LANDESRUDERVERBAND BADEN-WÜRTTEMBERG E.V.

RUDERBLATT

Nachwuchsförderung
Lebenswelten junger Menschen

Die Vereine
42 x LRVBW

50 Jahre LRVBW
Stimmen zum Jubiläum

INHALT

3 **Vorwort**

4 **Nachwuchsförderung im Rudersport**
Ansgar Thiel & Hannes Gropper
Warum wir die Lebenswelten junger Menschen ernst nehmen müssen

7 **Theresa Schopper**
Ministerin für Kultus, Jugend und Sport des Landes Baden-Württemberg

8 **„Wie war das denn bei Euch?“**
Fragen junger Kaderruderer an Olympioniken und Weltmeister aus Baden-Württemberg

14 **Kompetenz gesucht!**
Warum die Trainerfrage zur Bildungsfrage wird

18 **Warum Gesundheit dem Rudern schadet – aber Rudern der Gesundheit nützt**

22 **Rudern bewegt – Mitgliederstruktur im Wandel**

26 **Andreas Felchle**
Präsident Württembergischer Landessportbund e.V.

27 **Moritz Petri**
Präsident des Deutschen Ruderverbandes

28 **Warum der Breitensport ein Wettkampfangebot braucht**

32 **Sportmedizin Ulm – starker Partner seit Jahrzehnten**

34 **Wo der Südwesten ruderte**
Eine Reise durch die Regattenszene

38 **Bootswerft Empacher in Baden-Württemberg**

42 **Schulrudern von den Anfängen des LRVBW bis Ende der 80er Jahre**

46 **Die Superkraft des Sports!**

47 **Gert Rudolph**
Präsident Badischer Sportbund Nord

48 **Sicher Rudern im LRVBW**

52 **42 x LRVBW**

79 **Stuttgart-Cannstatter Ruderclub**
Gründungsstätte des LRVBW

80 **Gundolf Fleischer**
Präsident Badischer Sportbund Freiburg

82 **50 Jahre Landesruderverband Baden-Württemberg e.V.**

84 **Jürgen Scholz**
Präsident Landessportverband Baden-Württemberg

86 **Das LLZ-Rudern in Breisach**
Ein Wendepunkt in der leistungssportlichen Geschichte in Baden-Württemberg

88 **Junge Kraft fürs Rudern**
Die Ruderjugend Baden-Württemberg stellt sich vor

91 **Impressum**

LRVBW
50
JAHRE

Zum 50-jährigen Bestehen des Landesruderverbandes Baden-Württemberg

Am 16. November 1975 versammelten sich Vertreterinnen und Vertreter von Rudervereinen aus Baden Nord, Baden Süd und Württemberg im Bootshaus des Stuttgart-Cannstatter Ruderclubs, um einen zukunftsweisenden Schritt zu gehen: Sie beschlossen die Gründung des Landesruderverbandes Baden-Württemberg. Zum 1. Januar 1976 trat die Fusion offiziell in Kraft – gegen manch lautstarken Gegenwind, mit großem Weitblick und der festen Überzeugung, dass der Rudersport in Baden-Württemberg eine starke gemeinsame Stimme braucht.

Der LRVBW war einer der ersten Sportfachverbände, die diesen mutigen Schritt wagten – in einer Zeit, in der Baden-Württemberg als sportpolitisches „Musterländle" noch Zukunftsmusik war. Drei Sportbünde teilten sich das Land, viele Strukturen waren noch Relikte der Besatzungszeit. Dass sich die Rudervereine dennoch früh zusammenschlossen, spricht für die Weitsicht und den Gestaltungswillen der damaligen Vereinsvertreter – und ist bis heute ein Beispiel für gelebte Einigkeit im Sport.

Die Fusion war kein Selbstläufer – sie erforderte viel Überzeugungsarbeit und Durchhaltevermögen. Dieser Respekt vor der Entschlossenheit von damals ist heute mehr denn je angebracht, denn die Herausforderungen sind nicht weniger geworden. Die Jubiläumsausgabe unseres Ruderblattes würdigt daher nicht nur die Leistungen der Vergangenheit, sondern wirft auch einen Blick in die Zukunft: auf neue Wettkampfformen, auf Bildung und Sportentwicklung, auf den Stellenwert von Leistungssport und Breitensport sowie verschiedene Trends in einer sich verändernden Gesellschaft.

Auch Stimmen von „außen" kommen zu Wort – denn wir stehen als Verband nicht im luftleeren Raum. Ein besonderer Dank gilt Prof. Dr. Ansgar Thiel, Rektor der Sporthochschule Köln für seinen Geburtstagsbeitrag über „Digital Natives im Ruderboot", mit dem wir nicht nur ein hochaktuelles Thema aufgreifen, sondern auch die Zukunftsfähigkeit unseres Sports in den Blick nehmen.

Als ich vor knapp fünf Jahren den Vorsitz des LRVBW übernommen habe, war auch dies eine Zeit des Umbruchs. Der Verband befand sich mitten in einer umfassenden Strukturreform: Aus einem klassischen Präsidium und einer großen Zahl an Beisitzern wurde ein BGB-Vorstand mit sechs gleichberechtigten Ämtern geschaffen. Das war mehr als ein formaler Akt – es war ein Signal für Teamarbeit, Transparenz und eine neue Organisationskultur.

Die Digitalisierung der Geschäftsprozesse war uns ein besonderes Anliegen – denn nur so kann ehrenamtliches Engagement auch unter veränderten Lebensbedingungen erhalten bleiben. Heute sind wir in vielen Bereichen digital aufgestellt, ohne den persönlichen Kontakt zu verlieren. Nicht alles ist geschafft, es gibt noch ausstehende Aufgaben.

Das Vorstandsressort Bildung und Sportentwicklung hat heute eine gleichberechtigte Stimme, um Entwicklungen im Sport mit großer Vorausschau begleiten und in unseren Bildungsmaßnahmen gezielt aufgreifen und umsetzen zu können. Auch der Breitensport hat – neben dem Leistungssport – seinen festen Platz im Vorstand gefunden. Die Professionalisierung der Finanzstrukturen mit einem System von Kostenstellen und Kostenträgern hat für neue Klarheit und finanzielle Sicherheit gesorgt. Die Geschäftsstelle ist heute ansprechbar, gut erreichbar und in neue Räume im SpOrt in Stuttgart umgezogen – ein Ort der Vernetzung und Beratung.

Der LRVBW ist ein verlässlicher, sichtbarer und moderner Verband mit starken Bindungen in alle Richtungen: Zu den Vereinen, zu den drei Sportbünden – mit denen wir auch 50 Jahre nach der Fusion ein konstruktives und partnerschaftliches Verhältnis pflegen – und zum Landessportverband Baden-Württemberg, der unseren Nachwuchsleistungssport nachhaltig unterstützt. Im Deutschen Ruderverband ist der LRVBW eine wichtige Stimme – sowohl was den Leistungssport betrifft als auch bei Fragen der Sportentwicklung und Verbandsmodernisierung.

Ich danke allen, die an dieser besonderen Jubiläumsausgabe mitgewirkt haben – mit Rückblick, Einsicht, Meinung und Vision. Die Grußworte in diesem Heft sind bewusst keine Floskelsammlungen, sondern Beiträge zum Diskurs. Wir wollten keine Gratulationen von der Stange, sondern echte Impulse. Und genau die haben wir bekommen.

Ich lade Sie und Euch ein, durch diese Ausgabe zu blättern – viel Freude über das Erreichte und über das Jetzt und Heute. Blickt mit Neugierde und Zuversicht in die Zukunft und gestaltet sie mit uns. Danke an alle, die den Weg über all die Jahre mit dem Landesruderverband gegangen sind und weiterhin gehen!

Mit rudersportlichen Grüßen

Heike Breitenbücher
Vorsitzende des Landesruderverbandes Baden-Württemberg e.V.

Prof. Dr. Ansgar Thiel

Nachwuchsförderung im Rudersport

Warum wir die Lebenswelten junger Menschen ernst nehmen müssen

VON PROF. DR. ANSGAR THIEL & DR. HANNES GROPPER

„Früher lief vieles wie von selbst, heute fühlt es sich oft viel komplizierter an." So beschreibt ein erfahrener Trainer die Veränderungen, die viele Verantwortliche in der Nachwuchsförderung des Sports ähnlich wahrzunehmen scheinen.

Kinder kamen zum Training, machten genau das, was die Trainer vorgaben und wurden erfolgreich. Ob das in dieser Zuspitzung stimmt, sei dahingestellt. Aber hört man von erfahrenen Trainer:innen nicht selten, dass ein solches Verhalten an Selbstverständlichkeit verloren habe. Was früher fast automatisch zu laufen schien, erfordert heute Fingerspitzengefühl, Geduld, und oft ein Maß an Flexibilität, das die Verantwortlichen in der Nachwuchsförderung an ihre Grenzen bringt.

Die Herausforderungen beginnen bereits bei der Kommunikation: Es reicht nicht mehr, Termine auf der Tafel auszuhängen oder Ansagen beim Training zu machen – digitale Kanäle, WhatsApp-Gruppen und Push-Nachrichten werden zum unverzichtbaren Instrument. Und selbst dann passiert es, dass ein Nachwuchssportler kurzfristig absagt, weil Streaming, Gaming oder schlicht das Bedürfnis nach Ruhe plötzlich wichtiger erscheinen als die geplante Trainingseinheit oder gar ein Wettkampf.

Was also hat sich verändert? Warum fällt es jungen Menschen heute schwerer, sich dauerhaft und verbindlich im Leistungssport zu engagieren? Dieser Frage wollen wir uns nähern – ausgehend von der Annahme, dass gesellschaftliche Transformationsprozesse die Lebenswelten von Kindern und Jugendlichen zutiefst prägen. Diese Veränderungen müssen ernst genommen werden, nur dann wird Nachwuchsförderung nachhaltig erfolgreich bleiben.

Individualisierung – Die Zerlegung der Kindheit in Inseln

Wer einen Blick in die Entwicklung der letzten Jahrzehnte wirft, sieht schnell: Erziehung ist längst nicht mehr nur Privatsache, sondern hochgradig professionalisiert, pädagogisiert und systematisiert. Bereits in den späten 1960er-Jahren begann in Deutschland die große Bildungsexpansion, getragen von der Vorstellung, dass sozialer Aufstieg nicht mehr vom Elternhaus, sondern von der eigenen Leistung abhängen sollte. Der Gedanke, dass Erfolg erarbeitet werden muss – durch Bildung, durch gezielte Förderung, durch disziplinierte Selbstoptimierung – prägte seither Generationen von Eltern, Pädagog:innen und Trainer:innen.

Das Ergebnis: Kindheiten, die minutiös durchgetaktet sind. Klavierunterricht montags, Fußball dienstags, Nachhilfe mittwochs, Hip-Hop-Tanzen donnerstags, Rudertraining freitags. Freies Spiel,

Dr. Hannes Gropper

zufällige Begegnungen, selbstorganisierte Abenteuer haben kaum noch Platz in diesen Lebenswelten. Der Erziehungswissenschaftler Guido Pollak sprach bereits Anfang der 1990er-Jahre von der „Pädagogisierung individueller Lebensführung", die Pädagogin Helga Zeiher prägte das Bild der „verinselten Kindheit": Statt in einem ganzheitlichen Lebensraum bewegen sich Kinder heute zwischen spezialisierten, funktionalisierten Inseln, stets begleitet von Erwachsenen, stets unter Beobachtung. Die Verbindung zwischen den Inseln läuft über Erwachsene, welche die Kinder von einem Ort zum anderen transportieren, was wiederum die Abhängigkeit der Kinder von ihnen erhöht.

Gleichsam bleibt die Spezialisierung und Funktionalisierung von Lebenswelten, die permanente Präsenz von Erwachsenen und die absolute Fokussierung des elterlichen Verhaltens auf Wohlergehen und eine erfolgreiche Entwicklung der eigenen Kinder nicht folgenlos. Stephan Valentin konstatiert in seinem Buch Ichlinge: Warum unsere Kinder keine Teamplayer sind (2012), dass Heranwachsende in dem Glauben aufwachsen, sie stünden im Mittelpunkt ihrer eigenen Welt und das Verhalten ihrer unmittelbaren Bezugspersonen sei vor allem darauf ausgerichtet, ihre eigenen Bedürfnisse zu befriedigen. Mehr noch, die gute Absicht, die damit verbunden ist, die Freizeit der Kinder nach pädagogischem Nutzen zu gestalten und Spielsachen, Fernsehprogramme und Aktivitäten nach ihrem Entwicklungs-Benefit zu filtern, lässt wenig Raum für die Erfahrung des Ungeplanten, Unberechenbaren, Widerständigen. Doch sind es gerade solche Erfahrungen – das Scheitern, das Aushalten von Frustration, das Sich-Durchbeißen, auch wenn es mal keinen Spaß macht – die Kinder auf ein Leben in wettkampforientierten Kontexten vorbereiten.

Der Rückgang des freien Spiels und dessen Folgen betrifft nicht nur Kinder aus Familien mit hoher Bildungsaspiration. Auch Kinder aus bildungsfernen Familien erleben heute weniger freies Spiel. Hier jedoch wirken ganz andere Mechanismen. Oft fehlen sichere Spielräume, Parks und Straßen sind unsicher, Spielplätze verwahrlost. Materielle Armut schränkt die Möglichkeiten zusätzlich ein: die Relevanz des freien Spiels draußen für die Entwicklung der eigenen Kinder wird im Schnitt als weniger hoch angesehen, manche Kinder müssen Verantwortung zu Hause übernehmen, jüngere Geschwister hüten und Aufgaben im Haushalt stemmen.

Die Folgen dieses schleichenden Wandels sind vielschichtig und besorgniserregend. Wo Kinder nicht mehr frei spielen, verlieren sie einen Raum, in dem sie sich selbst ausprobieren können. Kreativität, soziale Kompetenz, Risikoeinschätzung, motorische Fertigkeiten, aber eben auch Kooperationsfähigkeit oder Frustrationstoleranz – all das wächst nicht unter Aufsicht oder vor dem Bildschirm beim Spielen designter Video-Games, sondern im freien Tun.

Trainer:innen, die heute junge Talente aufbauen wollen, müssen wissen: Persönlichkeitsmerkmale wie Misserfolgsresilienz, Durchhaltevermögen, Kritikfähigkeit und die Fähigkeit, sich in ein hierarchisches System einzufügen, entstehen nicht mehr automatisch in der Alltagswelt der Kinder. Diese Fähigkeiten müssen heute oft gezielt im Training aufgebaut, eingeübt, gestärkt werden.

Doch das ist nicht die einzige Veränderung, die sich aus gesellschaftlichem Wandel für die Organisation von Bildung und Talentförderung ergeben hat. Die Dynamik gesellschaftlicher Individualisierung wird durch den Prozess der Mediatisierung verstärkt.

Mediatisierung – Das Leben zwischen Online-Welt und analoger Realität

Individualisierte Lern- und Förderstrukturen dehnen sich mittlerweile in die Welt des Internets aus, angetrieben durch technologische Innovationen. Ein Beispiel sind intelligente Tutorensysteme, die Lernpfade individuell anpassen, indem sie emotionale Zustände via Gesichtserkennung analysieren, und Lehrformate an diese Zustände individualisiert anpassen und damit maximale Passgenauigkeit versprechen. Es kann davon ausgegangen werden, dass diese Formate im Hinblick auf Lernergebnisse höchst effizient sind – aber sie beseitigen dabei auch den „heimlichen Lehrplan" der klassischen Bildungsinstitutionen: das Lernen in festen sozialen Gefügen, das Akzeptieren sozialer Regeln, das Einüben von Perspektivübernahme, Kooperation, Rücksichtnahme. Und das bleibt nicht ohne Folgen, auch nicht für den Sport.

Parallel zur digitalisierten Individualisierung von Bildung hat die Mediatisierung auch die kommunikativen Lebenswelten von Kindern und Jugendlichen fundamental verändert. Aktuelle Studien zeigen, dass fast alle Jugendlichen ein eigenes Smartphone besitzen, das sie täglich nutzen: zum Chatten, Surfen, Musikhören, Streamen, Spielen. Apps wie WhatsApp, Instagram, TikTok, YouTube prägen nicht nur die Kommunikation, sondern auch die sozialen Strukturen, in denen sich Heranwachsende bewegen.

Was bedeutet das konkret? Kommunikation verlagert sich zunehmend in den digitalen Raum, wird zeitlich entkoppelt, stark verkürzt, oft auf Emojis, GIFs oder kurze Textnachrichten reduziert. Jugendliche entwickeln dabei durchaus Fähigkeiten, welche ältere Generationen nicht in gleichem Maße haben: Sie lernen, digitale Codes zu entschlüsseln, Kontexte zu verstehen, die Bedeutung von Symbolen präzise einzuordnen. Gleichzeitig spielen nonverbale Signale wie Mimik, Gestik, Blickkontakt in diesen Kommunikationsformen kaum noch eine Rolle, was auch für den Sport problematisch ist. Das Problem: Die neuen Kompetenzen machen die alten nicht obsolet. Wer in der digitalen Welt erfolgreich kommuniziert, übt

nicht automatisch das differenzierte Diskutieren, das Austarieren von Lautstärke, Modulation, Duktus oder Gestik in einem direkten Gespräch. Gestik, verbale Kommunikation und die Fähigkeit, Betonung und Lautstärke im Gespräch anzupassen, sind aber für die Kommunikation auf dem Feld oder in einem Boot oder einfach nur im Trainer:innen-Athlet:innen-Gespräch hochrelevant. Und auch andere Fähigkeiten, die für den wettkampforientierten Sport essentiell sind, werden aufgrund der veränderten Strukturen von Kommunikation mittels digitaler Medien nicht mehr autoamtisch in der Alltagswelt trainiert: Feedback annehmen, sich in Gruppen einordnen, sich auf analoge Kommunikationssituationen einstellen. Wenn ein 14-jähriger Ruderer lieber eine WhatsApp-Nachricht schreibt, um abzusagen, statt seine Trainerin anzurufen oder das Face-to-Face-Gespräch zu suchen, mag das für ihn völlig selbstverständlich sein – für das soziale Miteinander im Training stellt es aber eine Herausforderung dar.

Hinzu kommt ein zweiter Aspekt: Die Formen sozialer Anerkennung haben sich verändert. In einer Welt, in der Likes, Shares und Views zur Währung geworden sind, ist der Wettkampf um Aufmerksamkeit entkörperlicht, anonymisiert, von Algorithmen gesteuert. Mediale Vorbilder auf YouTube, Instagram oder TikTok zeigen, wie sich mit kreativen Clips scheinbar mühelos Ruhm und Reichtum erlangen lassen – ganz ohne jahrelanges Training, ohne schweißtreibende Anstrengung, ohne harte Wettkämpfe. Diese alternative Erfolgslogik steht in direkter Konkurrenz zum klassischen Leistungssport, der auf langfristiges, systematisches Üben angewiesen ist.

Doch auch jenseits dieser Konkurrenz entsteht eine neue Herausforderung: Selbst in jenen Sportarten, die außerhalb klassischer Vereinsstrukturen stattfinden – Mountainbiken, Parcours, Tanz – trainieren Jugendliche oft intensiv, manchmal ebenso hart wie Nachwuchsathlet:innen im Leistungssport. Doch der Kontext ist ein anderer: Training findet hier in selbstgewählten Räumen und zu selbstgewählten Zeiten statt, ohne festgelegte Normen, ohne formale Regeln, oft untrennbar verbunden mit dem Ziel, die eigenen Fortschritte über Social Media zu dokumentieren und einer Community zu präsentieren.

Was bedeutet das für die Talentförderung im Rudersport?

Zusammengefasst lässt sich sagen: Die gesellschaftlichen Transformationsprozesse der Individualisierung und Mediatisierung haben die Lebenswelten junger Menschen nachhaltig verändert – und diese Veränderungen wirken tief hinein in den Sport. Der klassische Wettkampfsport steht heute in Konkurrenz zu digitalen sozialen Räumen, die Selbstverwirklichung ermöglichen und alternative Erfolgsstrategien bieten. Gleichzeitig erleben wir eine Verschiebung sozialer und kommunikativer Kompetenzen, die nicht einfach ignoriert werden darf.

Der Rudersport hat auf diese Veränderungen bereits reagiert. Neue Formate wie Coastal Rowing oder Indoor Rowing Championships verbinden Wettkampf mit Eventcharakter, Lifestyle und Social-Media-Wirkung. Sie sprechen gezielt jene jungen Menschen an, die Wettkampf wollen – aber nicht um den Preis, auf Spaß, Erlebnisse oder Selbstdarstellung zu verzichten.

Doch diese Entwicklungen allein werden nicht ausreichen. Die Nachwuchsförderung im Rudersport muss sich intensiver mit der Frage auseinandersetzen, wie man in einer individualisierten, mediatisierten Welt junge Menschen nicht nur sportlich, sondern auch sozial und kommunikativ fördern kann. Es geht darum, Trainingskonzepte zu entwickeln, die nicht nur technisches Können, sondern auch soziale Fähigkeiten wie Frustrationstoleranz, Durchsetzungsvermögen, Kritikfähigkeit, Kooperationsbereitschaft gezielt aufbauen.

Denn eines bleibt unverändert: Erfolg im Sport ist kein Zufallsprodukt. Er ist das Ergebnis von Talent, ja – aber vor allem von langjährigem, systematischem, oft mühsamem Üben. Wer nachhaltige Nachwuchsförderung betreiben will, muss junge Athlet:innen dazu befähigen, diesen langen Weg zu gehen. Und dafür müssen wir die Lebenswelten, in denen sie aufwachsen, nicht nur kennen, sondern in unsere Arbeit integrieren. Nur dann wird es gelingen, junge Menschen für den Rudersport zu begeistern – und sie zu Athlet:innen zu formen, die bereit sind, das Unbequeme anzunehmen, um das Große zu erreichen.

