gemeinsam genutzt. Es ist interessant zu erwähnen, dass unser Vereinsheim direkt am Steg liegt und durch Spundwände vor Hochwasser geschützt ist.

Ein herausragendes Merkmal unseres Vereins sind unsere äußerst aktiven Mitglieder. Über Jahrzehnte hinweg haben wir uns einen Ruf für unsere kontinuierliche Jugendarbeit erworben. Neben unserer engagierten Jugendarbeit haben wir auch eine Vielzahl von Breitensportlern und Fitnessruderern, die jeden Sonntag mit dem Achter aufs Wasser gehen.

Ein weiteres bemerkenswertes Merkmal ist unser Wassersport-Revier. Wir haben das Privileg, auf dem Hochrhein zwischen der Schweiz und Deutschland zu rudern, ohne durch den beruflichen Schiffsverkehr gestört zu werden.

Nachdem der Orkan Lothar im Jahr 1999 unser früheres Vereinsheim abgedeckt und erheblich beschädigt hatte, entschieden wir uns für den vollständigen Neubau eines neuen Vereinsheims mit moderner und nachhaltiger Architektur. Die statische und architektonische Planung wurde von Vereinsmitgliedern durchgeführt, und der Bau selbst erfolgte größtenteils durch Eigenleistung. Dadurch konnten wir die finanzielle Belastung für unsere Mitglieder auf ein Minimum reduzieren.

Eine der Herausforderungen, denen wir gegenüberstehen, besteht darin, die Absolventen unserer Ruderanfängerkurse erfolgreich in den laufenden Sportbetrieb zu integrieren. Um diese Herausforderung zu bewältigen, setzen wir stark auf den persönlichen Einsatz unserer erfahrenen Ruderwarte. Sie nehmen sich die Zeit, die neuen Mitglieder individuell zu betreuen und ihnen bei der Weiterentwicklung ihrer Rudertechnik zu helfen. Durch diese engagierte Unterstützung

gelingt es uns, eine oft nahtlose Integration der Ruderanfänger in den regulären Sportbetrieb zu gewährleisten. Damit die Ruderwarte selbst nicht zu kurz kommen, dürfen sie sich auch außerhalb der offiziellen Ruderzeiten fürs Rudern verabreden.

Ein weiteres Ziel, dem wir uns stellen, besteht darin, unseren Bootspark zu erneuern. Es ist erwähnenswert, dass unser ältestes Ruderboot (ein Rennriemenvierer mit dem Namen "Donner") bereits über ein Jahrhundert alt ist! Um diesem Anliegen gerecht zu werden, planen wir die Anschaffung neuer Boote, insbesondere Kleinboote, die für leichtere Mannschaften geeignet sind und bei Jugend- und Masterregatten zum Einsatz kommen sollen. Durch diese Erneuerung möchten wir unser Angebot erweitern und sicherstellen, dass wir sowohl unseren Mitgliedern als auch potenziellen Interessenten moderne und passende Ruderboote zur Verfügung stellen können.

Der umfangreiche Lehrgangsbetrieb des Landesruderverbandes ist für uns von großer Bedeutung, da er uns vielfältige Möglichkeiten bietet, uns weiterzubilden und unsere Fähigkeiten im Rudersport und beim Coaching zu verbessern. Wir schätzen die Effizienz und Leichtigkeit der Kommunikation mit dem Vorstand des Verbandes.

Vor fünf Jahren haben wir unseren Steg komplett erneuert, und er hat sich seitdem als äußerst stabil erwiesen. Darüber hinaus dient er perfekt als Tanzfläche, wie wir bereits bei einigen Festaktivitäten in diesem Jahr unseren Mitgliedern eindrucksvoll demonstriert haben. Zudem sind einige Vereinsmitglieder auch sehr musikalisch engagiert und tragen mit ihren musikalischen Einlagen zu einem gelungenen Fest bei.

27. Deutsche Sprintmeisterschaften in Heidelberg

6. bis 8. Oktober 2023

TEXT: CHRISTINA BEERMANN-SCHEFFLER

FOTOS: HEIDELBERGER REGATTA-VERBAND 1923 E.V.

Der Heidelberger Regatta-Verband 1923 e.V. feiert 2023 sein 100-jähriges Jubiläum. Ein schöner Anlass, um sich als Ausrichter für die Deutsche Sprintmeisterschaften zu bewerben. Vom 6. bis 8. Oktober wird der Neckar durch hohe Schlagzahlen zum Kochen gebracht.



Die jährliche Heidelberger Ruderregatta im Mai ist den meisten Vereinen, Trainer/innen sowie Ruderinnen und Ruderern aus Baden-Württemberg bekannt. Am konstant positiven Feedback und dem Meldeergebnis können wir Jahr für Jahr ablesen, wie beliebt sie ist.