Prof. Dr. Ansgar Thiel ist Rektor der Deutschen Sporthochschule Köln. Zuvor war er von 2022-2024 hauptberuflicher Dekan der Wirtschafts- und Sozialwissenschaftlichen Fakultät und von 2010 bis 2022 Direktor des Instituts für Sportwissenschaft an der Eberhard-Karls-Universität Tübingen. In der Forschung beschäftigt er sich mit dem gesellschaftlichen Wandel von Sport, Bewegung und Gesundheit. Dabei hat er sich unter anderem viele Jahre mit der Individualisierung und Digitalisierung der Lebenswelten Heranwachsender und deren Auswirkungen auf die Hochbegabtenförderung beschäftigt.

Dr. Hannes Gropper ist Gymnasiallehrer für die Fächer Sport und Englisch. Während seiner Promotion an der Eberhard-Karls-Universität Tübingen hat er sich unter anderem mit Verläufen gesundheits- und aktivitätsbezogener Biografien und den Implikationen gesellschaftlicher Individualisierungsprozesse für den Nachwuchsleistungssport beschäftigt.

Kinder lernen in Sportvereinen fürs Leben

THERESA SCHOPPER
MINISTERIN FÜR KULTUS, JUGEND UND SPORT
DES LANDES BADEN-WÜRTTEMBERG

Täglich werden in über 11.200 Sportvereinen in Baden-Württemberg sportliche Talente gefördert, Menschen zu gesundheitsorientiertem Handeln motiviert, Kinder und Jugendliche mit vielfältigen Bewegungsangeboten versorgt und Personen mit unterschiedlichem sozialem und kulturellem Hintergrund miteinander in Verbindung gebracht.

Sport und Bewegung spielen eine entscheidende Rolle für die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen, denn regelmäßige Bewegung fördert nicht nur die körperliche Gesundheit. Studien zeigen, dass körperliche Aktivität die Konzentration, das Gedächtnis und die Leistungsfähigkeit verbessert.

Unsere Sportvereine leisten mit ihren Bewegungsangeboten einen unschätzbaren Beitrag zur Bildung und Entwicklung von Kindern und Jugendlichen. Sie schaffen Räume, in denen Kinder nicht nur ihre körperlichen Fähigkeiten stärken, sondern vor allem soziale Kompetenzen erwerben, die sie ihr Leben lang begleiten. Denn wer im Training Durchhaltevermögen zeigt, im Wettkampf mit Niederlagen umgehen kann und im Verein Verantwortung übernimmt, entwickelt Kompetenzen, die in Schule und Beruf entscheidend sind: Teamfähigkeit, Disziplin, Resilienz, Kommunikation und Fairness. Genau das macht die Kampagne „Das hab´ ich im Sport gelernt“ des DOSB auch heute noch immer aktuell: zu zeigen, was der Sport jenseits von Medaillen und Zeiten bewirkt – für jedes einzelne Kind, für unsere Gesellschaft insgesamt.

Im Rudersport erleben junge Menschen hautnah, was Zusammenhalt bedeutet. Sie lernen, sich auf andere zu verlassen und Verantwortung zu übernehmen. Wer rudert, weiß: Der Erfolg hängt vom Team ab. Genau dieses Erleben von Gemeinschaft, Verlässlichkeit und Fairness macht Sportvereine zu außerschulischen Lernorten mit einzigartigem pädagogischem Wert. Gerade auch im Rudersport, der Disziplin, die wie kaum eine andere Präzision, Vertrauen und Teamarbeit verkörpert, zeigt sich der ganzheitliche Bildungswert des Vereinssports. Der Landesruderverband Baden-Württemberg steht seit fünf Jahrzehnten für diese Werte.

„Wie war das denn bei Euch?“

BEARBEITUNG: DR. WOLFGANG FRITSCH / HEIKE BREITENBÜCHER

Fragen junger Kaderruderer an Olympioniken und Weltmeister aus Baden-Württemberg

Charlotte Schünemann

Moritz Bitz

Das Training und der Ruderleistungssport hat sich zweifellos gewandelt in den letzten Jahrzehnten seit Bestehen des LRVBW: Trainingsaufwand, Material, Unterstützung sind nur wenige Stichworte dafür.

Charlotte Schünemann und Moritz Bitz haben sich Fragen überlegt, die sie an ehemalige Olympioniken und Weltmeister stellen: Peter Berger, Kristof Wilke, Dr. Wolfgang Birkner, Dr. Carina Bär-Mennigen, Ekkehard (Ekki) Braun, Erika Denzinger (geb. Endriß), Florian Roller,

50 Jahre Landesruderverband-Baden-Württemberg – 50 Jahre erfolgreicher Leistungssport und etliche Weltmeister und auch Olympiasieger, die aus LRVBW Vereinen kamen und sich bis in die internationale Spitze ruderten. Die Nachwuchsathleten Charlotte Schünemann und Moritz Bitz stellen ihre Fragen an sieben Ruderinnen und Ruderer aus verschiedenen Jahrzehnten und unterschiedlichen Bootsklassen, die von Heike Breitenbücher und Dr. Wolfgang Fritsch – Vorsitzende des LRVBW und Vorsitzender für Bildung und Sportentwicklung im LRVBW moderiert werden.

Wie sah dein Trainingsalltag in unserer Altersklasse aus und was würdest du heute anders machen?

Carina berichtet, dass ihr Training rund um die Schule und die Landwirtschaft ihrer Eltern herum gebaut war. „Leider hatte ich keine richtige Trainingsgruppe unter der Woche, aber dafür ein sehr individualisiertes Training. 10h/Woche war immer mein Ziel. Ich halte es für wichtig, nicht zu früh zu viel zu trainieren.“ Ekki hat erst mit 19 Jahren begonnen, Rennen zu fahren. „Heute würde ich drei Jahre früher beginnen.“ In Stuttgart-Cannstatt sah das Training von Erika schon intensiver aus, wobei sich die Aussagen eher auf die Elite-Zeit beziehen: „Wir trainierten bis auf einen freien Tag täglich und am Wochenende doppelt. Im Trainingslager für die Weltmeisterschaften oder die Olympischen Spiele trainierten wir bis zu dreimal täglich mit einer Laufeinheit vor dem Frühstück. Das war damals unter den gegebenen Umständen sehr fortschrittlich.“ „Ich würde aus heutiger Sicht das Training mehr differenzieren und vermehrt andere Sportarten als Ausgleich einbauen und definitiv weniger Krafttraining machen.“ so Florian im Rückblick, der gefühlt die meiste Zeit als Junior A auf dem Wasser oder im Kraftraum verbracht hatte. Auch Kristof erzählt vom täglichen Training und den zusätzlichen Einheiten an drei Tagen in der Woche. Peter Berger erinnert sich noch konkret an das Trainingsprogramm, das ihn schließlich an die Weltspitze brachte: „Winter - morgens: Waldlauf

Kristof Wilke Jg. 1985, RC Undine Radolfzell, Olympiasieger 2012 und mehrfacher Weltmeister im Achter

Peter Berger Jg. 1949, RV Neptun Konstanz, Olympiasieger 1972 im 4+, mehrfacher Weltmeister

8-10km, danach 8 Stunden arbeiten (Job als Handwerker) - abends: Wintertraining, bspw. Krafttraining, wie Hantel, Zugapparat…
Sommer: Wochentags: morgens: Lauftraining, abends: Rudertraining im 1er, Intervall 500 harte Schläge. Am Wochenende: morgens: 14 Tage Rhythmus; 4er mit (Fr, Sa, So); 6x500m, nachmittags: 6x1000m. Wochenende drauf immer Regatta". Bei Wolfgang klingt in seiner sehr kurzen Antwort die Selbstverständlichkeit und die schlichte Kontinuität der Trainingsjahre durch: „6x Training in der Woche, auch im Winter." Wer Wolfgang Birkner kennt, kann aber nur vermuten, dass er Rennrad fahren und sonstige sportliche Aktivitäten vermutlich nicht als Training für sich definiert und nebenbei durchführte. So bezeichnet er „das stundenlange Tischtennis nach dem Rudern" als gemeinsames Erlebnis und nicht als Training.
Die Interviewer Charlotte und Moritz stellen fest, dass es auf den ersten Blick kaum Unterschiede zu heute gibt. „Vielleicht von den Trainingsinhalten, aber sicherlich nicht vom Umfang."

Gab es Trainingsmethoden, die dir besonders geholfen haben, dich zu verbessern?
Videoaufnahmen und Ergometertraining spielen bei den jüngeren Befragten eher eine Rolle, die Möglichkeiten sind über die Jahre gewachsen. Carina empfand das „sich auf dem Video direkt auf dem Wasser an der Wende" Anschauen hilfreich für ihre persönliche Verbesserung. Florian ersetzte einen Teil des Trainings im Kraftraum „durch spezielle Kraftausdauerintervalle auf dem Wasser oder auf dem Ergo." Die übrigen Befragten empfanden das umfangreiche Training der Grundlagenausdauer über die Wintermonate hilfreich, aber auch Ausdauertraining in intensiveren Bereichen. Viele Ruderkilometer auf dem Gnadensee als „Flachwassertraining" ergänzt Peter mit 4 Wochen Silvretta Höhentraining über 8 Jahre – wahrlich Ausdauertraining auf höchstem Niveau.

Wie bist du mit Trainingsrückschlägen oder Phasen ohne Leistungsfortschritt umgegangen?
Die Antworten der sieben Interviewten unterscheiden sich nur in Nuancen. „Das war die Regel ein „Auf und Ab", einfach akzeptieren und weitermachen." blickt Peter auf seine aktive Zeit zurück. Auch Carina ergänzt: „Erst mal ruhig bleiben und einfach weiter machen." Die anderen fünf schließen sich an und vermeintliche Rückschläge oder Phasen eines scheinbaren Leistungsstillstandes haben sie nicht von ihren Zielen abgebracht. Erika und Wolfgang sagen aus heutiger Sicht: „gab es eigentlich nicht!"

Wenn etwas gutgegangen ist und man in eine erfolgreiche Zeit zurückblickt, dann unterscheidet sich das mit Sicherheit von den Gedanken, die man sich in der Gegenwart macht. Charlotte und Moritz ergänzen: „man muss versuchen daran zu glauben, dass man auch nach schlechten Phasen wieder auf die ursprüngliche Stärke kommen kann, dass man es schon mal geschafft hat." Das schlichte „Einfach weitermachen!" den sieben erfahrenen Ruderern nehmen sie als Motivation für sich mit.

Frage: Was hat dich motiviert, auch in schwierigen Phasen weiterzumachen?
Alle Antworten lassen sich unter eine große Überschrift fassen: Rudern ist ein Mannschaftssport. Carina berichtet von den „Beziehungen zu den Menschen, die auch im Rudersport unterwegs waren und noch unterwegs sind." Erika erzählt von „dem Zusammenhalt in der Jugendabteilung und in der Trainingsgruppe". Peter bringt neben dem Mannschaftsgedanken noch ein weiteres Motiv ein, dass in seiner Zeit eine große Rolle gespielt hat: „Teamzwang – am Wochenende kommen die Kollegen und haben eine Erwartungshaltung. Die DDR nicht gewinnen lassen!" Den letzten Satz unterstreicht ein Schmunzeln. Alle hatten für die Saison feste Ziele vor Augen und die Freude am Sport, speziell am Rudersport, zieht sich durch die Antworten. Und immer wieder der Teamgedanke. „Training in der Gruppe hat immer gut geholfen", schließt Wolfgang.

Frage: Wie bist du mit Druck bei wichtigen Wettkämpfen umgegangen, z. B. bei Deutschen Meisterschaften oder später international?
Die größte Leichtigkeit liegt in der Antwort von Leichtgewichtsruderer Wolfgang: „Immer optimistisch geblieben und nach dem

Dr. Wolfgang Birkner Jg. 1960, Tübinger RV, Weltmeister(1985) und Vizeweltmeister im L4- (1984) L 8+ (1986)

Carina Bär-Mennigen, Jg. 1990, Heilbronner RG Schwaben, Olympiasiegerin 2016 im 4x, Weltmeister im 4x (2014)

erfolgreichen Wiegen war man schon happy.“ Alle sieben Befragten kannten Druck und konnten aber gut mit dem Druck umgehen oder haben den Druck für sich genutzt. So berichtet Ekki: „Diese Wettkämpfe erzeugten weniger Druck, eher ein hohes Maß an Motivation und Konzentration.“ Erika ergänzt: „Wir haben hart trainiert, um zu gewinnen und der Druck gehörte einfach dazu. Wir brauchten den Druck. Ohne ihn und das Adrenalin wäre diese Leistung im Wettkampf nicht möglich gewesen.“ Charlotte und Moritz hören das gerne: „Auch bei Olympioniken gehört die Aufregung mit dazu, das ist schön zu sehen.“

Frage: Gab es mentale Techniken oder Routinen, die du vor Rennen angewendet hast?

Peter erinnert sich: „Vor dem Rennen niemanden treffen, keine Lautsprecher, keine Musik, mit niemanden sprechen, Boot über den Kopf und ans Wasser gehen und fahren, Tunnelblick und fokussieren“. Viel Schlaf, Konzentration auf wesentliches, das perfekte Rennen im Kopf durchgehen gehören zu den weiteren Antworten. „Nichts besonders Spektakuläres“ erinnert sich Ekki, und Erika überlegt: „Nein, so weit war man damals noch nicht.“ Auch bei den Nachwuchsruderern gibt es ähnliche Routinen: „Ich gehe meinen Rennplan durch, entweder allein oder mit der Mannschaft.“ erzählt Charlotte. Moritz setzt auf „Mobilisieren, Rockmusik auf den Ohren und Rennbesprechung.“ Mit Florian teilt er die Leidenschaft zu Lachsnudeln am Vorabend des Renntags.

Frage: Wie hast du Schule, Studium oder Ausbildung mit dem Leistungssport unter einen Hut gebracht?

„Problemlos. Während des Studiums war der Leistungssport ein nahezu idealer Wechsel im Tagesrhythmus. Trainingslager und Weltmeisterschaften lagen immer in den Semesterferien,“ erinnert sich Ekki. Erika ergänzt: „Die Schule lief nebenher. Wir hatten im Verein eine tolle Jugend und eine herrliche Zeit. Ich habe dann Sport und Biologie auf Lehramt studiert. Dazu habe ich schließlich durch ein Urlaubssemester im Olympiajahr etwas länger gebraucht.“ Auch für Wolfgang stellte die Kombination Schule, Studium und Leistungssport kein Problem dar: „Ich war sehr gut in der Schule, Sport war Ausgleich zum Lernen. Im Winter etwas mehr Studium, im Sommer dann mehr Rudern.“ Peter war zu seiner erfolgreichsten Zeit bereits im Beruf und hat „tagsüber gearbeitet, morgens und abends trainiert und nebenher Meisterschule gemacht.

Mehr Absprachen bedarf es bei der jüngeren Generation der Interview-Partner, sicherlich auch durch veränderte Rahmenbedingungen an den Universitäten und Hochschulen. „Absprechen, Absprechen, Absprechen – in alle Richtungen. Und wenn es schwierig wird, dann den Uni-Rektor direkt um Unterstützung bitten“, empfiehlt Carina. Florian „hatte das Glück an der Hochschule Esslingen in der Leistungssportförderung gewesen zu sein.“ Die Hochschule unterstütze in ihn organisatorischen Belangen, so dass er sich aufs Training und die Wettkämpfe vorbereiten konnte. Kristof berichtet, wie er seine Studienzeit in Kombination mit dem Leistungssport gemeistert hat: „Indem ich sehr fokussiert und konzentriert gearbeitet habe, sehr diszipliniert war und auch hart zu mir selbst. Es waren schon sehr intensive Jahre, aber ich habe mich ja freiwillig dafür entschieden und hätte es ja auch jederzeit sein lassen können. Auch wenn ich länger studiert habe, habe ich nie das sagenumwobene Studentenleben geführt, sondern habe viel trainiert und nebenher das Studium zu Ende gebracht.“

Auch für Charlotte und Moritz ist klar, dass beides „schön ausgeglichen“ beachtet werden muss. Beide sind gut in der Schule, haben in der Zwischenzeit das Abi erfolgreich hinter sich. „Schule war in Marbach, kurze Wege, wenig Zeit ging verloren.“

Wie finanzierst du dir den Leistungssport?

Neben der Stiftung Deutsche Sporthilfe, BAföG und Kindergeld haben in fast allen Fällen die Eltern einen großen finanziellen Anteil für die Leistungssport-Karriere getragen. Auch die Heimatvereine haben die erfolgreichen Ruderinnen und Ruderer unterstützt, was für manchen Verein durchaus eine Herausforderung gewesen sein mag. Oftmals gab es im Heimatverein auch Mitglieder, die aus dem „Generationenvertrag“ in den erfolgreichen Nachwuchs investierte: „Bei Trainingslagern sind vereinsseitig auch mal Spender und Gönner eingesprungen“, erzählt Ekki.

Ekkehard (Ekki) Braun Jg. 1951, Stuttgart-Cannstatter RC/RC Undine Radolfzell, Weltmeister im L8+ im Gründungsjahr des LRVBW 1975

Erika Denzinger (geb. Endriß) Jg. 1954, Stuttgart-Cannstatter RC, neben 3 weiteren Ruderinnen aus BW. Mitglied des Frauen-Achters OS 1976 in Montreal (5. Platz im Finale, erste OS für Frauenrudern)

Kristof merkt kritisch an: „Heutzutage haben viele Jugendliche die Erwartungshaltung für die Leistungen in ihren Sportarten direkt sehr hohe finanzielle Förderungen zu bekommen, das finde ich furchtbar. Auch in meinen sehr erfolgreichen Jahren fühlte ich mich als Student mit einem sehr intensiven Hobby und war dankbar für jede Unterstützung, die ich bekommen habe, auch nicht nur finanziell. Ich hatte keine Ruderkarriere geplant, als ich nach Dortmund gezogen bin. Ich hatte Spaß am Training und wollte parallel studieren. Erst als ich dann bei den „Schweren" im U23-Bereich direkt sehr erfolgreich war, hat mich der Ehrgeiz gepackt." Auch Peter erzählt: „Zwei Jahre Unteroffizier Bundeswehr Konstanz Neckermann Sporthilfe, ansonsten Arbeit im Handwerk, viel unbezahlten Urlaub und nicht in die Rentenkasse einbezahlt." Durch Rudern viel Geld zu verdienen, sieht definitiv anders aus. Elterliche Unterstützung hat viele Facetten: Wolfgang hatte in seiner aktiven Zeit noch bei seinen Eltern zu Hause gewohnt und „der Kühlschrank war immer voll".

Bei Moritz und Charlotte sieht es ähnlich aus. Es gibt „ein bisschen Geld von der Sporthilfe", bei Trainingslagern und Fahrtkosten unterstützt der Verein und „ohne Eltern geht einfach nichts". Beide bedanken sich an dieser Stelle „bei den zahlreichen Rudereltern", die überall in Ruderdeutschland ihre Kinder unterstützen.

Wann war dir klar, dass du das Potenzial hast, international ganz vorne mitzufahren und was hat dir geholfen, dich auf den Weg einzulassen?

Die Trainerinnen und Trainer – meist schon in den Heimatvereinen – spielen eine große Rolle beim Erkennen von Potenzial. Ekki: „Als ich 1974 in die Trainingsgruppe des Stuttgart Cannstatter Ruderclub eingetreten bin mit deren klar strukturierten Trainings-, Mannschafts- und Regattaplanung." Auch Carina erzählt von ihrem Vereinstrainer: „Das haben meist eher die Trainer gesehen. Marco (Haaf) hat mir in unserem ersten Gespräch gesagt, der glaubt, ich kann zur Junioren Weltmeisterschaft.

Aber auch das zunehmende Vertrauen in die eigene Leistungsfähigkeit und die Erfolge ebneten den Weg in die Spitze. Erika: „Das war nach den ersten Erfolgen nach dem Wechsel ins Riemenboot. Es gab keine bewusste Entscheidung, mich auf den Weg einzulassen. Frauenrudern wurde olympisch und dann war da dieses Ziel. Nichts hätte uns davon abbringen können weiterzumachen." Wolfgang Birkner erinnert sich: „Das ergab sich erst auf der Weltmeisterschaft, nach Anfängen im Achter ohne Finalteilnahme, dann der Erfolg im Doppelzweier."

Selbstbewusst die Antwort von Peter: „Von Anfang an war es klar, dass ich international fahren kann." So viel Unerschütterlichkeit ist bei Charlotte und Moritz noch nicht vorhanden, dennoch blicken sie positiv auf ihre ruderische Zukunft: „man wächst so langsam rein".

Welche Rolle haben Trainer oder Förderer für deine Entwicklung gespielt?

Die wichtige Rolle der Trainer durch die Jahre unterstreichen alle sieben Befragten. Die Skalierung geht von „sehr wichtig" über „die zentrale Rolle schlechthin" bis „allergrößte Rolle". Wolfgang beschreibt die „gute Symbiose mit dem Trainer" und dass man „gemeinsam an den Erfolg geglaubt" habe. Aber auch die Eltern werden in diesem Zusammenhang häufig erwähnt. „..., ohne die wir kaum auf Regatten gekommen wären und die immer voll hinter uns standen." so Erika. Auch Kristof beschreibt: „Meine größten Förderer waren meine Eltern, sie haben vor allem keinen Druck aufgebaut, wofür ich sehr dankbar bin."

Gab es einen Moment in deiner Karriere, den du nie vergessen wirst?

Oftmals sind es gar nicht die absoluten Höhepunkte, die in Erinnerung bleiben, sondern wenn Mannschaft und Boot zu einer Einheit verschmelzen. „Das WM-Finale 2014, weil wir so gut 4x zusammen gefahren sind wie nie wieder," schildert Carina ihren unvergesslichen Moment. Und ergänzt anschließend: „Und den Olympiasieg 2016, auch wenn das kein perfektes Rennen war". Erika beschreibt ihren Moment: „1977 der Hoffnungslauf auf der WM in Amsterdam im 2er

Florian Roller, Jg. 1992 Stuttgarter RG, Weltmeister im L8+ 2015 und L4x 2016 und 2018

ohne, als wir mit 18 Hundertstel den Endlauf verpassten und trotzdem glücklich über das beste Rennen unseres Lebens waren.“ Vielleicht nicht die perfekte Einheit von Boot und Ruderer, aber unvergesslich bleibt für Peter sein erstes Rennen. „Herbstrennen in Gaienhofen mit Hannes Krumm. Untrainiert teilgenommen als Anfänger und vor Anstrengung zusammengebrochen, aber das Rennen gewonnen.“ Für Wolfgang war es „der souveräne Sieg im WM-Finale 1985 im Vierer“. Es gab für alle aber weitere unvergessliche Momente außerhalb des Bootes, mit der Mannschaft, beim Training, bei Nominierungen (Ekki) – Erinnerungen, die bleiben.

Welchen Ratschlag würdest du uns heute geben, wenn wir große Ziele im Rudern haben?
Die meisten Ratschläge kommen locker und leicht rüber. Stellvertretend daher das Zitat von Leichtgewichtsruderer Wolfgang: „Optimistisch und locker bleiben.“ Den Spaß nicht zu verlieren und nicht aufzugeben, ist ebenfalls für alle wichtig. Kurz und präzise der Ratschlag von Peter: „Weniger diskutieren, mehr machen!“

Macht eine Oakley wirklich schnell?
Bei einigen der Befragten sprangen nun die Suchmaschinen im Internet an und andere mussten erst einmal im Familienkreis um Rat fragen. Was ist eine Oakley? Mit viel Augenzwinkern kam die Antwort von Erika: „Was bitte ist eine Oakley?? Jetzt habe ich gegoogelt! Eine Sonnenbrille!! Hahaha!!! Ich kann mich nicht erinnern, beim Rudern jemals eine Sonnenbrille getragen zu haben! Aber vielleicht war ja das der Fehler!“

Die weiteren Antworten waren leider nicht ergiebig, wir haben daher die KI befragt: „Eine Oakley macht dich beim Rudern vielleicht nicht schneller – aber sie schützt dich vor Sonne, Spritzwasser und dem neidischen Blick deiner Gegner. Und selbst wenn du die Ziellinie nicht sehen kannst (weil du ja rückwärtsfährst), sorgt die Oakley dafür, dass du dabei wenigstens stilvoll ins Ziel blinzelst.“ Naja, auch unergiebig - wir werden es wohl nicht abschließend klären!

ERLÄUTERUNGEN VON DR. WOLFGANG FRITSCH

Höhentraining

Höhentraining wurde in den Vorbereitungen der Ruderer auf die Olympischen Spiele 1968 in Mexiko-City relevant. Die Regattastrecke in Xochimilco lag ca. 2200 m ü.N.N. Die Vorbereitung in einer ähnlichen Höhenlage sollte die Anpassung der Athleten für diese Bedingungen erleichtern.

In den Jahrzehnten danach wurde das Höhentraining (in Höhen zwischen 1800-2100m ü. NN) auch als Methode zur Vorbereitung auf andere Olympischen Spiele und Weltmeisterschaften eingesetzt. Der geringere Sauerstoffpartialdruck zwingt den Körper zur verstärkten Produktion roter Blutkörperchen und soll damit die maximale O2-Aufnahme der Ruderer erhöhen. Mit dem Höhentraining, das mindestens über einen Zeitraum von 3-4 Wochen erfolgen soll, um die entsprechenden physiologischen und biochemischen Anpassungen zu erzielen, erhofft man sich eine Leistungssteigerung nach Rückkehr im Flachland.

Viele, nicht alle Trainer, Rudernationen und Athleten sind vom Höhentraining überzeugt, der physiologische Nutzen ist sehr individuell (Mannschaftsboote!), die Einschränkungen und auch Gefahren sind nicht wegzudiskutieren: Die Organisation eines Höhentraining für Ruderer ist sehr zeit- und kostenintensiv, es gibt eine sehr hohe individuelle Variation in seinen Effekten bei einzelnen Sportlern und der Höhenaufenthalt erfordert maximale Disziplin in Schlaf, Regeneration, Ernährung und gesundheitlicher Vorsorge. Wenn Trainer und Ruderer von der Wirkung überzeugt sind, bietet es eine angenehme Abwechslung für weitere sportliche und regenerative Aktivitäten vom Training in den Stützpunkten.

„Wir brauchten den Druck. Ohne ihn und das Adrenalin wäre diese Leistung im Wettkampf nicht möglich gewesen.“

Erika Denzinger

Leichtgewichtsrudern

Im Leichtgewichtsrudern wird durch altersklassenabhängige Obergrenzen für das Körpergewicht der Ruderer und das Mannschaftsschnittgewicht festgelegt.

Biometrische Merkmale wie Körpergewicht und Körpergröße entscheiden in hohem Maße über die Leistungsfähigkeit der Ruderer. Der Weltruderverband (World Rowing, ehem. FISA) führte die Leichtgewichtsklasse auf den Ruderweltmeisterschaften 1974 mit einigen Bootsgattungen ein. Frauen folgten 1985. Der Deutsche Ruderverband schrieb mit einigen anderen nationalen Verbänden bereits seit Mitte des letzten Jahrhunderts Leichtgewichtsrennen auf Regatten und nationalen Meisterschaften durch. Gewichtsgrenzen, die altersmäßig abgestuft sind, führen auf hohem Leistungsniveau oft dazu, dass die Rennen und die Zieleinläufe sehr eng und damit spannend sind. Auf den Regatten in aller Welt wird der Personenkreis einem viel größeren Personenkreis geöffnet und bietet dadurch eine Reihe von Trainingsanreize für Topathleten, sich dem Leistungs- und Spitzenrudern zuzuwenden. In Rennen auf sehr hohem Niveau zeigen sich die Unterschiede zu Top-Mannschaften und Ruderern in einer Zeitdifferenz von ca. 8-12 s, je nach Bootsgattung, Wetter- und Wasserbedingungen.

In der offenen Klasse liegen die Gewichtsbeschränkungen bei 72,5/59 kg (Einzelgewicht Männer/Frauen) und als Durchschnittsgewicht der Mannschaften gelten bei Männern 70 kg, bei Frauen 57 kg.

Lange Zeit lief das L-Rudern „unterm Radar“ des Verbandes, es gab – obwohl es sehr erfolgreiche Teilnahmen auf Weltmeisterschaften gab – keine zentrale, verbandliche Schulungssysteme und Förderungen. Es war Privatsache, genauer: Angelegenheit der Vereine oder engagierter Trainer und Ruderer.

Höhepunkte des Leichtgewichtsruderns waren zweifellos Weltmeisterschaften, zu denen alle momentan gültigen Bootsgattungen gerudert wurden, z.T. mit mehr Meldungen als in der offenen Männerklasse. Nachdem das Leichtgewichtsrudern von 1996-2024 in einigen Bootsgattungen (Doppelzweier der Frauen und Männer, Vierer ohne Männer) dem olympischen Ruderprogramm angehörte, wurde es nun für 2028 wieder aus dem Programm gestrichen. Damit entfällt auch die nationale Förderung durch den Bund.

In Baden-Württemberg hat das Leichtgewichtsrudern eine besondere Tradition. Auch hier waren es zahlreiche Vereine und Trainer, die die Tradition aufrechterhielten und deren Ruderer sich sehr zahlreich in die Medaillenlisten auf Weltmeisterschaften eintragen konnten, bei den Männern wie bei den Frauen.

Training und Trainingsmethoden

Das Training der Ruderer hat sich geändert, Trainingsmethoden passen sich weltweit an, die geruderten Zeiten werden kürzer – ein permanenter Fortschritt?

Es stimmt: Die Trainingsumfänge wurden gesteigert. Mittlerweile spricht man von einem Trainingsumfang bei Eliteruderern von mind. 3x täglich und über 20 Std./Wo. Wenn man die Antworten unserer Befragten liest, gab es vor ca. 40-50 Jahre sehr große Unterschiede. Peter Berger – ein Ausnahmeathlet kam auch und trotz Beruf – auf ca. 3 Std. Training am Tag, während Wolfgang Birkner oder Ekki Braun mit ca. 12-14 Std./Woche auskam und auch jedes Jahr ihre maximal möglichen physischen Leistungen erreichten.

Auch die Trainingsmethoden haben sich gewandelt: Das Training früher war – zumindest in der Regattasaison und der Vorbereitung dafür deutlich intensiver, Laufen gehörte – auch für „schwere“ Ruderer zum Trainingsprogramm und wird heutzutage durch das Ruderergometer- oder Radergometer-Training ersetzt. Wer von den älteren kennt nicht mehr das „Streckenfahren“ am Wochenende mit je 6x500m und 4x1000m auf Zeit?

Alle Sportler haben ihre individuelle physische Topform erreicht, heute wie vor 40-50 Jahren unterscheiden sich die Sportler zumindest nicht in den physiologischen Parametern wie der maximalen Sauerstoffaufnahme (VO2max). Sie wurde mit anderen Umfängen und Intensitäten im Training erreicht. So gab es vor 50 Jahren bereits Athleten eine gewichtsbezogene (relative) VO2max von 65-75 ml/kg/KG. Könnte man nicht die größere Vielfalt an Trainingsformen und -methoden vor allem im Jugendtraining nutzen, wenn sie zur gleichen körperlichen, physischen Leistungsfähigkeit führen oder gar die überdimensionalen Trainingsumfänge etwas reduzieren, wenn man mit weniger, aber effizienterem Training das gleiche Ziel erreichen kann? Vorausgesetzt, die Steuerung und Individualisierung des Trainings ist auf dem aktuellen Niveau. Vor allem die Individualisierung des Trainings und die Gewissheit von Trainer und Ruderer, das Richtige richtig zu trainieren, birgt ein enormes Steigerungspotential.

Warum sind die Rennzeiten heute im Spitzenrudern so viel kürzer geworden? Ich vermute mal, dass es nicht vorrangig am Trainingsumfang liegt. Die Zeiten seit 50 Jahren haben sich je nach Bootsgattung um ca. 15-25 s verbessert. Die Abstände zwischen Leichtgewichten und Junioren, generell im Durchschnitt zahlreicher Nationen haben sich in den meisten Bootsgattungen im Vergleich zu den Spitzenzeiten verringert. Das mag an höheren km-Umfängen im Boot wie auf dem Ergometer liegen.

Liegt es vielleicht am Material? Würde heute ein Weltklasseachter in einem traditionell gefertigtem Holzboot, mit fast doppelt so schweren Holzriemen über die damaligen Bestzeiten der Spitzenachter von ca. 5:30 min. kommen? Seitdem das Material von Holz auf leichtere und verbesserte Kunststoffe, vor allem Riemen und Skulls wie auch die Steifigkeit der Boote deutliche Entwicklungsschritte gemacht haben, gab es (auch hier vor allem in den kleinen Bootsgattungen) enorme Fortschritte in den Rennzeiten.

Kompetenz gesucht!

Warum die Trainerfrage zur Bildungsfrage wird

TEXT UND FOTOS: DR. WOLFGANG FRITSCH

Jeder kennt ihn! Jeder kennt den einen Trainer, der damals im eigenen oder benachbarten Verein eine Mischung zwischen Zampano und Guru war, oft eine Mischung aus motivierendem Coach und Unterhaltungskünstler. Die beherrschende Figur auf dem Bootsplatz. Ganze Generationen an Nachwuchsruderer hat er zu Medaillen auf regionalen, manchmal sogar nationalen und internationalen Regatten geführt. Überzeugend vertrat er seine Ansicht von Training und Rudern und seine Trainingsmethoden trafen mal bewusst, mal durch Zufall, ins Schwarze.

Heute würden sich viele den einen Trainer, diesen Zampano manchmal wieder wünschen. Einen, der den Verein aufmischt, die Jugend zum Rennrudern motiviert und voller Begeisterung für den Rudersport andere mit sich reißt. Ist das die Rettung für die Rudervereine? Würde das allein so noch funktionieren?

Dass Begeisterungsfähigkeit eine gute Eigenschaft ist, wird auch vor 50 Jahren niemand geleugnet haben und doch war bereits bei der Gründung des Landesruderverbandes Baden-Württemberg e.V. (LRVBW) klar, dass die fundierte Ausbildung von Trainern und Übungsleitern im Rennrudern ein Teil der Vorstandsarbeit im Verband darstellen wird. Die Erkenntnis, dass eine gute (Aus-) Bildung ein wesentlicher Schlüssel für die Weiterentwicklung des Rudersports und das Funktionieren der baden-württembergischen Vereine darstellt, hatten die Gründungsväter von Anfang an.

Die Ausbildungs- und Fortbildungsanforderungen eines Landesverbandes haben sich in den fünf Jahrzehnten gewandelt. Landesfachverbände sind heute für den Nachwuchsleistungssport sowie für den Breitensport in all seinen Facetten zuständig. Dadurch unterscheiden sie sich vom Spitzenverband, der den Spitzensport koordiniert. Der LRVBW sieht sich heute für die Entwicklung seiner Vereine verantwortlich, d.h. die Vermittlung von Kompetenzen für Trainer im Rennrudern, Nachwuchsleistungssport und Breitensport. Der Spitzenverband kann unsere Vereine aufgrund der räumlichen Distanz, aber auch der unterschiedlichen regionalen Besonderheiten und Vereinskulturen nicht oder nur teilweise begleiten und unterstützen.

Bildung im LRVBW sieht sich eng verknüpft mit der Sport- und Vereinsentwicklung der LRVBW Mitgliedsvereine. Zu den aktuellen Anforderungen gehören vor allem die Mitarbeitergewinnung im Ehrenamt und in der Freiwilligenarbeit, die Bindung jugendlicher und erwachsener Mitglieder über qualitativ hochwertige Trainings- und Sportangeboten in den Vereinen und – jetzt wird es spannend – auch die Vermehrung von Wissen und Kenntnissen in der Sportart Rudern.

Warum spannend? Ein Zampano im Vereinen allein kann die modernen Anforderungen nicht mehr erfüllen. Mitglieder haben heute einen anderen und erweiterten Wissensdurst. Das moderne Mitglied will über Rudern reden können, wie der Läufer in Lauf-Communities über seine Pace und das Zonentraining redet oder der Mountainbiker über Federweg, Gabel und Dämpfer sowie über Vor- und Nachteile seiner Bremsen.

Bildungsangebote müssen heute mehr leisten. Sie erfüllen einerseits die formalen Ausbildungsvorgaben für Trainer im Leistungssport, im Breitensport oder im präventiven Bereich. Im LRVBW gibt es

Boote trimmen in der Trainer C-Ausbildung

diese Ausbildungen auf zwei unterschiedlichen Lizenzebenen – C-Lizenz und B-Lizenz. Bildungsarbeit im LRVBW möchte andererseits Trainer bereits in der Ausbildung für die wachsende Anforderungen des Mitglieder-Klientel in den Vereinen rüsten.

Viele neue Mitglieder kommen äußerst fit und mit sportlichen Vorerfahrungen zum Rudern. Diese sog. Quereinsteiger wollen Teil einer hippen Community sein, sich in die Ruderszene einarbeiten, z.T. auch an Wettkämpfen teilnehmen. Selbstverständlich will diese Klientel mehr über das Training (unabhängig von ihrem Leistungsniveau) und seine Zusammenhänge wissen. 60-jährige rudern in Einteilern und arbeiten zu jeder Jahreszeit an ihrer Kondition. Sie nutzen verschiedene Sportarten als Ergänzungstraining und wollen im Rennboot und im Skiff ihre Technik verbessern, ein Trainingsprogramm absolvieren und genauso wie sie den Federweg ihres Bikes exakt überprüfen, möchten sie ihr Boot optimal und auf ihre Bedürfnisse einstellen. Sie benötigen Expertise, gut ausgebildete Trainer und Übungsleiter, und weniger einen Guru, der aus dem Training ein gut gehütetes Geheimnis macht, um seine Monopolstellung im Verein nicht zu gefährden, seine Erleuchtung als allwissender Prophet zelebriert und sein Herrschaftswissen nicht unters Volk bringen will.

Maßgeschneidert statt von der Stange – Bildungsarbeit neu gedacht

Wir beobachten seit einigen Jahren, dass sich gerade diese interessierten und wissensdurstigen Quereinsteiger vermehrt in den Trainerausbildungen und Lehrgängen wiederfinden. Das ist eine ungeheurere Chance für die Vereine, die Trainersituation in allen Bereichen und Ruderangeboten vor Ort zu verbessern.

Wir beobachten auch in den Rudervereinen eine sehr breite Streuung der Motivlagen, eine Verschiebung der Altersklassen sowie differenzierte Ansprüche in den unterschiedlichen Zielgruppen. Jede Gruppe sieht ihre Interessen als den wesentlichen Vereinszweck an.

Die Chance für Rudervereine besteht in einer möglichen „demokratischen Mitgestaltung". Dieses Thema greift Schimank (2005) als ursprüngliche Vereinsidee zusammen: Ehrenamtspflicht, demokratische Mitgestaltung, Minimalstruktur (kein bürokratischer Apparat, wenige formale Stellen), Selbstzweckorientierung und die Abgrenzung von Kommerz. Dazu gehört nicht nur die demokratische Entscheidungsfindung bei Mitgliederversammlungen, sondern dezidiert die Mitgestaltung, die Mitarbeit der Vereinsmitglieder. Danach würden viele Trainer innerhalb des Vereins ihre Talente ehrenamtlich einbringen und damit einen Teil des Vereinszweck abdecken.

Zurück zum wissensdurstigen Quereinsteiger – er kann durch seine Trainerausbildung einen Bereich, eine Zielgruppe im Verein abdecken.

Der „Einkauf" eines einzelnen hauptamtlichen Trainers, überfordert viele kleine und mittlere Vereine nicht nur finanziell. Auch kommt es vor, dass die angebotene Kompetenz auf dem freien Markt den Ansprüchen der Vereinsfunktionären und Mitgliedern nicht mehr genügt. Professionell – also bezahlt – bedeutet nicht immer Professionalität im Sinne von Qualität. Auch darf man sich von der Idee verabschieden, dass eine einzige Person alle Zielgruppen im Verein bedienen kann. Das wird zeitlich kaum funktionieren, das wird aber auch räumlich nicht funktionieren. Auch wenn die Bilokation von Trainern wünschenswert ist, die Physik setzt hier Grenzen. Die Zeit, Wissen und Kenntnisse in die Hände eines einzelnen Vereins-Zampanos oder Gurus in den Vereinen zu legen, neigt sich dem Ende zu.

Die Trainerfrage wird zur Bildungsfrage

Der LRVBW hat sich mit seiner Bildungsarbeit das Ziel gesetzt, Wissen und Kenntnisse allen interessierten Mitgliedern zu vermitteln. Während das Ressort früher das Lehrwesen vornehmlich im Rennrudern umfasste, greifen heute Bildung, Sport- und Vereinsentwicklung eng ineinander. Ziel eines jeden Vereins sollte sein, Mitglieder zur Gestaltung des Vereins und zur Mitarbeit gemäß seinen Talenten zu animieren und

Ruderzentrum Breisach – Lehrgangsort und Begegnungsraum für Ruderer und Trainer

zu koordinieren. Der LRVBW stellt mit seiner Bildungsarbeit den notwendigen Werkzeugkasten für die unterschiedlichen Aufgaben zur Verfügung.

Ausbildungen und Fortbildungen bieten Engagierten Kenntnisse und Wissen für verschiedene Arten der Vereinsarbeit mit den unterschiedlichen Interessensgruppen. Gut ausgebildete Trainer und Übungsleiter haben nicht nur einen gefüllten Werkzeugkasten, sondern können sich im Verein auch Freiräume erschließen, indem sie eigene Angebote für spezielle Communities schaffen. Überflüssig zu sagen, dass auch manch ein Zampano regelmäßig seinen Werkzeugkasten entstauben und neu bestücken könnte. Das heißt nicht, dass sein Inhalt unnütz wäre, sondern dass eine regelmäßige Inventur nicht schadet. Das eine wird behalten, das andere ersetzt oder ergänzt.

Wie sieht ein Aufgaben- und Ehrenamtsmanagement im Verein aus? Es besteht aus Kommunikation. Der Verein, der die Berufsausbildungen seiner Mitglieder kennt, kann viele verwaltungstechnische Aufgaben (Finanzen, Schriftführung, etc.) bereits mit deren Erfahrungen und Kompetenzen abdecken. Zwei Punkte gilt es dabei zu beachten: Man benötigt die Informationen darüber und man muss die Personen gezielt ansprechen und dann auch einbinden!

Bei den rudersportspezifischen und allgemeinen Sportangeboten sieht die Sache etwas anders aus. Die Verteilung des Sport- und Ruderangebots auf mehrere ausgebildeten und interessierten Vereinsmitglieder erfordert allerdings gewisse Koordinationsleistungen des Vereins, die Angebote müssen in sachlicher, zeitlicher und personeller Hinsicht kommuniziert werden.

Diese Kompetenzen bringen die Mitglieder in der Regel nicht aus ihrem „normalen“ Leben mit, sondern werden erworben:

- Wie sieht eine zeitgemäße Anfängerausbildung aus?
- Wie organisiere ich ein Leistungs- oder Breitensporttraining?
- Was gestalte ich ein Ergänzungstraining und den Gesundheitssport für unterschiedliche Alters- und Zielgruppen?
- Was ist im Kindertraining oder Jugendbetreuung zu beachten?
- Gibt es neue methodische und trainingswissenschaftliche Entwicklungen im Training der Nachwuchskader?

Geeignete Mitglieder können nur durch direkte Ansprache im Verein gewonnen werden. Der LRVBW bietet dann die passenden Werkzeugkästen für ihre engagierte Tätigkeit an.

Bildung und Sportentwicklung deckt heute noch einen weiteren Bereich ab. Der heutige Quereinsteiger will über Rudern reden können, er will zur Ruder-Community gehören, sein Training gestalten.