Im vergangenen Jahrhundert hat der Regatta-Verband darüber hinaus auch immer wieder zusätzliche hochklassige und internationale Regatten ausgerichtet. In den 1970er Jahren waren dies z. B. von 1971-73 die internationalen „MARTINI-Achter Regatten“, bei denen drei Jahre in Folge je ein werftneuer Empacher-Rennachter als Siegespreis ausgesetzt war. In 1981 fanden die „8. FISA-Veteranen-Regatta“ und 1995 die „Baden-Württembergischen Landesmeisterschaften und Internationale Heidelberger Master-Regatta“ in Heidelberg statt. Im Jahr 2000 waren wir Ausrichter der „4. Deutschen Sprintmeisterschaften“, damals stand dieses Regattaformat noch ganz am Anfang, und 2017 durften wir Prinz William und Herzogin Kate (heute Prince and Princess of Wales) bei ihrem ersten offiziellen Deutschland-Besuch als Teilnehmer einer eigens für sie organisierten „Royalen Regatta“ begrüßen.

Auf diesen Erfolgen möchten wir uns nicht ausruhen und haben uns für unser Jubiläumjahr erneut um die Ausrichtung der Deutschen Sprintmeisterschaften beworben. Der Deutsche Ruderverband erklärte sich gerne dazu bereit, unser Jubiläum mit der Vergabe einer Meisterschaftsregatta zu unterstützen und zu würdigen. Der Oberbürgermeister der Stadt Heidelberg, Prof. Dr. Eckhard Würzner, hat die Schirmherrschaft über die Veranstaltung übernommen.

Der Neckar als stark befahrene Wasserstraße macht es organisatorisch nicht ganz einfach, eine Meisterschaftsregatta auszutragen. Schifffahrtspausen und „nur“ fünf Startbahnen erfordern etwas mehr Zeit für die Rennabfolge und ein gutes Timing. Entsprechend werden die Vorläufe bereits am Freitagnachmittag beginnen. Die Finalläufe sind für Samstag und Sonntagnachmittag vorgesehen.

Eine neue Erfahrung für uns sind die Para-Rennen, diese sind ausgeschrieben in allen drei Klassen PR1, PR2 und PR3. Das Regatta-Gelände inklusive der Versorgungsbereiche ist durchgängig ebenerdig zugänglich, ohne Stufen oder Böschungen, so dass wir davon überzeugt sind, den Para-Ruder/innen gute Startbedingungen zu bieten.



Die Rennstrecke beträgt 350 Meter mit Start direkt an der Theodor-Heuss-Brücke und liegt damit zentral in der Stadt. Von der Brücke aus haben die Zuschauer/innen einen wunderbaren Ausblick über den Neckar und die Rennstrecke. Aber nicht nur von hier lassen sich die Rennen verfolgen - von der Neckarwiese aus kann das gesamte Renngeschehen vom Start bis zum Ziel beobachtet werden. Im Zielbereich oberhalb der DLRG-Station können sich die Zuschauer/innen auf eine Tribüne mit Blick auf das Siegerehrungspodest freuen.

Unsere Helfer/innen-Teams sind startbereit und warten mit großer Vorfreude und Spannung auf das erste Oktoberwochenende und ihren Einsatz. Das technische Equipment und die EDV werden stetig aktualisiert, die Arbeitsabläufe hinterfragt und neu justiert. Auch für die Parksituation, die uns in diesem Frühjahr einige Probleme bereitet hat, konnten wir in Zusammenarbeit mit der Stadt Heidelberg ein neues Konzept entwickeln.

Am Rudererplatz auf Höhe des Starts wird sich ein hochmotiviertes Team um die gastronomischen Wünsche der Teilnehmer/innen und Besucher/innen kümmern, ob Frühstück für die Sportler/innen oder Abendessen

am Samstag nach den Rennen. Und mittels Live-Übertragung und LED-Leinwand können auch von hier die Zieleinläufe beobachtet werden.

Auf der Website des Heidelberger Regatta-Verbandes (www.regatta-hd.de) werden die verschiedenen organisatorischen Informationen stetig ergänzt und können dort immer aktuell abgerufen werden.

Der Vorstand vom HRV und seine zahlreichen ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer, die Heidelberger Rudervereine und die Stadt Heidelberg engagieren sich gemeinsam, damit das Wochenende der Deutschen Sprintmeisterschaften für den Rudersport in und um Heidelberg und Baden-Württemberg zu einem Erfolg wird mit einem hohen Meldeergebnis und erstklassigen Wettkämpfen.