Das Ressort Bildung und Sportentwicklung möchte für die unterschiedlichen Interessen und Zielgruppen adäquate Werkzeugkästen entwickeln und damit in seinen Vereinen Wissen und Kompetenzen zur Verfügung stellen. Werkzeugkästen enthalten keine starren Programme. Sie enthalten eine ganze Reihe von Werkzeugen, die Trainern und Betreuern in den Vereinen auf ihre Gegebenheiten, ihre Zielgruppen und deren Motivlagen, ihre Ideen zur Vereinsentwicklung und der daraus resultierenden Bedürfnissen in unterschiedlicher Kombination einsetzen können.

Die Werkzeugkästen werden kontinuierlich ergänzt – das ist Sportentwicklung. Hierzu bedarf es der sportartspezifischen Betrachtung der Entwicklung auch ein Blick auf den gesellschaftlichen und sportlichen Wandel. Dies gilt für die Jugendarbeit und die Community des Nachwuchstrainings (vgl. Thiel/Gropper in diesem Heft), wie auch für die Community der (Master-)Rennruderer, Breitensportler, Ruderausbilder sowie für die Akteure eines ehrenamtlichen Vorstandes.

Ein wesentlicher Bestandteil der Aus- und Fortbildungsmaßnahmen ist und bleibt dabei der Leistungssport. Es wird im besonderen darauf Wert gelegt, trainingswissenschaftliche Erkenntnisse für das Rudern darzustellen. Vor allem im (Nachwuchs-)Leistungssport kann z.B. der Trainer im Verein seine vielfach nur auf Erfahrung beruhende eigene Praxis und die Wirksamkeit der unterschiedlichen Trainingsinhalte und -methoden reflektieren. Seit 50 Jahren hat sich z.T. auch die Realität jugendlicher Leistungssportler sehr stark gewandelt. Belastungen und Beanspruchungen jugendlicher Athleten sind zunehmend im Kontext ihres sozialen Umfeldes zu berücksichtigen. Das Training selbst sowie Perspektiven, die vor 15-20 Jahren ihre Gültigkeit hatten, könnten auch revidiert werden.

Die Vermittlung von Wissen bleibt dabei die zentrale handlungsleitende Grundlage für die Kompetenz der Vereinsakteure. Wissen ist zentral, aber noch nicht hinreichend für kompetente Lösungen oder die Bewältigung der verschiedenen und sich ändernden Anforderungen.

Vom Einzelkämpfer zur Community: Wie Bildung Ehrenamt und Leidenschaft verbindet

Der Begriff der Community beschreibt eine etwas andere Idee des Sporttreibens, als es im klassischen Verein bisher verankert

war. Als Sport-Community bezeichnet man Gruppen von Menschen, die eine Leidenschaft für eine bestimmte Aktivität teilen und sich regelmäßig treffen oder auch online zu ihrem Sport austauschen, um diese Leidenschaft zu erleben. Die gegenseitige Motivation, Trainingstipps oder auch ein Erfahrungsaustausch gehen über das reine Rudern hinaus. Teilweise werden Gelegenheiten geschaffen, um sich auch in andere Vereine zu vernetzen. Der Wissensaustausch steht hier im Vordergrund. Mitglieder teilen ihr Wissen, ihre Erfahrungen, um sich gegenseitig zu verbessern und zu unterstützen.

Eine Chance und doch eine Herausforderung für Vereine, Communities eine Heimat zu geben. Es sind lediglich Nuancen, die sich vom klassischen Vereinsleben unterscheiden. Die LRVBW Bildungsarbeit betrachtet daher Rudern im Kontext von Haltungen und auch in seiner motivationalen Bedeutung.

Standard war gestern – wie Bildung Vereine zukunftsfähig macht

Das Ressort Lehrwesen war ehemals ein kleiner Teil eines erweiterten LRVBW Vorstands, oftmals mit kurzen Amtszeiten der Personen verbunden. Ziel war die Lizenz-Ausbildung und die eine oder andere Lizenz-Fortbildung zu organisieren. Heute orientiert sich die Bildungsarbeit an den konkreten Herausforderungen der Trainer und des Rudersports in den Vereinen und im Verband. Sie hat sich zusätzlich auch jenen Vereinsmitgliedern geöffnet, die als Teil der Ruder-Community mehr über ihren Sport erfahren, sich über ihren Sport austauschen und über Rudern fachsimpeln wollen. Das Ressort Lehrwesen wurde daher vor 5 Jahren zum Ressort Bildung und Sportentwicklung und ist Teil des geschäftsführenden Vorstands.

Unterschiedliche Motive des Sporttreibens stellen wiederum neue Herausforderungen für die Vereine und damit für die Bildungsarbeit des Landesverbandes. Die Erweiterung und das Verständnis des Trainingsbegriffs im Sport sowie die spezifischen Interessen einer sich wandelnden Mitgliederklientel erweitern die Aufgabenbereiche: Trainer haben es mit neuen Gruppen und ausdifferenzierten Interessen zu tun, die nicht seit ihrer Jugend Rudern im Verein gelernt und eine Rennruder-Sozialisation hinter sich haben. Auch klagen Vereine über zu wenig Freiwillige und Ehrenamtliche im Vereinsbetrieb. Das Ressort Bildung und Sportentwicklung (und die Vereine) verfolgen das Ziel, dass die Community-Ruderer nicht nur ihr persönliches Wissen und ruderspezifische Fertigkeiten im Sinne einer Selbstoptimierung erhöhen, sondern wiederum als Trainer und Ausbilder im Leistungs- und Breitensport des eigenen Vereins tätig werden.

Die Trainerausbildung basiert nach wie vor auf den Grundlagen sozial-, sport- und trainingswissenschaftlicher Erkenntnisse und bezieht zudem Wissen und Kenntnisse anderer Sportarten mit ein. Ziel ist es dabei, wissenschaftliche Befunde und Ergebnisse für die Teilnehmer zu „übersetzen“ und sie auf ihre Relevanz hin für die Praxis der Teilnehmer zu vergleichen und zu diskutieren. Dazu werden Referenten aus verschiedenen Bereichen (Sportwissenschaft, Medizin, Biomechanik, etc.) gewonnen und durch die Zusammenarbeit mit der Sportschule Steinbach werden verschiedene sportliche Perspektiven vorgestellt. Absolventen der Trainerausbildung wird die Möglichkeit gegeben, ihre speziellen Interessen und Themen in Lehrgängen und in fachbezogenen Zeitschriften zu präsentieren.

Lehrgänge als Begegnungsraum

Der LRVBW stellt einen Begegnungsraum für Interessenten an der Sportart Rudern zur Verfügung. Lehrgänge sind Ort für einen fachlichen Austausch der Teilnehmer aus allen Zielgruppen des Rudervereins. Bildungsmaßnahmen bieten auf diese Weise soziale und fachliche Vernetzung und Kommunikation zwischen den Akteuren aller Vereine in Baden-Württemberg und ermöglichen die persönliche Weiterbildung und vermitteln neues Wissen über die Sportart sowie der Praxis im Rudern.

Die Trainerausbildung sowie alle Bildungslehrgänge im Rudern hat als Grundlage das Lizenzwesen des DOSB und erfolgt in Lizenzstufen. Die notwendigen Fortbildungen und die Stundenanzahl sind formalisiert. Das ist richtig so. Dennoch sollen die Möglichkeiten erweitert werden zielgruppen- und bedarfsorientierte Inhalte in die Vereine zu bringen:

Auch heute schon steht eine Teilnahme an Fortbildungen für Interessenten ohne Lizenz offen und die Themenauswahl orientiert sich vielfach an den Interessen der (potenziellen) Vereinsakteure.

Ein weiter zu entwickelndem, modulartigem Angebot im Aus- und Weiterbildungsbereich könnte mehr Eigeninitiative und Teilnahmebereitschaft fördern, was der Gewinnung von ehrenamtlichen Vereinsakteuren und Vereinsmanagern dienen könnte.

Dr. Wolfgang Fritsch

Warum Gesundheit dem Rudern schadet – aber Rudern der Gesundheit nützt

TEXT: HEIKE BREITENBÜCHER
FOTOS: DR. WOLFGANG FRITSCH UND HEIKE BREITENBÜCHER

„Gesundheitsrudern“ hört sich genauso sexy an wie „Gesundheitsschuhe“ – am liebsten in Beige und mit kleinen Löchern über dem Zehenbereich. Sehr bequem, aber leicht verschämt, behäbig und nur für diejenigen gedacht, die Pumps oder Laufschuhe in ihrem Leben hinter sich gelassen haben.

Warum gehört ein Beitrag über dieses Thema in das Jubiläums-Ruderblatt 50 Jahre LRVBW? Weil er zeigt, dass der Rudersport sich in den 50 Jahren für neue Zielgruppen geöffnet hat. Ein Blick in die Gründungsakten lässt erahnen, dass das Thema Gesundheitssport vor fünf Jahrzehnten kaum eine Rolle gespielt hat. Die Heranführung des Nachwuchses zum Leistungssport und Elite-Rudern dominieren die Protokolle aus dieser Zeit. Eine Funktionalisierung des Ruderns für Gesundheit oder weitere gesellschaftliche Themen gab es nicht oder ist nicht überliefert. Gerudert wurde, um erfolgreich und schnell zu rudern. Gesund war man oder eben auch nicht, aber dann wurde auch nicht mehr gerudert.

Zum ersten Mal traf die Autorin im eigenen Verein hart auf diesen Prellbock gegen die Funktionalisierung des Ruderns. „Ihr Gesundheitsruderer, rudert ihr da anders, warum nicht richtig?“ Nein, wir rudern nicht anders, wir haben aber viel Knowhow rund ums Rudern, achten auf Herzfrequenzen, auf orthopädische Belastungen, bieten Ergänzungstraining und Strategien, wie man lange auch mit kleinen Einschränkungen gut rudern kann. Ein innerlicher Aufschrei, Wut gepaart mit dem Gefühl der Geringschätzung des Trainings, das so gut für die Gesundheit sein soll.

Perspektivwechsel

Manchmal ist ein Perspektivwechsel aber auch nicht schlecht: Wir rudern nicht nur für die Gesundheit. Sport sollte auch nie nur als Mittel zur Erreichung anderer Ziele betrachtet werden, wie etwa zur reinen Gesundheitsförderung, Veränderungen des Körperbildes oder für Klicks auf Social Media. Wird Rudern ausschließlich auf die Gesundheit reduziert, dann werden wichtige Aspekte dieses Sports ausgeblendet. Spaß, Freude an der Bewegung in der frischen

Luft, soziale Interaktion und Geselligkeit und das persönliche Wohlbefinden werden dem Ziel der Gesundheit untergeordnet.

Also dann auf keinen Fall „Rudern pro Gesundheit“ oder „Sport pro Gesundheit“ anbieten, da jede Funktionalisierung des Ruderns schlecht und zu vermeiden ist? Diese Schlussfolgerung wäre wiederum zu kurz gedacht. Der Einstieg für Ältere oder eher Sportunerfahrene über einen Gesundheitskurs Rudern, über die Volkshochschulen oder anderen Gesundheitsorganisationen ist deutlich niederschwelliger, als es bei offenen Sportangeboten oftmals der Fall ist. Die Übungsleiter und Trainer helfen den Teilnehmern über Unsicherheiten hinweg und stellen sich den Fragen und Herausforderungen. Dazu gehört oftmals das Gewicht, die langjährige Sportabstinenz, Verschleiß oder Ersatzteile im Bereich Knie und Hüfte oder einfach die Sorge, langsamer als alle anderen eine neue Bewegung zu erlernen. Um die Frage von oben zu beantworten: Nein, das Rudern sieht nicht anders aus – es wird richtig gerudert!

Eine neue Ausbildung mit Strahlkraft

Seit 2017 bietet der Landesruderverband Baden-Württemberg in Kooperation mit der Sportschule Steinbach auf Initiative von Dr. Wolfgang Fritsch die Ausbildung auf der zweiten Lizenzstufe zum Übungsleiter B – Rudern in der Prävention an. 53 Teilnehmer aus 11 verschiedenen Bundesländern haben seitdem diese Ausbildung erfolgreich absolviert. Zahlreiche Kooperationen mit Volkshochschulen und anderen Organisationen im Gesundheitsbereich sind dauerhaft entstanden. Mit Blick auf ein paar Zahlen ist dies keine Überraschung. Der DOSB meldet 28,8 Mio. Mitgliedschaften in Sportvereinen, die dem Breitensport und dem Gesundheitssport zugeordnet sind. Sportvereine sind somit die größten Akteure für Gesundheitsförderung und Prävention. Es gibt rund 80.000 gültige Lizenzen in der 2. Lizenzstufe Reha und Prävention.

Diese Zahlen zeigen, dass der erste Teil der Überschrift eine Provokation darstellt, bzw. zum Nachdenken anregen kann. Wenn nun der Gesundheitspart im Sport für die meisten Menschen so wichtig ist, warum soll dann Gesundheit dem Rudern Schaden zufügen? Weil Rudern so viel mehr als Herzfrequenz, Anpassung des Stoffwechsels, Gewichtreduktion und Verringerung muskulärer Dysbalancen ist.

Wenn Gesundheit dem Rudern schadet

Die Argumente für Gesundheitssport Rudern für Mitglieder und Vereine sind schlagkräftig und trotzdem zieht der Gesundheitsbegriff nicht. Um der Ursache auf den Grund zu gehen, müssen wir auf die Begrifflichkeiten eingehen. Gesundheitssport und auch Breitensport scheinen als Begriffe doch etwas verstaubt und altbacken. Aktive Sportler wollen

Gesundheitssport und auch Breitensport scheinen als Begriffe doch etwas verstaubt und altbacken.

Ruderer sein und nicht in Schubladen gesteckt oder versteckt werden.

Der Begriff Breitensport stammt aus einer Zeit, in der man den Sport klar in Leistungssport (also wettkampforientiert) und Breitensport (freizeitorientiert, für die breiten Masse) unterteilt hat. Jetzt kommt zu Breitensport auch noch der Gesundheitssport – behäbiger geht es kaum mehr.

Im heutigen allgemeinen Sprachgebrauch greifen diese Kategorien zu kurz, weil sich das Sportverhalten stark verändert hat. Viele Menschen treiben Sport sehr individuell. Fitness, Lifestyle, Bewegungskultur und eine aktive Lebensweise stehen im Vordergrund, nicht unbedingt „Breite“ oder „Masse“. Neue Zielgruppen werden daher eher über die Begriffe Aerobe Fitness, Form, körperliche Kondition oder Kraft angesprochen.

Trotzdem erfüllt der Begriff Breitensport in bestimmten Kontexten (z. B. in der Sportpolitik, Vereinsarbeit oder beim DOSB) noch eine wichtige Funktion, weil er eine klare Abgrenzung zum Leistungssport bietet und die gesellschaftliche Bedeutung von Sport für alle betont.

In der Kommunikation nach außen ist jedoch eine differenziertere oder zeitgemäßere Sprache wirkungsvoller.

Den Begriff Gesundheitssport trifft es noch härter. Er klingt langweilig, behäbig, funktional, medizinisch und wenig emotional. Viele Menschen assoziieren damit Reha-Kurse, Rückenschule oder Bewegungstherapie – Dinge und Übungen, die man machen muss und nicht machen will. Gesundheitssport weckt selten Begeisterung, Abenteuerlust oder Gemeinschaftsgefühl. Es wirkt wie eine Empfehlung des Arztes, nicht wie eine freiwillige, freudvolle Entscheidung. Jüngere Menschen oder solche mit einem sportlichen Selbstbild fühlen sich kaum angesprochen.

Rudern nützt der Gesundheit

Jetzt möchte man doch laut aufschreien: „Rudern ist doch so gesund!“ Stimmt, Rudern bietet so viel Benefits für die Teilnehmer und Gesundheitssport so große Chancen für Vereine – welch unnötiger Stress mit diesen Begrifflichkeiten!

Benefits für die Teilnehmer: Gemeinsame Bewegung erzeugt Gemeinschaftsgefühle und stärkt Beziehungen, die in andere Bereiche des sozialen Lebens hineinwirken können. Das gemeinsame Erlernen und Ausüben der Sportart Rudern bringt Menschen unterschiedlicher Fähigkeiten, Altersgruppen und Herkunft zusammen ins Boot, führt zu neuen Kontakten und wirkt der Vereinsamung im Alter entgegen.

Benefits für die Vereine: Während einige Vereine lange Wartelisten führen, sorgen sich andere Vereine um ihre Mitgliederentwicklung. Dennoch profitieren beide Arten von Vereinen von

einem qualifizierten Angebot im Bereich des „Gesundheitsruderns“. Mit dem Kursangebot können neue Zielgruppen definiert und gewonnen werden. Jeder Verein ist anders und jeder Verein hat eine andere Mitgliederstruktur, ein spezifisches Ruderrevier und infrastrukturelle Kapazitäten, so dass die Ausschreibung immer anders aussehen wird. Aber es bleibt die Weisheit „der beste Ort zum Rudern ist da, wo Rudern stattfindet“. Das Image des Rudervereins wird durch die fachliche Kompetenz der Trainer im Bereich Gesundheit und Fitness gestärkt. Das Siegel „Rudern pro Gesundheit“ oder „Sport pro Gesundheit“ wirkt nach innen und außen und erhöht das Vertrauen in die Ausbildung und in die Trainer. Der demographische Wandel wird dazu beitragen, dass Mitgliederzuwächse und auch die Mitgliederbindung im Bereich der erwachsenen Menschen im mittleren Alter an Bedeutung zunehmen. Dies gilt auch für die Gewinnung von Übungsleitern und Trainern. Für Mitglieder im mittleren Alter kann eine Qualifizierung und Weiterbildung einen hohen Wert darstellen, um einen aktiven Beitrag für die Gesellschaft abseits von Beruf oder auch nach der Berufs- und Familienzeit zu leisten.

Und noch einmal kommt es zur Kollision mit einer Begrifflichkeit – dieses Mal trifft es die Ausbildung selbst: Übungsleiter B – Rudern in der Prävention. Das ist nicht attraktiv und klingt genauso behäbig wie Gesundheits- und Breitensport. Ein Blick in die Ausbildungsordnung weist aber auf das genaue Gegenteil hin. Die Ausbildung sorgt dafür, dass Rudern im Verein auf ein neues Level gestellt wird und das im Leistungs- und im Breitensport. Um Rudern leistungsstark, gesund, erfolgreich und lebenslang ausüben zu können, braucht es Trainer mit einem fundierten Wissen zu den Bereichen Sportbiologie und Sportmedizin, Ernährung und Stoffwechsel, Koordinationsschulung, modernes Kraft-, Beweglichkeits- und Ausdauertraining, Rudertechnik und Vermittlung der Rudertechnik, Bootsmaterial, Leitung von und Kommunikation mit Übungsgruppen sowie moderne Übungs- und Trainingsprogramme auf dem Wasser.

Fazit

Auf Äußerlichkeiten ist kein Verlass – egal ob als Nachwuchsleistungssportler, im Rennrudern, Masterbereich, Wanderrudern oder als Fitnessruderer in den Vereinen – es profitieren alle vom Wissen gut ausgebildeter Trainer. Gesundheitsruderer rudern möglicherweise sogar technisch besser und vor allem länger! Und sexy ist es allemal, wenn Menschen gemeinsam in der Mannschaft rudern, ein Vierer oder Achter im Gleichklang übers Wasser gleitet, Fitness und Geselligkeit unter einem Vereinsdach zu Hause sind. Und das sollen wir auch nach außen wirken und strahlen lassen. Ein häufig genannter Grund zu Beginn eines “gesunden” Volkshochschulkurses: „Ich stand am Ufer und wusste, das will ich auch…!“

Heike Breitenbücher

Rudern bewegt – Mitgliederstruktur im Wandel

TEXT: HEIKE BREITENBÜCHER
GRAFIKEN: WLSB-VERBANDSANALYSE – ANDY BIESINGER

WLSB, BSB Freiburg und BSB Nord haben ein neues Instrument zur grafischen Darstellung von Mitgliederdaten entwickelt. Vereine können dieses Werkzeug seit einigen Monaten für sich nutzen. Neu ist die Möglichkeit für die Sportverbände. Der Landesruderverband Baden-Württemberg durfte mit einer ersten Version und mit Unterstützung von Andy Biesinger vom WLSB das Programm vor seiner Veröffentlichung testen. Zum 50. Jahrestag der Gründung eine gute Gelegenheit auf einige Zahlen und Kurven zu schauen.

Rudern zwischen Tradition und Trend

Rudern gilt als traditionsreicher Sport – viele denken dabei ausschließlich an Nachwuchsleistungssport und Regattabetrieb. Doch der Landesruderverband Baden-Württemberg e.V. (LRVBW) erlebt derzeit eine spannende Entwicklung: Der Rudersport öffnet sich für neue Zielgruppen – und profitiert davon. Insbesondere im Bereich des Breitensports ist ein deutlicher Zuwachs zu verzeichnen. Auffällig dabei: Der stärkste Anstieg betrifft Frauen zwischen 46 und 65 Jahren – eine Altersgruppe, die im organisierten Sport lange unterrepräsentiert war.

Wer rudert da – und warum?

Viele Menschen im mittleren Alter entdecken Rudern als ideale Kombination aus Bewegung, Naturerlebnis, Gemeinschaft und Gesundheitsvorsorge. Der Sport beansprucht nahezu alle Muskelgruppen, ist gelenkschonend, ausdauerorientiert und zugleich technisch anspruchsvoll – Eigenschaften, die besonders gesundheitsbewusste Menschen ansprechen. Aber nicht nur, denn es gibt immer mehr Möglichkeiten zu Wettkampf und Herausforderungen im Masterbereich. Die verschiedenen Möglichkeiten beschreibt Wolfdietrich Jacobs, Stellvertretender Vorsitzender Breitensport im LRVBW, in seinem Beitrag zu Wettkampfformen im Breitensport in diesem Heft.