LRVBW Verdienstnadel für David Schäfer



David Schäfer (Mannheimer RV Amicitia) wurde anlässlich der Landesmeisterschaften 2023 mit der LRVBW Verdienstnadel geehrt. Heike Breitenbücher dankte David Schäfer für seine langjährige Tätigkeit als Jugendleiter bis 2018 in Baden-Württemberg. Aktuell ist David Schäfer Regionaltrainer für den Bereich Para-Rudern im DRV. Damit er dabei auch den LRVBW repräsentieren kann, bekam er eine Grundausrüstung der neuen LRVBW Verbandskleidung überreicht. (Text: Heike Breitenbücher, Foto: Sonja Schmid)



LRVBW Ehrennadel für Christian Knab

Christian Knab erhält die Ehrennadel in Silber des Landesruderverband Baden-Württemberg e.V. für seine langjährige Tätigkeit als Stellv. Vorsitzender Leistungssport bis zum Jahre 2021. Dann gab Christian Knab den Staffelstab an Sascha Hustoles weiter, um sich neuen Herausforderungen als Vorsitzender im Heimatverein zu widmen. Der LRVBW Vorstand dankt Christian für seinen Einsatz für den Rudersport im Lande und darüber hinaus. Da eine Sommergrippe der Ehrung anlässlich der Landesmeisterschaften in Breisach dazwischenfunkte, übergab nun Jan Erik Jonescheit - Mitglied im LRVBW Expertenrat - anlässlich des Sommerfests beim Mannheimer RV Amicitia Nadel, Urkunde und Dank des LRVBW. (Text: Heike Breitenbücher; Foto: privat)



BoGy beim Landesruderverband

„Wo finde ich den richtigen Praktikumsplatz für mich?“ Diese Frage beschäftigt viele Schüler, wenn es um die Berufsorientierung an den Gymnasien geht. Aber warum eigentlich nicht in einem Verband? Buchhaltung, Öffentlichkeitsarbeit, IT und Büromanagement sind Beispiele für Aufgaben, die in einem Verband anfallen. Gesagt, getan: ich schickte mein Bewerbungsschreiben an den Landesruderverband Baden-Württemberg e.V. und bekam prompt eine Antwort. Mein Praktikumsplatz war gesichert.

Mein Praktikum ging über fünf Tage von Montag bis Freitag. Los ging es am Montag mit dem Leiten von zwei bestehenden Trainingsgruppen mit Erwachsenen und Jugendlichen. Dienstags konnte ich den ganzen Tag mit unserer Vorsitzenden Heike Breitenbücher in der Geschäftsstelle in Stuttgart verbringen, um dort Einblicke in die zentrale Buchhaltung und das Archiv zu erlangen. Mittwochvormittag ging es weiter mit der Verwaltung im Marbacher Ruderverein. Aufgaben waren beispielsweise die Abrechnung von Trainingskleidung und Social Media Arbeit. Nachmittags betreute ich einen Anfängerkurs, was durchaus eine neue Erfahrung war. Am vierten Tag meines Praktikums stand morgens zuallererst ein Termin beim Notar an. Das Anliegen beim Notar war die Beglaubigung einer Änderung bei den Mitgliedern des LRVBW Vorstandes nach den Wahlen beim Landesrudertag. Mit diesem weiten Aufgabenfeld hatte ich im Vorfeld nicht gerechnet und war positiv überrascht.

Meine Aufgaben des letzten Tages konnte ich von zu Hause aus erledigen. Es waren Recherchen im Breitensport und im Bereich Bildung und ein wenig Statistik. Wie ich feststellte, finden viele der Aufgaben und Verpflichtungen innerhalb des Vorstandes im „Home-Office“ statt.

Zusammenfassend war mein Praktikum ein voller Erfolg. Schulisch als auch persönlich. Ich lernte viele neue Dinge, knüpfte aber auch neue Kontakte. Ich kann es also nur weiterempfehlen... (Text: Moritz Bitz; Foto: Heike Breitenbücher)



LRVBW Landes-Wanderrudertreffen 2023 in Bad Wimpfen

Der Ruderverein Bad Wimpfen ist 2023 Gastgeber des Landes-Wanderrudertreffen. Das Treffen findet am Samstag, den 30. September 2023 statt. Anlass ist das 100-jährige Jubiläum des Rudervereins. In Bad Wimpfen hat das Wanderrudern eine ausgeprägte Tradition und wird auch von der Jugend gepflegt. Auch in diesem Jahr werden sich Wanderruderer jeden Alters aus ganz Baden-Württemberg treffen, um gemeinsam eine Tageswanderfahrt zu machen.

Die ausgewählte Strecke führt die Ruderer von Bad Wimpfen unter der neu errichteten Autobahnbrücke der A6 hindurch bis nach Heilbronn zum Steg und neuen Bootshaus der Heilbronner Ruderschwaben. Im Anschluss an ein Mittagessen geht es wieder zurück nach Bad Wimpfen. Besonders sehenswert auf der Strecke ist zudem die historische König-Wilhelm-Schleuse und das Rudern entlang des Geländes der Bundesgartenschau 2019.