Rudern lässt sich auch im mittleren Alter problemlos neu erlernen – anders als etwa Fußball oder Handball. Der Wunsch nach Bewegung, mentaler Ausgeglichenheit und sozialem Miteinander in einer Lebensphase, in der sich persönliche Prioritäten neu sortieren, ist bei vielen Menschen dieser Generation stark ausgeprägt.

Ein Blick über den Bootsrand: Kanu und Triathlon zeigen ähnliche Entwicklungen

Die Beobachtungen im Rudersport sind kein Einzelfall. Auch der Deutsche Kanu-Verband und die Triathlon-Verbände verzeichnen Zuwächse in der Altersgruppe 46–65 – bei Frauen und Männern. Der gemeinsame Nenner: Outdoor-Sportarten mit Ausdauercharakter, hoher Eigenverantwortung und starker Gruppendynamik.

Vor allem Triathlon bietet durch seine breite Wettkampfstruktur für alle Altersklassen einen Anreiz, sich auch im mittleren Alter sportlich zu messen – sei es über

Altersstruktur

Mitgliederentwicklung LRVBW

Sprintdistanzen oder Langstrecken. Rudern könnte hier noch stärker nachziehen: Mit kreativen, altersgerechten Wettkampfformen für Einsteiger und Masters.

Ein Unterschied besteht allerdings: Im Triathlon, Laufen und Radsport existieren zahlreiche digitale Communities und Plattformen, die Austausch und Motivation fördern. Hier besteht für den Rudersport noch Nachholbedarf – und zugleich viel Potenzial – siehe Beitrag von Dr. Wolfgang Fritsch, Stellv. Vorsitzender Bildung und Sportentwicklung, in diesem Heft.

Erfolgsfaktoren: Engagement vor Ort

Dass die Mitgliederentwicklung nicht zufällig verläuft, zeigen mehrere Beispiele aus dem Verband:

- Stuttgarter Rudergesellschaft: Eine aktive Frauengruppe trifft sich mehrmals wöchentlich zum gemeinsamen Training, startet auf Regatten und geht im Winter sogar gemeinsam zum Langlaufen. Das Master-Angebot wird systematisch gepflegt und ist Vorbild für andere Vereine.
- Karlsruhe Wiking: Der Verein hat ein funktionierendes studentisches Ruderangebot etabliert und bindet junge Studierende durch gezielte Ansprache und flexible Strukturen.
- Heilbronner RG Schwaben: Im Aufbau befindet sich derzeit ein Hochschulrudern-Angebot, das gezielt Studierende anspricht und langfristig an den Verein binden soll.

Kooperationen wirken – und bringen Sichtbarkeit

Besonders wirkungsvoll haben sich Kooperationen mit öffentlichen und privaten Trägern erwiesen:

- Volkshochschulen ermöglichen niederschwellige Einstiegskurse.
- Betriebe bringen Mitarbeitende in Bewegung – etwa über Firmensportgruppen, die in Marbach beim „Corporate Rudern“ Regattaluft schnuppern.

Landesruderverband Baden-Württemberg (LRVBW)
Kanu-Verband Baden-Württemberg (KVBW)

- Hochschulen und Schulen helfen bei der Nachwuchsgewinnung und öffnen Türen zu jungen Zielgruppen. Sowohl Vereine als auch Bildungseinrichtungen profitieren, die Vereine durch Mitgliedergewinnung. Die Schulen und Hochschulen haben durch das sportliche Angebot einen Prestigegewinn und nutzen dies zur Außendarstellung.

Auch Veranstaltungen wie der Stadtachter in Stuttgart-Cannstatt oder „Rudern gegen Krebs" in Heidelberg und Ulm sowie Überlingen zeigen, wie Sport, Öffentlichkeit und soziales Engagement zusammenwirken.

Was jetzt zählt: Strukturen, Ausbildung, Boote

Der positive Trend bringt neue Herausforderungen mit sich. Um Späteinsteiger, ältere Sportler und Menschen mit Einschränkungen zu erreichen, braucht es:

- Leichtere Boote mit tiefem Einstieg, die besonders im Breitensport und für Sportler mit Bewegungseinschränkungen besser geeignet sind. Nach wie vor ist der Transport der Gig-Boote vom Bootslager ins Wasser und wieder zurück ein „Rücken- und Kraftthema".
- Barrierearme Steganlagen und Vereinsinfrastruktur, um auch Inklusion und Para-Rudern zu ermöglichen
- Gezielte Aus- und Fortbildung von Trainern, die im Erwachsenenbereich ausbilden und begleiten können. Die Ausbildung sollte praxisnah und zielgruppengerecht sein.

Zukunftsaussichten: Zwischen Master & Nachwuchs

Bei aller Freude über die wachsende Erwachsenengruppen darf der Nachwuchsleistungssport nicht vernachlässigt werden. Die Gewinnung junger Mitglieder muss wieder verstärkt in den Fokus rücken – etwa über Schulkooperationen, Schnupperkurse, Mentorenprogramme und Formate, die Jugendliche für das Wettkampfrudern begeistern.

Gleichzeitig braucht es mehr Angebote für Jugendliche, die den Leistungssport nicht anstreben – z. B. Breitensport-Events, Regattaformate mit Spaßfaktor oder Team-Wettbewerbe für Schulklassen. Wer früh mit Rudern beginnt, bleibt dem Sport oft ein Leben lang verbunden – das zeigen die aktuellen Zahlen eindrucksvoll. Dies sieht man vor allem an den meist männlichen Mitgliedern, die oftmals seit 50 oder auch 70 Jahren dem Verein verbunden sind. Quereinsteiger aller Geschlechter wechseln dagegen oftmals die Sportart und den Verein nach einigen Jahren.

Digitalisierung: Anschluss nicht verpassen

Während andere Sportarten längst auf digitale Plattformen, Mitglieder-Apps oder Trainings-Communities setzen, zeigt sich der Rudersport hier noch traditionell. Dabei könnten einfache Maßnahmen wie:

- eine zentrale App mit Eventkalender & Vereinsfinder,
- ein Mitgliederportal mit Infos & Trainingsplänen,
- oder digitale Challenges und Austauschgruppen

den Sport gerade für jüngere oder technikaffine Neueinsteiger noch attraktiver machen. Hier haben uns die Verbände in anderen Ländern einiges voraus. z.B. British Rowing, aber auch Plattformen in USA und Kanada.

Landesruderverband Baden-Württemberg (LRVBW)
Baden-Württembergischer Triathlonverband (BWTV)

Fazit: Rudern ist für alle da – und bleibt in Bewegung
Der Rudersport in Baden-Württemberg hat sich in den letzten Jahren geöffnet – und das mit Erfolg. Neue Zielgruppen, insbesondere Frauen im mittleren Alter, entdecken die Faszination des Sports auf dem Wasser. Die Entwicklung zeigt: Rudern ist mehr als Regattasport – es ist ein vielseitiges Bewegungsangebot mit Zukunft.

Jetzt gilt es, diesen Weg weiterzugehen: Mit modernen Strukturen, qualifizierter Ausbildung, digitalen Ideen und einem offenen Blick für Kooperationen. So bleibt der LRVBW ein lebendiger, wachsender Verband – mit seinen starken Vereinen und noch stärkeren Mitgliedern.

Viele Menschen im mittleren Alter entdecken Rudern als ideale Kombination aus Bewegung, Naturerlebnis, Gemeinschaft und Gesundheitsvorsorge.

„Eigenverantwortung, Mut und Spaß an den Tag legen – das ist das Gebot der Stunde!“

Demokratie braucht Engagement!

ANDREAS FELCHLE
PRÄSIDENT WÜRTTEMBERGISCHER LANDESSPORTBUND E.V. (WLSB)

Stell´ Dir vor, es ist Volksherrschaft –
aber das Volk will nicht (mehr) herrschen …

… in Abwandlung des Spruches aus der Friedensbewegung vom Krieg, zu dem keiner hingeht, frage ich mich und andere manchmal, wie das eigentlich weitergehen soll mit und in einer Gesellschaft, in der immer öfter das pure ICH zählt anstatt das WIR, in welcher der Horizont erschreckend vieler Zeitgenossen genau da endet, wo auch der eigene Vorteil aufhört.

Dabei haben wir die allermeisten Vorteile überhaupt nur, weil wir die so wunderbare „freiheitlich-demokratische Grundordnung“ haben, eine Verfassung, die uns so viele Rechte und Möglichkeiten einräumt. Aber halt auch Verpflichtungen auferlegt, Verantwortung überträgt.

Wer glaubt, alles mitnehmen zu können, was Demokratie ermöglicht, sich aber einen Dreck scheren zu brauchen um Risiko-Übernahme, Eigen-Verantwortung und soziale Mitverantwortung für andere und fürs Ganze, der wird erleben, wie die Tsunami-Wogen der Autokraten östlich und leider zunehmend auch westlich von und mitten unter uns über Deutschland und Europa hereinbrechen.

Es gibt einen ganz tollen Lern- und Lehrort für unsere Werteordnung, für Demokratie und Gemeinsinn: Den Sportverein!

Nicht zuletzt, weil es nach wie vor Zigtausende von Menschen, wahren Bürgern (!), gibt, die sich im Verein engagieren. Das sind übrigens heute deutlich mehr als vor 50 oder 100 Jahren. Bloß sind halt auch die Mitgliederzahlen mordsmäßig gewachsen, die Angebote vielfältiger geworden … und leider auch die Verwaltungsaufwendungen.

Sich mit all dem gesetzlich verordneten Absicherungswahn unserer Gesellschaft ehrenamtlich befassen zu müssen, dürfte das sein, was es Vereinsverantwortlichen am schwersten macht, noch mehr Menschen für bürgerschaftliches Engagement im Sport zu begeistern. – Da muss noch konsequenter als bislang gegengesteuert werden in den Parlamenten und Räten dieses Landes! Wobei wir bitteschön den „Schwarzen Peter“ eigentlich selbst auf der Kartenhand haben: Ein Staatsvolk, das jedes Risiko scheut und für sämtliche Herausforderungen menschlichen Lebens „den Staat“ verantwortlich macht, braucht sich über eine vermeintliche „Schutz-Verordnung“ nach der anderen eigentlich nicht aufzuregen.

Im Gegenteil: Einfach selber machen, Eigenverantwortung, Mut und Spaß an den Tag legen – das ist das Gebot der Stunde! Ja, Spaß! Sich mit anderen für andere und Gemeinsames einzusetzen, gereicht nämlich zur Ehre, der eigenen, im wahrsten Sinne des Wortes. Und es ist was richtig Schönes, Befriedigendes, miteinander zu schaffen, gemeinsam Erfolg zu haben!

Ich bin seit rund 50 Jahren ehrenamtlich aktiv … glaubt jemand, dass ich mir das (noch) antun würde, wenn´s quasi ununterbrochen stressig und ätzend (gewesen) wäre?!?

Bürgerschaftliches Engagement, Ehrenamt hat Zukunft – weil´s nicht „nur“ den anderen, sondern auch uns selbst nützt! Unsere Sportvereine sind Erfolgsmodell.

Wer am Erfolg teilhaben will, muss mitmachen!

Leistungssport und Breitensport im Rudern – eine Symbiose, die beiden Bereichen nützt

MORITZ PETRI
PRÄSIDENT DES DEUTSCHEN RUDERVERBANDES (DRV)

Rudern ist mehr als ein Sport – es ist Gemeinschaft, Bewegung, Herausforderung und Leidenschaft. Unsere Sportart vereint Menschen unterschiedlichster Hintergründe: von der begeisterten Freizeitruderin bis zum Olympiasieger im Einer. Im Deutschen Ruderverband betrachten wir den Leistungssport und den Breitensport nicht als Gegensätze, sondern als zwei eng miteinander verbundene Säulen, die sich gegenseitig stärken.

Der Breitensport als Fundament
Ohne die Breite kein Gipfel. Diese Weisheit ist so alt wie der Leistungssport selbst. Der Breitensport ist die Basis, auf der unser gesamtes Rudersystem aufbaut. In unseren Vereinen engagieren sich Tag für Tag tausende Ehrenamtliche, Trainierende und Aktive, die das Vereinsleben gestalten, neue Mitglieder gewinnen und (jungen) Menschen die Freude am Rudern vermitteln. Aus diesem Engagement entstehen Begeisterung, Identifikation – und letztlich auch Talente, die den Weg in den Leistungssport finden.

Der Leistungssport als Motor der Inspiration
Spitzensportlerinnen und -sportler sind Vorbilder. Sie verkörpern Disziplin, Zielstrebigkeit und Leidenschaft. Ihre Erfolge auf internationalen Regatten und bei Olympischen Spielen werfen ein Schlaglicht auf den gesamten Rudersport und bringen Aufmerksamkeit und Anerkennung, die auch dem Breitensport zugutekommen. Viele Kinder treten einem Ruderverein bei, weil sie ein Rennen im Fernsehen oder in den sozialen Medien gesehen haben – oder weil sie im Verein einem erfolgreichen Athleten begegnet sind.

Gemeinsame Infrastruktur – geteilter Nutzen
Ein großer Vorteil unseres Systems liegt in der gemeinsamen Nutzung von Infrastruktur. Bootshäuser, Stege, Trainerteams und Vereinsmaterialien dienen nicht nur dem täglichen Training des Nationalkaders, sondern stehen auch den Freizeit- und Nachwuchssportlern zur Verfügung. Das fördert ein Miteinander, bei dem sich beide Seiten begegnen, voneinander lernen und ein starkes Gemeinschaftsgefühl entsteht.

Herausforderungen gemeinsam angehen
Natürlich ist eine solche Symbiose nicht immer selbstverständlich. Der Spagat zwischen leistungsorientierter Förderung und breitem Sportangebot stellt viele Vereine vor Herausforderungen – personell, finanziell und organisatorisch. Unsere Aufgabe als Verband ist es, Rahmenbedingungen zu schaffen, die beides ermöglichen: Spitzenförderung auf internationalem Niveau und nachhaltige Unterstützung für die breite Basis.

Dazu gehört auch, neue Wege zu gehen: durch Programme zur Förderung der Inklusion, durch Kooperationen mit Schulen und Hochschulen, durch die Förderung von Trainerqualifikationen und durch gezielte Investitionen in Trainingsinfrastruktur, Digitalisierung und Nachwuchsgewinnung. Ein Beispiel hierfür ist unsere frisch renovierte Ruderakademie in Ratzeburg: die Ruderakademie ist nicht nur ein Bundesstützpunkt und damit Heimat unserer Spitzenathletinnen und Athleten, sondern auch das Bildungszentrum für unseren Trainernachwuchs in den Vereinen und stellt damit die perfekte Symbiose von Breiten- und Leistungssport dar.

Mein Fazit
Leistungssport und Breitensport im Rudern sind keine Konkurrenten – sie sind Partner. Sie profitieren voneinander, bauen aufeinander auf und verleihen unserer Sportart Kraft und Stabilität. Als Präsident des Deutschen Ruderverbandes ist es mein Ziel, diese Verbindung weiter zu stärken, Brücken zu bauen und den Rudersport in seiner ganzen Vielfalt sichtbar zu machen. Denn nur gemeinsam – mit Breite und Spitze – bleiben wir auf Kurs.

Warum der Breitensport ein Wettkampfangebot braucht

TEXT: WOLFDIETRICH JACOBS
FOTOS: ANTJE BRÜCKNER, JOHANNES ECKSTEIN, MEINRUDERBILD.DE, DR. WOLFGANG FRITSCH

Platt gesagt ist im Breitensport ja alles möglich: wir Ruderer werden selbstverständlich rudern – allein, in Mannschaften oder im Rudel. Im Heimatrevier nach Feierabend, auf längeren Fahrten bis hin zu perfekt organisierten Wanderfahrten. Wettfahrten über unterschiedlichste Distanzen bieten sich an. Der Gesundheitssport nimmt zunehmend Raum ein. Nicht zu übersehen das, was im Leistungssport Ergänzungssportarten heißt. Wandern, Schwimmen, Krafttraining, Radfahren sowie der Bereich Yoga/Pilates/Funktionsgymnastik dürften hier die Favoriten sein. Entsprechende Angebote unserer Vereine werden gut besucht.

Fitness kann ich fühlen. Bin ich unsicher, könnte ich mich einer schlauen Uhr anvertrauen und mich ihrem Trainingsdiktat unterwerfen. Das macht man heute wohl so, um zu verstehen, dass Treppensteigen sich auf die Atemfrequenz auswirkt.

Wir hätten da eine standardisierte formale Prüfung im Angebot: das Deutsche Sportabzeichen, den Fitnessorden überhaupt. Die Anforderungen sind moderat und so definiert, dass nach Einübung des Übungsablaufs die Stufe Silber von der Hälfte der Bevölkerung erreicht wird. Bronze ist eine tolle Bestätigung für Einsteiger, Gold lockt für die, die mehr Anerkennung suchen.

Der LRVBW fördert die Teilnahme am Abzeichen durch Zureden und Abnahme von Prüfungen („ich brauche das Sportabzeichen für meine Bewerbung bei der Polizei – kannst du das heute noch machen?“) und drängt Interessenten, auch Prüferlehrgänge wahrzunehmen. Selbstverständlich kann man bei jedem beliebigen Sportabzeichentreff seine Leistungen abliefern, aber viel schöner ist es, wenn man den Prüfer – besser zwei, damit sie sich gegenseitig die Leistungen bescheinigen können – im eigenen Haus hat. Und die Führung der DSA-Prüferlizenz in Sams werden wir auch noch erreichen.

Das Deutsche Sportabzeichen ist keineswegs so verstaubt wie viele glauben. Seit der jüngsten Reform sind die Anforderungen längst nicht mehr so leichtathletik- und turnlastig wie zu früheren Zeiten. Das Fahrtenabzeichen des DRV lässt sich für die Kategorie Ausdauer auf Stufe Gold anerkennen – also fast geschenkt.

Fast unbemerkt sind wir im niederschwelligen Wettbewerb angekommen, den wir – Ordnung muss sein - natürlich jährlich aufnehmen. Sowohl der DRV als auch der DOSB belohnen ja ausdrücklich die wachsende Anzahl an Wiederholungen.

Beim Rheinmarathon kommt man nicht trocken ins Ziel

Der Mensch möchte sich messen

Wer das Glück hat, in einer Spielstraße oder in dörflichem Umfeld zu leben, darf gelegentlich – leider viel zu selten - noch auf der Straße spielende Kinder beobachten. Und was machen die? Sie laufen um die Wette, vergleichen ihre Größe, testen ihre Sprungkraft und vieles mehr. Sie erfinden neue Spiele, diskutieren ihre Regeln und vereinbaren Handicaps, wenn die Altersunterschiede allzu deutlich beeinflussen. Dabei gibt es immer wieder Gewinner und Verlierer. Manchmal gibt es auch Tränen. Oft trösten sich die Kinder dann gegenseitig. Natürlich merkt der Kleinere, Langsamere oder Schwächere, dass er unterlegen ist, aber er kann auch lernen, dass er deshalb nicht weniger wert ist in seiner Spielgemeinschaft.

Natürlich dürfen Erwachsene hier moderierend mitwirken, aber sie müssen nicht das Tun nach ihren Ansichten ausrichten. Hier werden Fähigkeiten erlernt, die wir an vielen Stellen in unserer Gesellschaft im Umgang miteinander heute schmerzlich vermissen. Wo lernt man mit Niederlagen umzugehen, wo übt man Frustrationstoleranz und nicht zuletzt das Einschätzen von Sicherheitsrisiken, wenn nicht im fairen Wettbewerb?

Robert Sens, seinerzeit Landestrainer, heute Vorstand Leistungssport im DRV: „Auch der beste Ruderer verliert in seinem Leben mehr Rennen als er gewinnt."

Bildungspolitiker wohnen vermutlich in anderer Umgebung. Wie sonst kann man sich erklären, dass die Leistungen bei den guten alten Bundesjugendspielen zumindest im Grundschulbereich nicht mehr mit Stopuhr und Maßband bewertet werden. Wettbewerb statt Wettkampf heißt das nun. Als wenn der kleine Max nicht selbst sähe, dass andere weiter gesprungen oder schneller gelaufen sind. Und dass ein klarer Messwert besser akzeptiert wird als eine subjektive Einschätzung, sollte nicht verwundern. Die Unzulänglichkeit bei den Bundesjugendspielen besteht vielmehr darin, dass nach Klassenstufen und nicht nach Geburtsjahrgängen gewertet – sorry: beworben – wird.

Da passt es ins Bild, dass der Koalitionsvertrag unserer Bundesregierung in Zeile 3766 ausdrücklich die Anerkennung der Gemeinnützigkeit des E-Sports nennt.

„Ziel ist die ausreichende finanzielle Unterstützung von Sportgroßveranstaltungen wie beispielsweise der World Games in Karlsruhe 2029 […]" lesen wir ein paar Zeilen davor mit größerer Begeisterung.

Heißt es nicht immer, man lerne nicht durch Siege, sondern durch Niederlagen? Der richtige Umgang mit Niederlagen ist wichtig, das Auffangen. Oder wie es früher hieß und heute noch Gültigkeit hat: „Die Sieger gehören dem Publikum, die Verlierer dem Trainer."

Diese Überlegungen gelten im Breitensport ebenso wie im Leistungssport – in jedem Alter.

Der Morgen im Breitensport-Ruderlager

Wettbewerb in vielen Formaten
Dem breitensportlich Rudernden bieten sich viele Formate des Wettbewerbs an. Die Fahrtenwettbewerbe wurden bereits erwähnt. Relativ neu ist das durchaus anspruchsvolle Indoor-Rowing-Sportabzeichen für Individualisten als „Ergänzung“ zur Women‘s challenge.

Selbstverständlich stehen alle „normalen“ Regatten auch dem Feierabend-Ruderer offen. Die Freude und Unbekümmertheit, die bei den „Novice“-Rennen, Anfänger im Gigboot in unübersehbar großen Meldefeldern im Rahmen der Deutschen Hochschulmeisterschaft, verbreitet wird, ist inspirierend. Moritz Petri spricht in seinem Grußwort von Symbiose zwischen Leistungs- und Breitensport. Die Symbiose ist eine Zweckgemeinschaft zu beiderseitigem Nutzen. Gerade bei der hier erwähnten Veranstaltung, der sogenannten Triple-Meisterschaft Großboot-DM, Masters-DM und DHM am selben Ort, mit ineinandergreifendem Programm, passiert mehr als das – großartig, wenn auch nicht Spitzensport!

Vielleicht am sichtbarsten tritt der Breiten-Wettkampfsport im Langstrecken- und Marathonbereich auf. Im Jahresreigen bieten EUREGA, Elfsteden, AllYouCanRow, Genfer See, Rheinmarathon die ganz langen Distanzen an. Was diese Veranstaltungen eint, ist, dass sie fast immer vor Meldeschluss ausgebucht sind.

Die 24Stunden von Berlin hingegen könnten mehr Zuspruch gebrauchen. Mehr Dabeisein-ist-alles als Wettbewerb sind Oste-, Weser-, Mittelelbe- und Elbinselmarathon. Aber auch hier definiert jeder selbst, ab welcher Leistung er sein Ziel erreicht hat. Anstrengend und nicht mal nebenbei schaffbar sind diese Wettbewerbe allemal. Nicht jeder peilt den Sieg an, aber Letzter möchte niemand werden.

Und auf die, die schon alles erreicht und jede Regatta gewonnen haben, wartet world‘s toughest row, die Regatta, die Kontinente über die Ozeane hinweg verbindet. Aber das ist eine andere Baustelle.

Für uns alle gilt das geflügelte Wort, das Alt-Bundespräsident Johannes Rau in leider unerfreulicherem Zusammenhang geprägt hat: „Stolz ist man auf das, was man selber zu Wege gebracht hat.“

Wolfdietrich Jacobs

Im Watt vor Bremerhaven

„Auch der beste Ruderer verliert in seinem Leben mehr Rennen als er gewinnt.“

Robert Sens
Vorstand Leistungssport im DRV

Sportmedizin Ulm – starker Partner seit Jahrzehnten

TEXT: DR. JOHANNES KIRSTEN
FOTO: SPORTMEDIZIN ULM

Seit mittlerweile mehreren Jahrzehnten spielt die Sektion Sport und Rehabilitationsmedizin (SRM) der Universität Ulm eine tragende Rolle in der medizinischen Betreuung und Beratung des Verbandes und seiner Athletinnen und Athleten. Der Arzt und ehemalige Ruderer Prof. Dr. Jürgen M. Steinacker übernahm schon früh das Amt des Verbandsarztes des LRVBW und baute die Ulmer Sportmedizin zu einem lizenzierten Untersuchungszentrum des Landes Baden-Württemberg und des Deutschen Olympischen Sportbundes aus. Er prägte über Jahrzehnte die sportmedizinische Betreuung im, ihm besonders am Herzen liegenden, Rudersport auf Landes- und Bundesebene.

Über Jahrzehnte wurden die Kaderathleten des LRVBW im Rahmen des Verbandstrainingslagers in Breisach zentral medizinisch untersucht. Hierfür reisten die Mitarbeiter der Sektion ins Trainingslager an und der Keller der vielen Lesern bekannten Jugendherberge wurde zum Untersuchungszentrum. Die medizinischen Untersuchungen sind auch heute noch fester Bestandteil der Saisonvorbereitung, allerdings sind die „Feldtests“ in Breisach aufgrund der immer kürzeren Kaderlehrgänge nunmehr Teil der Historie und die Athleten reisen für die Diagnostik individuell in die Untersuchungszentren der Universitätskliniken.

Ein weiteres Ereignis war die Eröffnung des Bundesstützpunkts Nachwuchs Rudern Ulm/Süd am 20. Februar 2014. Der Stützpunkt unterstreicht, dass Ulm mit dem Ulmer Ruderclub Donau für Bayern und Baden-Württemberg eine zentrale Ausbildungsstätte ist. Heute betreut die SRM weiterhin die jungen Talente, koordiniert Trainingsdiagnostik und wirkt in Trainerfort- und Ausbildung mit.

Seit 2018 trägt Dr. Johannes Kirsten, ebenfalls Sportmediziner aus Ulm, als AntiDoping-Beauftragter des LRVBW Verantwortung für Prävention und Aufklärung. In Vorträgen wie „Doping und AntiDoping – Was der ambitionierte (Breiten)Sportler wissen sollte“ ruft er dazu auf, Leistungsdruck ohne unerlaubte Hilfsmittel zu bewältigen. Die Sportmedizin Ulm berät den Verband bei Regeländerungen, hilft bei der Implementierung von Dopingkontrollen und stärkt damit den fairen Wettbewerb.

Neben der Kaderbetreuung beteiligt sich die Sportmedizin Ulm an sozialen Projekten. Die Benefizregatta „Rudern gegen Krebs“ in Kooperation mit dem Ulmer Ruderclub Donau und der Stiftung Leben mit Krebs veranstaltet und unterstützt das Projekt „Sport und Krebs“ der SRM. Krebspatienten erhalten dadurch die Möglichkeit, in das Vereinsleben eingebunden zu werden und von sportmedizinischer Betreuung zu profitieren.

Seit 2018 trägt Dr. Johannes Kirsten, Sportmediziner aus Ulm, als AntiDoping-Beauftragter des LRVBW Verantwortung für Prävention und Aufklärung

„Leistungsdruck ohne unerlaubte Hilfsmittel bewältigen."

Dr. Johannes Kirsten

Wissenschaft und internationale Vernetzung

Die Ulmer Sportmediziner sind nicht nur Praktiker, sondern auch Wissenschaftler. Viele nationale Athletinnen und Athleten profitieren von der Forschungskompetenz der SRM. Nachdem Dr. Gunnar Treff viele Jahre als wissenschaftlicher Koordinator des Deutschen Ruderverbandes tätig war, hat er die Ulmer Sportmedizin inzwischen verlassen; seine Funktion im DRV übt heute Dr. Kay Winkert aus. Winkert, übernahm 2021 die Diagnostikkoordination und führt die Tradition fort, Forschungsergebnisse direkt in den Leistungssport zu übertragen. Diese nationale Verantwortung verdeutlicht, welch hohes Ansehen die Ulmer Sportmedizin genießt und welchen Beitrag sie zum Erfolg des deutschen Rudersports leistet.

Der LRVBW hat die jahrzehntelange Arbeit der Ulmer Sportmediziner mehrfach gewürdigt. Auf dem Landesrudertag 2021 wurde Prof. Steinacker zum Ehrenmitglied ernannt. Diese Auszeichnungen zeigen, dass der Verband die medizinische Begleitung nicht nur als Pflichtaufgabe, sondern als unverzichtbaren Beitrag zum sportlichen Erfolg betrachtet.

Warum Sportmedizin für Athletinnen und Athleten wichtig ist

Die Erfahrungen der letzten Jahrzehnte belegen, dass eine fundierte sportmedizinische Betreuung maßgeblich zum Erfolg beiträgt:

- Gesundheitsvorsorge: Regelmäßige medizinische Untersuchungen und Leistungsdiagnostik verhindern Übertraining, reduzieren Verletzungsrisiken und ermöglichen eine individuelle Trainingssteuerung.
- Wissensvorsprung durch Forschung: Die SRM überträgt Erkenntnisse aus Studien direkt in die Praxis. So können moderne Trainings- und Regenerationskonzepte umgesetzt werden, von denen die Athleten profitieren.
- Prävention und AntiDoping: Vorträge und Beratungen sensibilisieren für die Gefahren des Dopings. Die Athletinnen und Athleten werden in ethischen Fragen gestärkt, was die Integrität des Sports wahrt.

Ausblick

Zum 50jährigen Jubiläum des Landesruderverbandes Baden-Württemberg lässt sich festhalten: Die enge und kontinuierliche Zusammenarbeit mit der Sportmedizin Ulm hat sich als Glücksfall erwiesen. Sie hat Talente gefördert, einen Beitrag zu Medaillen geleistet und den Rudersport im „Ländle" gesund gehalten. In Zukunft wird es darum gehen, diese Kooperation in einem herausfordernden Umfeld weiter zu tragen. Denn nur gesunde Athletinnen und Athleten können Spitzenleistungen erbringen. Mit der Sportmedizin Ulm hat der LRVBW dafür auch weiterhin einen starken Partner an seiner Seite.

Eine Reise durch die Regattenszene

TEXT: ELIA NASSAR
FOTO: AUS DEN VEREINSARCHIVEN

1836 fand in Hamburg die erste Ruderregatta auf deutschem Boden statt. Von der Elbe aus verbreitete sich die Faszination für das Regattarudern rasch und machte auch vor den Flüssen und Seen Baden-Württembergs nicht halt. Der folgende Artikel soll einige unserer ehemaligen Regattastrecken aufleben lassen und einen Blick in die Vergangenheit wagen.

Stuttgart
Die erste Station unserer Tour durchs Ländle führt uns direkt in die Hauptstadt. Schon 1883 wurde hier eine „Amateur-Ruder-Regatta" für die umliegenden Rudervereine aus Heidelberg, Nürnberg, Heilbronn, Karlsruhe und Straßburg veranstaltet. Zuerst ging es 1300m auf dem Neckar flussabwärts und nach einer Wende für die letzten 500m flussaufwärts. Das Konzept setzte sich allerdings nicht durch und schon bei der zweiten Auflage der Regatta 1889 wurde ohne Wende gerudert. Der Veranstalter war damals der Stuttgart-Cannstatter Ruder-Club „Neckar", der das Event 1892 und 1896 wiederholte.

Seit 1913 wurde die Regatta erstmals von der Stuttgarter Rudergesellschaft ausgerichtet. Unterbrechungen gab es nur während der Weltkriege und dem Wehrumbau 1929, als das Wasser für eine Regatta fehlte.

Gerudert wurde im Henley-Stil auf zwei Bahnen im K.O.-System von der Neckarbrücke Obertürkheim bis zur Untertürkheimer Brücke, wieder auf 1800m. Ausgeschrieben waren 10 Rennen mit etwa 20 teilnehmenden Vereinen. Die Festschrift der Stuttgarter RG spricht von 12.000 bis 15.000 Zuschauern. Ab 1934 wechselten sich die Stuttgarter Vereine mit der Ausrichtung der Regatta ab.

Nach dem zweiten Weltkrieg lief die Regatta 1951 wieder an und wurde bis 1963 jährlich durchgeführt. Inzwischen nahmen etwa 900 Ruderer aus 37 Vereinen teil und die Strecke wurde auf unsere heutige Distanz von 2000m verlängert. Später fanden noch einige Herbstregatten auf dem Max-Eyth-See in Cannstatt statt. Heute gibt es natürlich noch die hart umkämpfte „Kanne" als Stuttgarter Stadtachterregatta.

Lauffen
Einige Kilometer flussabwärts lässt sich in Lauffen eine Regattastrecke auffinden, die die meisten Leser:innen noch kennen dürften. Hier fanden 2010 als letzte Regatta die Landesmeisterschaften statt, die heute in Breisach ausgetragen werden.

1932 wurden hier anlässlich der Bootshauseinweihung zum ersten Mal Rennen gerudert. Die Regatta fand im August statt, ein heute undenkbares Datum. In den 50er und 60er Jahren wurde eine Gemischte Regatta über 500m veranstaltet.

Von 1970 bis 1973 fand hier über 1500m der Vorläufer der heutigen Münchener Juniorenregatta statt. Nach einer Regattapause Ende der 70er wurde dann über die gesamten 80er und 90er Jahre der Schüler-Landesentscheid für „Jugend trainiert für Olympia" ausgerichtet – dieses Jahr findet sich diese Veranstaltung nur ein paar Kilometer flussaufwärts in Marbach wieder.

Ende der 90er und Anfang der 2000er wurden in Lauffen die Baden-Württembergischen Landesmeistertitel ausgegeben.

Heilbronn
Ein weiteres kurzes, kurviges Stück neckarabwärts befindet sich die Stadt Heilbronn. Hier fing man schon 1884, nur fünf Jahre nach Gründung der „Ruderschwaben", an, Regatten zu veranstalten. Bis zur 34. Ausgabe im Jahre 1932 wurde auf dem nicht kanalisierten Neckar über 2000m oder 3000m, teilweise mit Wende, gerudert. Das Ziel lag üblicherweise unterhalb des damaligen Bootshauses in der Badstraße.

1933 wurde der Kanal fertiggestellt, woraufhin die 35. Heilbronner Ruderregatta erstmalig im Kanalhafen stattfand. Seitdem wurde

Neckarelz, an der 800mMarke

Regattaheft Radolfzell

nur noch über 2000m gestartet. Als Vorbild der großen Internationalen Ruderregatta Mannheim gab es auch hier einen Regattazug, der die Rennen am Ufer begleitete.

In den folgenden Jahren wurde die Regatta regelmäßig ausgerichtet und der Kanalhafen wurde auch zum Schauplatz Deutscher Meisterschaften. 1968 mussten diese aufgrund von Hochwasser spontan nach Duisburg verlegt werden.

Danach fand, bis auf die Jubiläumsregatta anlässlich des 100-jährigen Bestehens der Heilbronner RG Schwaben 1979, kein weiterer Regattabetrieb statt.

Neckarelz
Zwischen Kraichgau und Odenwald angelangt kommen wir nun nach Neckarelz.

1952 wurde hier drei Jahre nach Vereinsgründung das erste Mal eine Regatta ausgerichtet. Bis 1970 trafen sich neben den nächsten Nachbarn auch Vereine von Isar, Main, Nahe, Mosel und Donau an einem Sonntag im Juni oder Juli zum Wettrudern. Gerudert wurde zwischen der zerstörten ehemaligen Eisenbahnbrücke und der Obrigheimer Brücke auf vier Bahnen über 1000m und 1500m.

Neben der sicherlich spannenden Ruderrennen wusste man in Neckarelz schon damals, wie man eine Show darbietet. Als Beiprogramm sausten Wasserskiläufer über die Strecke und bei Anbruch der Dunkelheit verwandelten Kanuten mit Lampions den Fluss in eine malerische Szenerie. Ein Feuerwerk zum Abschluss der Regatta gab es natürlich auch noch. Ist das vielleicht der entscheidende Kick, der den heutigen Regatten noch fehlt?

Eberbach
Am Neckarkilometer 58 befindet sich die letzte Station ehemaliger Neckarregatten – die Rudergesellschaft Eberbach. Von Anfang der 60er bis Anfang der 90er Jahre wurden hier zahlreiche Regatten ausgetragen.

Das Ziel befand sich immer am Kilometer 57 beim Eberbacher Freibad. Als Regattabesucher durfte man hier kostenlos duschen, baden und die Rennen verfolgen. Gerudert wurde über 1000m, 1500m und 2000m mit variierender Startlinie. Unter anderem fand hier der Landesentscheid für „Jugend trainiert für Olympia“ statt.

Karlsruhe
An der Neckarmündung angekommen geht es direkt den Rhein hoch nach Karlsruhe. Seit Ende der 50er bis Ende der 60er wurde hier eine gemischte Regatta ausgerichtet. Damals noch ohne Hochwassersperre am Hafeneingang! Gestartet wurde an der Anlegestelle des Fahrgastschiffs nach Speyer mit dem Ziel unmittelbar vor der Zufahrt zum Rhein. Über 800m und 1000m kämpften hier vor allem „Jungmänner“ (heutige U23-Klasse) um den Sieg im Hafen. Die Regatta fand meist an einem Juni-Wochenende vor der Lauffener Ruderregatta statt. Mit Teilnehmern aus Bayern, Baden-Württemberg, Hessen, Rheinland-Pfalz und dem Saarland zog die Fächerstadt (wobei davon im Rheinhafen jede Spur fehlt) ganz Süddeutschland an.

Rastatt
Etwa zehn Rheinkilometer flussaufwärts und einmal links abgebogen in den Altrheinarm mit dem wunderbaren Namen „Goldkanal“ befindet sich der Ruder-Club Rastatt 1898.

Ende der 60er fand hier erstmalig der Landesentscheid für Jungen und Mädchen statt. Über 120 Aktive maßen sich hier über 1000m auf dem Goldkanal, um sich

Achterrennen in Radolfzell

Achterrennen
in Rastatt

neben den Raststätter Kiesbaggern für den Bundesentscheid zu qualifizieren.

Bodensee

Von Rastatt aus den Rhein hoch durch den Ober- und Hochrhein liegt die letzte Station dieser Regattatour, der Bodensee. 1961 entschied sich der Überlinger Ruderclub „Bodan" eine interne Regatta mit den Nachbarvereinen aus Konstanz und Friedrichshafen auszurichten. Nach vier erfolgreichen Jahren nahmen ab 1965 auch weitere Vereine aus dem Bodenseeraum teil. Die Veranstaltung erreichte 1966 mit 150 Ruderern ihren Höhepunkt.

Gestartet wurde über 1000m direkt vor dem Überlinger Bootshaus. Doch das Risiko durch Wind und Welle aufgrund der dem Westwind frei ausgesetzten Regattastrecke wurde zu hoch, weshalb die Regatta nicht mehr in Überlingen ausgetragen werden konnte.

Die Regattafahrer aus Radolfzell, Überlingen und Konstanz wollten nicht aufgeben und verlagerten die Regattastrecke 1971 an das Trainingsrevier des „Bodenseevierers", der 1972 in München Gold holte. Hier war man durch die Lage unterhalb der Reichenau vor dem Westwind geschützt. Auf 500m wurde dort dann bis 1973 eine Herbstregatta für die umliegenden Bodenseevereine ausgetragen.

Doch auch dieser Standort hielt nicht lang, da der Aufwand an der Reichenau schlicht zu groß war. Schließlich ist dort keiner der ausrichtenden Rudervereine direkt ansässig. Also entschied man sich 1974, die Regatta nach Radolfzell zu verlegen. Die Streckenlänge blieb mit 500m gleich. Die Veranstaltung erfreute sich großer Beliebtheit und zog Vereine aus ganz Baden-Württemberg, Österreich und der Schweiz an. Ende der 80er nahmen aus Tschechische Rudervereine teil.

Die Regattastrecke hatte sechs Bahnen (Platz ist auf dem Bodensee ja genug!) und verfügte über ein Halbalbano-System.

Ende der 80er führte dann das Seegras vermehrt zu Problemen. Die Strecke musste jährlich freigemäht werden, was der örtlichen Fischerei nicht gefiel.

Schließlich wurde die Regatta zur großen Last für die wenigen Veranstalter und das Seegras erwies sich als immer größere Hürde, sodass die Regatta 1988 das letzte Mal stattfand.

Ein großer Dank für die zahlreichen Informationen geht an:
Steffen Jacob, Sascha Hermann, Axel Fütterer, Leon Rupp, Manfred Maier, Maximilian Pawlik, Peter Sigmund, Rainer Wollenschneider, Bernhard Strauch, Bernd Kuhn, Johannes Breitenbach, Bernhard Münzing und Dietrich Besch.

Elia Nassar

50 Jahre Landesruderverband BW

- wir gratulieren herzlich!

Rudern steht für Bewegung, Gemeinschaft und Naturverbundenheit und zeigt, wie Sport zur nachhaltigen Zukunft beitragen kann. Gemeinsam übernehmen wir Verantwortung.

naturenergie

Bootswerft Empacher in Baden-Württemberg

TEXT: FRANK GÜNDER
FOTO: EMPACHER

Am 18. Dezember 1923 gründete Willy Empacher im Alter von 21 Jahren in Königsberg/Ostpreußen eine Werft mit dem Auftrag, drei Segelyachten zu bauen. Später, drei Jahre nach Kriegsende, mit Inflation und Weltwirtschaftskrise: Es war alles andere als ein leichter Anfang. Die ersten Jahre mit seinem damaligen Partner Wilhelm Karlisch mussten unter großen persönlichen Opfern der beiden überbrückt werden. Aber aufgeben kam nicht in Frage. Die gute Arbeit hatte Erfolg, denn der gelernte Bootsbauer und späterer Obermeister der Innung Hessen, Willy Empacher, fertigte in Königsberg alles, was eine klassische Bootswerft leisten konnte: neben Motor- und Segelyachten auch Eissegler, jedoch nur selten Ruderboote. Und in den 30er Jahren führte er schon die größte deutsche Bootswerft östlich von Berlin mit über 100 Mitarbeitern. Während des Krieges wurden, wie überall in Deutschland, Marine- und Pionierboote gebaut.

1945 flüchtete die sechsköpfige Familie auf dem Wasserweg von Ostpreußen nach Schleswig-Holstein und gelangte 1947 auf der Suche nach einem festen Standort ohne Hab und Gut nach Eberbach.

Mit einfachsten Mitteln gelang es Willy Empacher, eine neue Existenz aufzubauen. Er konnte die anfangs gemietete Bootswerft Seibert übernehmen. Reparaturen und kleinere Neubauten für die Mannheimer und Heidelberger Vereine waren der Anfang des Ruderbootbaus in Eberbach. Erst 1952 wurde der erste Renn-Gig-Achter in Klinkerbauweise und 1953 das erste Rennboot aus Sperrholz gebaut und die erste neue Werkshalle in der Neckarstraße auf eigenem Gelände errichtet.

Die ersten Rennboote hat man noch aus dünnem Birken Sperrholz über Mallen beplankt und mit Kupfernägeln zusätzlich filigran auf Kiel und Gondelleiste genagelt. In den 1960iger Jahren hat Willy Empacher begonnen Rennbootschalen aus mehreren Zedernfurnieren unter einer Vakuumdecke über einem Holzpositivblock in Form zu verleimen.

Diese formverleimten Zedernholzrennboote waren Ihrer Zeit weit voraus und waren in den 1960iger Jahren herausragend in Stabilität, Langlebigkeit und Qualität. Dieter Empacher, jüngster Sohn von Willy Empacher, gelernter Bootsbauer und studierter Schiffbau Ingenieur, arbeitete von 1964 bis 1966 in der Werft. Er überarbeitete und zeichnete alle Rennbootsrisse neu. Er entwickelte zusammen mit dem erfolgreichen Einerfahrer Jochen Meißner ein neues Einer Design. Diese Boote wurden als Halb-Delphin bezeichnet.