Auf diesem Neckarabschnitt bietet es sich für die einzelnen Vereine oder auch unter gemeinsamer Flagge an, Vor- und/oder Nachfahrten anzubieten.

(Text: Linda Häfner; Foto: RV Bad Wimpfen)



Landesruderverband Baden-Württemberg e.V.

VORSTAND

VORSITZENDE



Heike Breitenbücher
vorsitzender@rudern-bw.de
Mobil 0178 3070442

**STELLV. VORSITZENDER
BILDUNG UND SPORT-
ENTWICKLUNG**



Dr. Wolfgang Fritsch
bildung@rudern-bw.de
Mobil 0175 1664389

**STELLV. VORSITZENDER
BREITENSPORT**



Wolfdietrich Jacobs
breitensport@rudern-bw.de
Telefon 07202 1431

LANDESRUDERJUGEND

LANDESJUGENDLEITERIN



Johanna Schmidt
jugendleitung@rudern-bw.de
Mobil 0171 3087903

**STELLV. VORSITZENDER
FINANZEN**



Gerhard Reinert
finanzen@rudern-bw.de

**STELLV. VORSITZENDER
LEISTUNGSSPORT**



Sascha Hustoles
leistungssport@rudern-bw.de
Mobil 0176 61025398

**STELLV. VORSITZENDER
VERWALTUNG**



Frank Kilian
verwaltung@rudern-bw.de



Bjarne Bickenbach
ruderjugend@rudern-bw.de
Mobil 0175 1171159

EHRENVORSITZENDER



Bernd Kuhn
kuhn.ueberlingen@t-online.de



Christina Heinle
ruderjugend@rudern-bw.de

GESCHÄFTSSTELLE DES LRVBW



Sonja Schmid
Landesruderverband
Baden-Württemberg e.V.
Fritz-Walter-Weg 19
70372 Stuttgart
Tel: 0711 28077-360
schmid@rudern-bw.de

LANDESTRAINER



Ralf Kockel
landestrainer@rudern-bw.de
Mobil 0172 7426929

EHRENVORSITZENDER

Bernd Kuhn

EHRENMITGLIEDER

Judith Berger
Herbert Esser
Dr. Dieter Offtendinger
Johanna Kienzerle
Monika Kienzle-Augspurger
Dietrich Besch
Uwe Gerstenmaier
Prof. Dr. Jürgen Steinacker

EXPERTENBEIRAT

ANTIDOPING
Dr. Johannes Kirsten
johannes.kirsten@uni-ulm.de

**PRÄVENTION SEXUALISierter
GEWALT/PSG/GG**
Uwe Gerstenmaier
gerstenmaier@gmx.de

**SPORTMEDIZIN/
GESUNDHEITSFÖRDERUNG**
Dr. Philipp Birkner
philipp-birkner@web.de

RECHTSFRAGEN
Jan Erik Jonescheit
jjonescheit@gmail.com

RUDERREVIERE UND UMWELT
Ressort Breitensport
breitensport@rudern-bw.de

SCHULRUDERN
Holger Knauf
schulrudern@rudern-bw.de

WETTKAMPFWESEN
Karin Stephan
karin.stephan@gmx.de

Impressum

RUDERBLATT, das offizielle Verbandsorgan des Landesruderverbands Baden-Württemberg e.V.

Der Landesruderverband Baden-Württemberg ist ein gemeinnütziger Verein. Für Geldspenden danken wir herzlich. Sie erhalten selbstverständlich zeitnah eine entsprechende Zuwendungsbestätigung, die Sie steuerlich geltend machen können.

Bankverbindung:
Landesbank Baden-Württemberg
IBAN: DE09 6005 0101 0002 6019 19
BIC: SOLADEST

Herausgeber:
Landesruderverband
Baden-Württemberg e.V.
Fritz-Walter-Weg 19
70372 Stuttgart
info@rudern-bw.de

Internet:
www.lrvbw.de

Jahrgang 2023

Redaktion:
Gesamtkoordination
LRVBW Geschäftsstelle
Für den Inhalt der Artikel sind die jeweils angegebenen Verfasser verantwortlich. Texte ohne Verfasserangabe wurden von der Redaktion erstellt.

Gestaltung:
WINTERGERST OPEN

Fotos:
Bilder wurden von den Autoren zur Verfügung gestellt, falls nicht anders angegeben.

Foto Titelseite:
LRVBW Juniorinnen Achter
DJM 2023
Foto: www.meinruderbild.de

Die nächste Ausgabe erscheint voraussichtlich 2024.

FEELING  **OF**
SUCCESS

100 

JAHRE BOOTSBAU DER
EXTRAKLASSE



QUALITÄT UND INNOVATION

EMPACHER 

www.empacher.com