Nach 21 Jahren in Eberbach gelang es nun 1968 schließlich der große internationale Durchbruch mit dem Gewinn der olympischen Silbermedaille im Einer in Mexiko durch Jochen Meißner. Danach nahm die Produktion der formverleimten Holzrennboote aus Zedernholz unter dem Bootsmeister Kurt Pahl einen stürmischen Verlauf und war bis Mitte der 80er Jahre die tragende Säule der Firma.

Bereits ab Anfang der 50iger Jahre kaufte Willy Empacher sehr weitsichtig Grundstücke auf der gegenüberliegenden Rockenauer Neckarseite an. Er erkannte früh, dass der Expansionsraum für die Werft in den Keitländern auf der Eberbacher Neckarseite durch den Bau der geplanten Bundesstraße sehr eingeschränkt ist.

Im Jahre 1955 wurde erstmals mit Kunststoff in Zusammenarbeit mit der BASF in Ludwigshafen experimentiert. Das weltweit erste Kunststoff-Ruderskiff aus Polyester entstand 1956.

1968 erfolgt die Errichtung der ersten Werkhalle für Kunststoffboote auf der gegenüberliegenden Rockenauer Seite. Leo Wolloner wurde auf der neuen Kunststoffseite als Meister eingesetzt. Unter Verwendung von Epoxidharzen wurden erste Experimente unternommen leichte Kunststoffrennbootsschalen zu fertigen.

In München gewann 1972 der „Bullen- oder Bodensee-Vierer mit Steuermann" die erste Goldmedaille in einem Kunststoff-Ruderboot. Dies war zugleich das erste renntaugliche Kunststoffboot in Wabenbauweise.
Damit war der moderne Bootsbau eingeläutet und aus den anfänglichen empirischen Versuchen mit seinerzeit noch „exotischen" Materialien ist heute der Stand der Technik geworden. Und „ganz nebenbei" schrieb Empacher das Standardwerk „Der Bau von Kunststoffbooten", das vielen Bootsbauern den Einstieg in das neue Material erleichterte, nicht aus Geltungsbedürfnis, sondern weil er die Weitergabe von Wissen an Kollegen für selbstverständlich hielt und auch den Zusammenhalt der Bootsbauer als eine seiner Aufgaben ansah.

Die Zweite Generation

Hans Empacher, ältester Sohn von Willy Empacher, studierte Jura und arbeitete als Jurist in der Luft- und Raumfahrtindustrie bei Messerschmidt-Bölkow-Blohm (MBB), der heutigen DASA. Für Hans Empacher war die Bootswerft seines Vaters bis 1970 eher ein Hobby. Mit seinen 70 Jahren konnte und wollte Willy Empacher den immer noch wachsenden Handwerksbetrieb nicht mehr weiterführen. Da keines seiner Kinder bereit war, die Nachfolge anzutreten und als einzige Alternative nur der Verkauf blieb, übernahm Hans Empacher die Geschäftsführung und die Geschäftsanteile des Handwerksbetriebs. Er förderte das Know-how im Kunststoffbootsbau, indem er seine Kontakte von MBB mit der Bootswerft verknüpfte. Die Rationalisierung des Betriebs schaffte er mit dem Neubau der Holzwerft 1977.

Die Kunststoffabteilung wurde 1982/83 durch einen Neubau von Verwaltung und Produktion erweitert. Diese entsprach somit etwa der Größe der Holzwerft. Jürg Heckmann wurde 1983 auf der Kunstoff-Werft Produktionsleiter. Entwicklungstechnisch waren die Holzrennboote etwa ab Mitte der 80er Jahre unterlegen, so daß die Expansion der Kunststoffwerft erneut anstand. 1989/90 wurde der heutige Neubau der Kunststoffwerft projektiert und der erste Bauabschnitt als eigenständiger Werftbetrieb errichtet.

Hans Empacher verstand es, bis zu seinem Tode 1996, trotz der beruflichen Doppelbelastung, die Geschicke des Betriebs

in wirtschaftlich guten und schlechten Zeiten mit Risiko und Innovationsbereitschaft positiv zu lenken.

Die dritte Generation

Helmut Empacher studierte Wirtschaftsingenieurswesen an der TH Karlsruhe. Nach dem Studium war er bereits ein Jahr (1983) in Eberbach tätig, bevor auch er zum Technologiekonzern MBB wechselte. 1987 kehrte er als Geschäftsführer in die Bootswerft Empacher nach Eberbach zurück. Sein erster großer Erfolg war die Neuentwicklung des Achters K82.

In Zusammenarbeit mit Ralf Holtmeyer zeichnete Dieter Empacher den neuen Wegweisenden Achter K82. Ralf Holtmeyer führte 1988 den Deutschland-Achter in dem neuen Boot nach 20 Jahren wieder zur olympischen Goldmedaille in Seoul.

Rainer Empacher studierte Architektur in Italien und trat 1988 in die Firma ein. Er nahm im Verkauf individuelle Kundenberatung, Marketing und Vertriebsaufgaben sowie die Organisation des Regattaservices und vieles mehr wahr. Maßgeblich war er bei den beiden Neubauten, des Zentralbaus von 1989/90 und den Erweiterungsbaus 1997, beteiligt. Helmut und Rainer sind ab 1996 gemeinsam geschäftsführende Gesellschafter der Werft.

Ein hochmodernes Konstruktionsbüro wurde eingerichtet. Dieter Empacher, Bruder von Hans und Onkel von Helmut und Rainer, erfolgreicher Schiffbauingenieur in den USA, war hier jedes Jahr von 1988 bis 2024 einige Wochen tätig und setzt die Anregungen der Geschäftsleitung von Trainern und Sportlern aus der Regattasaison in erfolgreiche neue Risse um. Das Büro ist stets mit einem Ingenieur und einem Techniker besetzt. Zwei neue Bootsformen werden im Schnitt jährlich entwickelt und zahlreiche Details kontinuierlich weiterentwickelt.

Die 2000er Jahre

Ende der 1990iger Jahre beginnt die Entwicklung von Aluminium- und Carbon-Flügelauslegern. Unter Verwendung von stärkeren Waben gelingen die ersten hochfesten Rennboote ohne die traditionellen Spanten.

Ab 2008 spezialisiert man sich nur noch auf den reinen Rennruderbootsbau. Der Bau von Wander-Booten und Polyester-Booten wird aus Platzgründen in der Werft eingestellt. Im Jahr 2011 wird ein Autoklav gekauft um komplexe Carbonbauteile wie Carbon Flügelausleger, Stemmbretter und Rollsitze herzustellen unter der Verwendung von Carbon Prepreg Fasern. Die Anzahl der im Autoklav hergestellten Bauteile steigt sehr schnell an und macht ab 2020 die Anschaffung eines NC-Cutters notwendig. Die Investitionen in der 90iger Jahren tragen jetzt Ihre Früchte.

Über mehr als 30 Jahre ist die Werft jährlich präsent auf ca. 20 Regatten im In- und Ausland mit einem qualifizierten Regattaservice. An allen Weltmeisterschaften, Weltcups und Olympischen Spielen wird ein großer Anteil Empacher Boote gefahren. Die enge Zusammenarbeit mit Verbänden, Trainern und Sportlern wächst kontinuierlich und verfestigt sich.

Direktes Umsetzen von Kundenwünschen und die mittlerweile langjährige Erfahrung

der Bootswerft führt zu mehr Innovationen in der Weiterentwicklung der gelben Empacher Boote.

Empacher exportiert nun seit über 40 Jahren Rennboote in die ganze Welt

Der Exportanteil der Produktion liegt bei ca. 75%. Seit dem Tod von Rainer Empacher im Jahre 2018 führt Helmut Empacher die Geschäfte alleine. Die Belegschaft ist kontinuierlich gewachsen und seit einigen Jahren stabil bei knapp 100 Mitarbeitern.

Bedingt durch die Räumliche Nähe und stetigen Kontakt wurde der Landesruderverband Baden-Württemberg einer der größten Kunden der Bootswerft Empacher. Der Landesruderverband Baden-Württemberg kauft im Durchschnitt jährlich ein Boot bei der Bootswerft Empacher und genießt deswegen auch sehr günstige Konditionen. Die Beziehung zwischen der Werft und dem Vorstand sowie der Sportlichen Leitung im LRV haben sich über die vielen Jahre weit mehr als eine geschäftliche Beziehung hinaus entwickelt.

Die Bootswerft Empacher freut sich auf weitere 50 spannende und interessante Jahre mit dem Landesruderverband Baden-Württemberg.

Holzrennboote aus Zedernholz waren bis Mitte der 80er Jahre die tragende Säule der Firma.

Schulrudern von den Anfängen des LRVBW bis Ende der 80er Jahre

TEXT: KARLHEINZ WILLE
FOTOS: AUS DEN ARCHIVEN

Als sich im Herbst 1975 die drei Landesverbände Baden-Süd, Baden-Nord und Württemberg zum LRVBW zusammenschlossen, war das Rudern an den baden-württembergischen Schulen noch recht unstrukturiert.

Jubiläen, hier 50 Jahre LRVBW, sind immer Anlass zur Rückschau, aber auch zur kritischen Bestandsaufnahme und zukünftiger Vorausschau. Dabei spielen immer auch die Sichtweisen und Haltungen des jeweiligen Berichterstatters eine Rolle, so dass solche „Chroniken", wie alle Zeitzeugenberichte, perspektivisch gefärbt sind. So auch im vorliegenden Bericht.

Nach erfolgreichem Abschluss meines Lehramtsstudiums in den Fächern Biologie und Sport an der Universität Heidelberg wurde ich 1973 zum Referendariat an das Hohenstaufen-Gymnasium in Eberbach versetzt. Gleichzeitig begann meine Trainertätigkeit bei der RG Eberbach. Was lag also näher als die Einrichtung einer Ruder-Arbeitsgemeinschaft. Zu der damaligen Zeit war die Sportart „Rudern", zumindest in Baden-Württemberg, im herkömmlichen Sinn, noch nicht in den Schulsportkanon aufgenommen. Deshalb erarbeitete ich im Rahmen meiner Staatsexamensarbeit einen methodischen und didaktischen Unterrichtsverlauf mit den organisatorischen Möglichkeiten im Rahmen einer Ruder-AG.

Dabei ist mir so richtig bewusst geworden, welche Vorteile/Vorzüge unsere Sportart gegenüber dem traditionellen Schulsport aufweist. Hier einige Beispiele:

Rudern besitzt erfahrungsgemäß eine große Anziehungskraft auf die SchülerInnen. Gründe dafür sind einerseits in dem anspruchsvollen Sportgerät und zum anderen in der Bewältigung eines fremden Elementes mit diesem Gerät zu suchen. Weiter: Die Sportart Rudern, die sowohl freizeiterfüllende Aktivitäten bis ins hohe Alter als auch Wettkampf- und Leistungssport erlaubt, zeigt also ausgezeichnete Voraussetzungen, um zur Vervollständigung der Inhalte des Schulsport-Curriculums beizutragen.

Rudern genügt den Anforderungen, die man im Allgemeinen an eine Schulsportart stellt, denn es werden wichtige Aufgaben und Ziele des Sportunterrichts erfüllt. Soziales Verhalten wird beispielsweise dadurch aktiviert, dass sich die SchülerInnen, stärker als in anderen Mannschaftssportarten, in eine Gemeinschaft einfügen müssen. So bedarf es eben beim Transportieren eines Bootes der Mithilfe der ganzen Mannschaft, genauso wie das Nichterscheinen eines Mannschaftsmitgliedes die Ausübung der Sportart verhindert.

Die Mitverantwortung der SchülerInnen wird insofern beansprucht, als sie sich oftmals allein und ohne direkte Kontrolle durch den Lehrer auf dem Wasser befinden und sich also aus eigenem Antrieb heraus verhalten müssen.

Setzt man die Möglichkeiten des Transfers voraus, so können sich die genannten Eigenschaften, verbunden mit einer gewissen "Härte", die im Rudern erworben wurde, auf andere Sportarten oder gar Lebensbereiche auswirken.

Dass das Schulrudern Beginn einer erfolgreichen rudersportlichen Karriere sein kann, zeigt der Leistungsverlauf von Andreas Schmelz von der RG Eberbach. Er begann 1974 als Landessieger im Leichtgewichts-Jungen-Einer und führte zu mehreren Deutschen Meisterschaften im Doppelzweier und zum 4. Platz bei der Olympiade 1984 in Los Angeles.

Im Jahr 1969 rief das Magazin „Stern" mit der Deutschen Sportjugend, dem Sportausschuss der Kultusminister-Konferenz, den Schulsportreferenten der Bundesländer und dem Berliner Senat den Wettbewerb "Jugend trainiert für Olympia" ins Leben. Dieses Gemeinschaftswerk sollte einerseits gezielte Talentsuche und Talentförderung in Schule und Sportverein ankurbeln, andererseits dem Schulsport in seiner ganzen Breite neue Impulse geben. Für die Endkämpfe der Landessieger war Berlin (West)- auch als Bekenntnis zur geteilten Stadt- ausgewählt worden.

Die RG Eberbach übernahm 1974 schon zum vierten Mal unter der bewährten Regattaleitung von Manfred Wagner die Ausrichtung der Schüler-Landesmeisterschaft. Durch ein Neckarhochwasser wurden auch einmal kurzfristig die Landesmeisterschaften nach Karlsruhe in den sicheren Rheinhafen verlegt.

1974 und 1975 durfte ich als verantwortlicher Trainer meinen Schülerinnen Doppelzweier (Gabriele Rumstadt und Angela Weber) als Landessiegerinnen nach Berlin begleiten. Das war schon ein Erlebnis. Durch die Teilung Deutschlands und den besonderen Status von West-Berlin war die Logistik sehr herausfordernd. Das gesamte Bootsmaterial musste auf dem Landweg durch die DDR transportiert werden. Diese Leistung meisterte der damalige Landestrainer Manfred Schilling mit seiner Mannschaft hervorragend. Die Anreise erfolgte per Flugzeug, für viele damals der erste Flug. Die Rückreise geschah per Bus, auch hier mit anschaulichen Erfahrungen mit innerdeutschen Grenzkontrollen, die oft ruppig ausfielen.

Dennoch brannten sich nachhaltige Erlebnisse ins Gedächtnis ein: der obligatorische Besuch der Berliner Mauer am Brandenburger Tor, als Sinnbild der damaligen Teilung Deutschlands, die ehrwürdige Regattastrecke in Gatow, das imposante Olympiastadion, die vielfältigen Stadt- und Seerundfahrten mit allen Berliner Sehenswürdigkeiten und natürlich die überwältigende Abschlussfeier mit den gesamten vertretenen Sportarten in der Deutschland-Halle. Sehr schöne Erinnerungen bleiben auch von den außerordentlich gemütlichen „Abendsitzungen" bei Fachgesprächen mit „OPA" Fritsch, Vater von Dr. Wolfgang Fritsch.

Diese „Zutaten" durfte ich bis 1989 fast jährlich genießen. Nach 1974 mit dem Hohenstaufen-Gymnasium ging es mit der Wilhelm-Hauff-Realschule Bad Rappenau 1978 (Steffen Ebner, Markus Baden, Martin Lang, Roland Bordt und Stm. Martin Barth) als Sieger im Vierer m. Stm. weiter. Im gleichen Jahr hatte sich die Realschule Obrigheim im Doppelzweier (Axel Fütterer, Ralf Alfeld) qualifiziert und erreichte in Berlin den zweiten Platz. Weitere sechs Mal starteten Mannschaften des Auguste-Pattberg-Gymnasiums beim Finale in Berlin. Dabei errangen 1982 den 2. Platz im Vierer mit Stm. Stephan Ebser, Markus Haas, Jürgen Mohr und Peter Safaricz mit Stm. Thomas Speck und 1983 in der gleichen Besetzung mit dem Stm. Markus Safaricz den dritten Platz. Mein Abschied von Berlin kam mit dem 3.Platz des Schülerinnen Vierers mit Stfr. (Tanja Falkenhain, Monika Pukazki, Sandra Sensbach, Alexandra Stiedl, Stfr. Melanie Kalbantner).

In den folgenden Jahren nahm das Schulrudern an Fahrt auf und unter der langjährigen Verantwortung von Hebert Krapf als Beauftragter des Schulruderns entwickelten sich diese Aktivitäten prächtig.

Die Meldezahlen legten zu, so dass mit den zahlreichen Starts die Regattabahnkapazitäten erhöht werden mussten. So fand der erste Schulrudertag im Juli 1980 in Lauffen/N. statt. Bis Ende der 80zider blieb dieser Landesentscheid unter der bewährten Leitung des Regattaleiters Peter Henes traditionell in Lauffen/N. Schließlich wurde das Landesfinale im Schulrudern Teil der baden-württembergischen Landesmeisterschaften, ausgetragen in Breisach/Rhein.

Mit 36 Schulen aus ganz Baden-Württemberg hatten sich 66 Boote mit 276 Teilnehmern zu den 16 Wettbewerben beim ersten Schulruder-Tag 1980 in Lauffen/N. gemeldet. Zusätzlich zu den Rennen fand eine Breitensportveranstaltung am Nachmittag statt. Dabei ging es ohne Erfolgsdruck darum, möglichst viele Schüler und Schülerinnen auf die 10 km Langstrecke zu bringen. Von 336 RuderInnen konnte sich das Auguste-Pattberg-Gymnasium Neckarelz in allen drei Kategorien: Schülerinnen-, Schüler- und größte Gesamtzahl als Sieger eintragen. Auch 1981 verteidigte das APG diese drei Pokale. Weitere Erfolge kamen später noch auf das Konto des APG.

Im Schuljahr 1974/75 wurde ich an das Auguste-Pattberg-Gymnasium nach Neckarelz versetzt. Dort habe ich mit der Erfahrung aus meiner Eberbacher Zeit eine Ruder AG aufgebaut, die bis 1996 bestand. In dieser Zeit erlebte der RC „Neptun" Neckarelz seine Hochzeit im Rennrudern, sicher auch eine Auswirkung des Schulruderns. Inzwischen erwarb ich den Trainer-A-Schein des DRV und bekleitete von 1980 bis 1990 die Stelle des Landes-Honorar-Trainers. Ab 1990 übernahm ich beim LRVBW das Referat Talentsuche/Talentförderung.

Damals führte der LRVBW die Skilanglauf-Lehrgänge in Furtwangen/Herzogenhorn für C-Kader Angehörige in der hallenfreien Zeit während der Weihnachtsferien ein, an die sich heutige Sportfunktionäre (z.B. Sascha Hustoles) noch sicher gut erinnern können. Während dieser Referatstätigkeit gelang es mir auch1992 mit der Sportakademie Ludwigsburg mit Hermann Kurz eine Lehrerfortbildung im Rudern am Landesleistungszentrum Breisach/Rhein zu organisieren. Unser damaliger Landestrainer K.-D. Epfel Günther begleitete diese Maßnahme, die großen Zuspruch seitens der Lehrerschaft erfuhr. Daraus entstanden in der Zukunft viele neue Schulruder-Standorte.

Ebenfalls 1992 wurde ein Vorbereitungslehrgang für alle zum Bundesfinale qualifizierten Mannschaften, ebenfalls unter der Leitung des Landestrainers K.-D. Günther, durchgeführt. Diese Vorbereitung gab den Beteiligten große Motivation für die Endläufe in Berlin.

1996 organisierte ich mit der Sportschule Schöneck einen Schüler-Mentoren Lehrgang mit dem Ziel, Mithelfer für die Vereine aus der Schülerschaft zu gewinnen. Auch diese Maßnahme erwies sich als Erfolg, so dass 1998 ein weiterer Mentoren-Lehrgang unter der Mitarbeit des Kollegen Harald Galster an unserem Leistungszentrum in Breisach stattfand.

Zweifacher Landesmeister beim Landesfinale und Vizemeister beim Bundesfinale 1982 im Wettbewerb „Jugend trainiert für Olympia“ im Vierer mit Steuermann. V.l. Stephan Ebser, Markus Haas, Jürgen Mohr, Peter Safaricz, Steuermann Markus Safaricz mit Trainer Karlheinz Wille

Auch fand das Kooperations-Modell Schule-Verein immer mehr Beachtung, zumal es dafür finanzielle Unterstützung gab, wie für die ebenfalls vom Landessportverband unterstützten Fördergruppen. Auch eine weitere Entscheidungshilfe für die Vereine, die davon profitierten.

In den oben geschriebenen Zeilen habe ich versucht als Zeitzeuge die damalige Situation des Schulruderns und dessen Entwicklung zu beschreiben. Natürlich gefärbt durch Schlüsselerlebnisse und Erwähnung bemerkenswerter Begleiter der damaligen Zeit, die in der Kürze sicher unvollständig bleiben müssen.

Bei uns Ruderern ist es schon sportartgebunden, viel dort hinzuschauen, wo man herkommt. Dennoch haben wir das Ziel fest im „Blick“. Im übertragenen Sinn heißt das hier, welche Erfahrungen, welches Fazit, welche Schlüsse und Erkenntnisse kann man aus einem solchen Rückblick ziehen bzw. gewinnen? Unbestritten gilt das Schulrudern als Reservoir, um Rudernachwuchs an die Vereine zu binden. Wo immer auch die sächlichen Verhältnisse es erlauben, sollten wir als Ruderer dafür sorgen, Schulrudern zu ermöglichen.

Als pädagogisch hervorragende Sportart müssen wir uns dafür einsetzen, das Rudern stärker in der Lehrer-Ausbildung zu verankern. Hierbei sollte jede Werbemöglichkeit seitens des LRVBW äußerst wirkungsvoll genutzt werden. Spezielle Angebote an die Lehrer-Ausbildungsstätten und Lehrer-Seminare gilt es werbend einzusetzen.

Sicherlich einen hohen Wirkungsgrad besteht im Erreichen der Universitäten, Hochschulen und die DHBW im Land. Bestes Beispiel hierfür: die Wirkung von Dr. Wolfgang Fritsch, ehemals Uni Konstanz. Auch die Sportakademien müssten miteinbezogen werden.

Eine Wiederbelebung des Kooperations-Modells Schule -Verein scheint ebenfalls angebracht. Zumal beide Kooperationspartner Vorteile auch in finanzieller Hinsicht bekommen. Die aktuelle Änderung von G 8 zu G 9 fördert sicher diese Bewegung.

Auch gezielte Werbeaktionen durch OlympiasiegerInnen und WeltmeisterInnen an den Schulen könnten viele SchülerInnen für unseren Sport begeistern.

Mögen nun diese „Chronik“ und diese Anregungen dazu dienen, dass auch in der nächsten Jubiläumsschrift das Schulrudern weiterhin einen bedeutenden Stellenwert besitzt.

Karlheinz Wille

Die Superkraft des Sports!

TEXT: PHILIPP GEISSLER

**Der (Ruder)Sport hat eine Superkraft.
Seine Superkraft ist Menschen im Rahmen
bestimmter Regeln spielerisch in Kontakt zu bringen.
Das klingt nicht so besonders, ist es aber:**

Denn, wo sich Menschen zuerst auf der intellektuellen Ebene – man könnte auch sagen am grünen Tisch – begegnen, da werden Sympathien nicht selten danach verteilt, wer einer Meinung ist, oder zumindest gewisse Grundansichten teilt. Auf diese Weise entstehen schnell Wohlfühlgruppen.

Wohingegen sich Menschen zunächst einmal im Rahmen einer körperlichen Anstrengung erleben: sich mühend, heftig atmend, mit sich selbst oder gemeinsam oder mit anderen ringend…, da bewirkt diese Erfahrung eine besondere Form von Nähe – auch für alles Weitere.

„Mit wem Du gemeinsam geschwitzt und vielleicht auch ein bisschen gelitten hast, mit dem redest Du hinterher ganz anders." So hat es Pastor Bernd Schwenkschuster einmal auf den Punkt gebracht.

Das funktioniert sogar bei unterschiedlichem Leistungsniveau. Dadurch, dass ich mein Gegenüber in seiner Angewiesenheit erlebt habe, entsteht, was sich mit dem lateinischen Begriff „compassio" (cum patior / miteinander leiden, miteinander fühlen) so trefflich fassen lässt: Das mitfühlende Bewusstsein für die Situation des Menschen neben mir, der mit seiner Begrenztheit ringt, genau wie ich mit der meinen.

Auf eindrückliche Weise durfte ich das an einem Nachmittag im Ruderverein Marbach erleben. An diesem Nachmittag waren Menschen aus der Politik und dem öffentlichen Leben eingeladen gemeinsam das Rudern auszuprobieren. So kam es, dass Menschen mit ganz unterschiedlichen Haltungen, Begabungen und Sichtweisen gemeinsam in einem Boot unterwegs waren.

Unsere weise Trainerin hielt sich mit Tipps zurück und konzentrierte sich darauf, einen sicheren Rahmen zu bieten in dem wir uns ausprobieren konnten. Was wir in der folgenden Stunde erleben durften, war bei all unserer Verschiedenheit vor allem ein Gefühl der Verbundenheit: nicht kentern, einen Rhythmus finden, das Atmen nicht vergessen und dann – wenn auch langsam – gemeinsam voranzukommen.

Diese Superkraft des Sports versuchen wir auch bei unseren interreligiösen Sportfesten anzuzapfen, bei denen wir Menschen unterschiedlichen Glaubens dazu einladen durch Sport in Bewegung, in Begegnung und auch in den Austausch zu kommen.

Mit wem ich gemeinsam auf dem Platz gestanden, wen ich in seiner Geschöpflichkeit erlebt habe, mit dem rede ich hinterher – wenn es daran geht Gedanken und Meinungen auszutauschen – auf ganz andere, wahrscheinlich respektvolle und vielleicht sogar mitfühlende Weise.

Und ganz ehrlich: Ist es nicht das, was gegenwärtig immer wichtiger wird? Miteinander unterwegs zu sein, mich in die Situation meine Mitmenschen einzufühlen, zu versuchen ihre Sichtweisen zu verstehen – und mir erst dann ein Urteil zu bilden.

Übrigens: Der als Ruderverein gegründete „Club de Regatas Vasco da Gama" war einer der ersten mir bekannten Vereine der ausdrücklich und gegen den Widerstand umliegender Clubs, Menschen verschiedener Hautfarbe aufgenommen hat.

Über den Autor: Pfr. Philipp Geißler ist Geschäftsführer des „Landesarbeitskreis Kirche und Sport Württemberg". Der LAK fördert wertebasierte Arbeit an der Schnittstelle von Sport und Kirchen.

Pfr. Philipp Geißler

„Sportvereine erreichen Millionen Menschen – sie können Vorbilder sein, Multiplikatoren und Gestalter."

Grußwort zum 50-jährigen Jubiläum

GERT RUDOLPH
PRÄSIDENT
BADISCHER SPORTBUND NORD

Der Landesruderverband Baden-Württemberg feiert in diesem Jahr sein 50-jähriges Bestehen – dazu gratuliere ich Ihnen im Namen des Badischen Sportbundes Nord ganz herzlich. Fünf Jahrzehnte gemeinsamer Verbandsarbeit über regionale Grenzen hinweg sind ein starkes Zeichen für Weitsicht, Teamgeist und die Kraft des organisierten Sports.

Die Gründung des LRVBW am 16. November 1975 war das Ergebnis intensiver Gespräche, harter, aber konstruktiver Verhandlungen – und letztlich der Überzeugung, dass man gemeinsam mehr erreichen kann. Was damals als mutiger Schritt begann, hat sich zu einer festen Struktur im baden-württembergischen Sport entwickelt. Bis heute steht der Verband für erfolgreiche sportliche Entwicklung, hervorragende Nachwuchsarbeit und ein starkes Werteverständnis.

Doch das 50-jährige Jubiläum ist nicht nur Anlass zum Rückblick, sondern auch zur Standortbestimmung. Wir leben in einer Zeit tiefgreifender gesellschaftlicher und ökologischer Veränderungen. Der Klimawandel, die Energiekrise, die zunehmende Flächenversiegelung, aber auch Fragen von Nachhaltigkeit und Ressourcenschonung fordern uns alle heraus – auch und gerade den organisierten Sport.

Gerade der Rudersport steht dabei exemplarisch für die enge Verbindung von Natur, Sport und Verantwortung. Denn Ihre Sportstätten – Flüsse, Seen, Uferzonen – sind sensible Ökosysteme. Für Sie als Ruderinnen und Ruderer ist Umweltschutz gleichbedeutend mit dem Schutz Ihrer Sportstätten. Wo Wasser belastet ist, wo Ufer verfallen, wo das ökologische Gleichgewicht kippt, da leidet nicht nur die Natur, sondern auch das sportliche Leben vor Ort. Diese enge Verbindung verpflichtet – und sie macht Ihre Perspektive in der Nachhaltigkeitsdebatte besonders wertvoll.

Im Badischen Sportbund Nord beschäftigen wir uns intensiv mit der nachhaltigen Vereinsentwicklung. Unser Ziel ist es, Vereine zukunftsfähig aufzustellen – ökologisch, ökonomisch und sozial. Dabei geht es um weit mehr als Energiesparlampen oder Photovoltaik: Es geht um die Haltung, mit der wir Vereine führen, um den bewussten Umgang mit Ressourcen, um Bildung und Werte, um gesellschaftliche Verantwortung.

Der Vereinssport kann – und muss – einen Beitrag zum Umwelt- und Klimaschutz leisten. Indem wir Vereinsheime energetisch sanieren, Mobilitätsverhalten überdenken, Veranstaltungen nachhaltig gestalten und unsere Mitglieder für ökologische Themen sensibilisieren, leisten wir einen wichtigen Beitrag. Gleichzeitig ist uns bewusst: Viele Vereine arbeiten am Limit – finanziell, personell, strukturell. Nachhaltigkeit darf kein zusätzlicher Druck sein, sondern muss mit konkreter Unterstützung, Förderung und Umsetzungswissen verknüpft werden.

Die Auswirkungen von Klimakrise und Energieknappheit sind bereits heute spürbar. Vereine müssen ihre Betriebskosten neu kalkulieren, Sanierungen planen, öffentliche Flächen teilen oder sogar um ihre Standorte bangen. Hier sind Politik, Sportbünde und Gesellschaft gemeinsam gefragt. Wir müssen Rahmenbedingungen schaffen, die es Vereinen ermöglichen, nachhaltig zu handeln – ohne ihre Substanz zu verlieren.

Doch so herausfordernd diese Entwicklungen sind, so groß ist auch die Chance: Sportvereine erreichen Millionen Menschen – sie können Vorbilder sein, Multiplikatoren und Gestalter. Wenn wir gemeinsam in nachhaltige Strukturen investieren, schaffen wir nicht nur umweltfreundlichere Vereine, sondern auch resilientere, zukunftsfähige Gemeinschaften.

Ich danke dem Landesruderverband Baden-Württemberg für fünf Jahrzehnte voller Engagement, Leistung und Zusammenhalt. Und ich wünsche Ihnen für die Zukunft Mut, Klarheit und weiter diesen beeindruckenden Teamgeist – beim Rudern wie in der Verbandspolitik. Bleiben Sie auf Kurs – für den Sport, für die Natur, für unsere gemeinsame Zukunft.

Sicher Rudern im LRVBW

TEXT: PETER ROLLER

Warum ist das ein Thema für alle Ruderer?

Der Rudersport ist eine der sichersten Sportarten überhaupt. Schwere Unfälle gibt es nur ganz selten. Aber Unfälle, auch tödliche, geschehen auch beim Rudersport. Eine gute Ausbildung, vorausschauendes Rudern, die Beachtung geltender Regeln, Wetter- und Wasserbeobachtung, regelmäßiges Üben von Rudermanövern können Gefahren mindern und sind eine Voraussetzung für eine sichere Ausübung der Sportart.

Das Befahren eines Gewässers bringt an sich schon Gefahren mit sich, die Ruderern bekannt sein müssen. Zum einen, können Ruderer kentern oder zusammenstoßen, zum anderen üben die meisten Rudervereine ihren Sport auf Schifffahrtsstraßen aus, deren Verkehrsregeln bekannt und die beachtet werden müssen. Aber auch Strömungen, Wind, Wellen, Hindernisse können Ruderer herausfordern, wenn sie unvorbereitet auftreten. Ein besonderes Augenmerk ist auf die Wassertemperatur bei einer möglichen Kenterung zu legen. Unterhalb einer Wassertemperatur von 15 °C kann es für Personen im Wasser gefährlich werden. Jeder der ein Boot besteigt, sollte wissen, was zu tun ist, wenn ein Problem während einer Ausfahrt auftritt oder wenn andere auf oder im Wasser in Not geraten sind. Die notwendigen Manöver müssen sicher beherrscht und gemeinsam ausgeführt werden können. Das setzt voraus, dass sie regelmäßig trainiert werden.

Wichtigstes Manöver im Rudersport ist der schnelle, einseitige Notstopp aus voller Fahrt. Aber auch Regeln für das Fahren in Strömungen, bei Wind und Wellen müssen geübt und beherrscht werden. Wenn die aktuellen Ruderbedingungen nicht für alle Mannschaftsmitglieder geeignet sind, kann es besser sein auf eine Ausfahrt zu verzichten.

Bei Ruderern und Sportlern steht natürlich das positive Erlebnis, die sportliche Anstrengung und die Geselligkeit mit gleichgesinnten Sportlern im Vordergrund. Dabei werden mögliche Gefahren leicht ausgeblendet oder verdrängt. Niemand befasst sich gerne damit, dass er und die Mannschaft bei einer Ausfahrt vielleicht in eine schwierige Situation kommen können. Um Gefahren zu vermeiden, ist es aber wichtig zu wissen, wie man sie vermeiden kann und was bei auftretenden Problemen zu tun ist. Deshalb müssen mögliche Gefahrenquellen im Voraus erkannt, durchdacht und geeignete Gegenmaßnahmen geübt werden. Ruderer müssen sich darauf vorbereiten, wie sie regieren können, wenn ein Boot voll Wasser gelaufen ist, es zu einem Boots- oder Personenschaden auf dem Wasser oder einer Havarie kommt, eine Schiffssirene einen Warnton abgibt oder sich eine hilfsbedürftige Person im Wasser befindet. Deshalb ist es wichtig, dass Sicherheitsthemen feste Bestandteile der Aus- und Fortbildung der Ruderer sind. Rudermanöver für den Notfall sollten von jedem, der in einem Boot sitzt, sicher beherrscht werden. Bereits in einer Ruderschule und schon ab der ersten Ausfahrt sollten diese Punkte thematisiert werden.

Sicherheitsthemen in der Ausbildung sind kein lästiges „Muss“, sondern ein Qualitätsmerkmal der Ausbildungsstätte und des Ausbilders. Vereine können damit ihre Kompetenz in der Ausbildung und im Sportbetrieb hervorheben.

Auf dem Rudertag 2014 des DRV haben die Delegierten der Vereine beschlossen,

Auf was ist zu achten?

Bootshaus	Bootsplatz	Bootssteg	Revierkenntnis	Fahrtordnung	Verkehrsregeln	Bootspflege
Lager, vorstehende Teile, Stolperfallen, Ordnung im Sportraum, Geräte, Elektrik, Treibstoffe, Gasflaschen, Wasser	Penönliche Ausrüstung, Fahrbereitschaft, Material, Eignung der Mannschaft, Hindernisse	An- und Abfahrt, Rutsch- und Stolpergefahr, Zwischenlagerung	Schifffahrt, Gefahrenstellen, Fahrverhalten	Bootsnutzung, Regeln, Überholen, Wenden, Strömung, Verkehr und Verkehrszeichen, Schallsignale, Witterung	Staatliche Ordnungen, aktuelle behördliche Anordnungen, Vereinsregeln	Si<herheits-ausrüstvng, Beschädigungen, Reinigung

Grundlagen für die Sicherheit beim Rudern

Ausbildung	Regeln beachten	Vorbeugen	Bootsmanöver	Notfälle
• Praxis • Theorie	• Schifffahrtsordnung • Gewässerordnung • Fahrtordnung • Ruderordnung • Nutzungsordnung • Wetterbeobachtung	• Gefahren erkennen, vermeiden	• Notstop • Kenterung • Havarie • Ertrinkende	• Defekt • Havarie • Medizinisch

dass jede Mitgliedsorganisation eine Sicherheitsrichtlinie erstellen und umsetzen soll. Im Wesentlichen wurde dort festgelegt, dass die Verantwortung für die Sicherheit unseres Sports jede Verbandsorganisation selbst zu tragen hat. Deren Ausgestaltung hat der Rudertag nur sehr grob umrissen.

In den meisten Vereinen gibt es eine Bootsnutzungs- und Ruderordnung. Eine Fahrtordnung haben aber nicht alle Vereine. In diesen Ordnungen werden Regeln für das Rudern im Verein beschrieben. Sie sagen aber nichts darüber aus, wie man sich im Ruderboot verhalten soll, wenn es auf dem Wasser einmal brenzlig wird. Genau diese Punkte sollen in einer Sicherheitsrichtlinie ausgearbeitet und in der Sicherheitsausbildung unterrichtet werden.

Weiter haben die Delegierten des Rudertags 2014 beschlossen, dass die Mitgliedsorganisationen verpflichtet sind, einen Sicherheitsbeauftragten zu benennen und ab 01.01.2016 nur noch notschwimmfähige Boote zu kaufen und vorhandene Boote entsprechend nachzurüsten.

Sicherheit im Landesruderverband Baden-Württemberg

Der LRVBW hat bereits vor Jahren eine eigene Sicherheitsrichtlinie als Empfehlung für seine Mitgliedsvereine erstellt und sie als Muster für Vereinssicherheitsrichtlinien zur Verfügung gestellt. Sie steht im Internet des LRVBW, im Menü „Vereinsservice“, zum Download zur Verfügung. Neben den Regeln, die auf den Gewässern zu beachten sind, greift sie schwierige Situationen auf dem Wasser auf und gibt Verhaltensempfehlungen für mögliche Reaktionen.

Wesentliche Inhalte der Sicherheitsrichtlinie des LRVBW:

- Verkehrs- und Ruderregeln auf Schifffahrtsstraßen
- Empfehlungen für Ruderer und Wassersportler auf Flüssen und Seen
- Verhaltensempfehlungen für kritische Situationen
- Empfehlungen zur Hilfe bei Notfällen beim Wassersport

Die Sicherheitsrichtlinie ist um individuelle Vereinsregeln zu ergänzen. Der Muster-Quelltext kann zur Weiterbearbeitung (als Quelltext) beim LRVBW angefordert werden.

Darüber hinaus widmet der LRVBW dem Thema Sicherheit eine eigene, umfangreiche Rubrik in seinem Internetportal. Eine vergleichbare Ausarbeitung von anderen Rudersportorganisationen ist in Deutschland nicht bekannt. Mit seinem Engagement für die Sicherheit im Rudersport hat der LRVBW damit in Deutschland eine Vorreiterrolle übernommen. Er ist einer der wenigen Landesverbände, die das Thema „Sicher Rudern“ aufgegriffen und dazu eigene Ausarbeitungen veröffentlicht haben.

Was gehört zur Sicherheit im Rudersport?

Die Sicherheitsbetrachtungen sollten schon beim Betreten des Bootshauses beginnen und beim Verlassen enden. Wer Sicherheit im Rudersport nur für das Wasser betrachtet, schließt wesentliche Unfallursachen im Vereinsleben aus. Häufig gibt es Verletzungen im Bootshaus oder auf dem Bootsplatz, durch hervorstehende Kanten,

„Jeder der ein Boot besteigt, sollte wissen, was zu tun ist, wenn ein Problem während einer Ausfahrt auftritt."

Peter Roller

Schrauben ohne Kappen, defekte Bootsböcke oder -lager, Hindernisse, glatte Flächen in den Sanitärräumen, Mängel bei der Elektroinstallation, Mängel bei der Lagerung von Gefahrstoffen, unsachgemäßer Gebrauch von Werkzeugen. Auch fehlende oder unvollständige Erstehilfekästen sind ein Mangel. Dort wo Vereine Personal beschäftigen, sind sie für die Arbeitsstätte sogar vorgeschrieben.

Aber auch eine vergessene Kopfbedeckung, Trinkflasche oder eine unangemessene Bekleidung können Ursache für Probleme auf dem Wasser sein. Auch medizinische Probleme können während des Ruderns auftreten. Das fängt bei einem Muskelkrampf oder Insektenstich auf dem Wasser an und kann bis zu lebensbedrohlichen Situationen wie einem Atemstillstand gehen. Schnelle, fremde Hilfe kann man auf dem Wasser nicht erwarten. Schon die Alarmierung eines Rettungsdienstes kann schwierig sein. Bis ein Rettungsdienst den Einsatzort auf dem Wasser erreicht, kann es erheblich länger dauern als an Land. Uferwege können oft nicht von Fahrzeugen benutzt werden. Ruderer sind bei Notfällen viel länger auf sich alleine gestellt.

Auch hier kann Vorbeugung essenziell sein. So gehört in jedes Boot (auch bei Fahrten im Heimrevier und im Einer) ein Mobiltelefon in einem wasserfesten Beutel. Ein Notruf kann ohne Zeitverlust abgesetzt werden. Die Ortung des Geräts kann die Standortbestimmung erleichtern. Die FISA und der DRV haben veröffentlicht, was bei einer Ausfahrt im Boot alles mitzuführen ist.

Grundlagen für ein sicheres Rudern

Die untere Grafik auf Seite 49 veranschaulicht, den Umfang des Themas Sicherheit bei der Ausübung des Rudersports. Ein wesentlicher Punkt ist, Gefahrenstellen im Revier zu kennen und Maßnahmen zu empfehlen, wie darauf reagiert werden kann.

Bei den zu beachtenden Regeln haben gesetzliche Bestimmungen Vorrang vor vereinsinternen Regeln. Doch schon bei den Punkten Vorfahrt, Überholen, Verkehrszeichen, … kann es bei Ruderern Unsicherheiten geben. Doch hier gelten auf Schifffahrtsstraßen gesetzliche Regeln, die einzuhalten sind. Die wenigsten Ruder- oder Fahrtordnungen behandeln diese Punkte.

Wie sieht es mit dem Thema Sicherheit in den Vereinen aus?

- Wird jede Ausfahrt von einem geeigneten Bootsobmann geleitet?
- Überprüft die Vereinsführung die Eignung der Bootsobleute?
- Können die Mannschaften die Befehle des Bootsobmanns umsetzen, wenn z. B. die Gefahr einer Havarie besteht?
- Wie verhält man sich im Ruderboot, wenn z. B. im 2- ein Ruder gebrochen ist, das Boot bis zum Waschbord im Wasser liegt oder ein Ertrinkender Hilfe benötigt?

Dies und vieles mehr ist wichtig für die Sicherheit im Rudersport.

Was kann im Ernstfall passieren?

Kommt es zu einer schwierigen Situation auf dem Wasser, kann es schnell zu panikartigen Reaktionen in der Mannschaft kommen. Wenn plötzlich der Rumpf eines Motorschiffs gefährlich nahekommt, können Panik und Angst geeignete Rudermanöver verhindern. Backbord und Steuerbord sind der Mannschaft plötzlich nicht mehr bekannt, jedes Mannschaftsmitglied glaubt besser zu wissen, wie reagiert werden soll. Ein gemeinsames Agieren kann unmöglich werden.

In dieser Situation kommt es entscheidend auf die Eignung und Führungsfähigkeit des Bootsobmanns an. Im Rahmen der Sicherheitsausbildung ist es ein Ziel, solche Situationen vorzudenken, Maßnahmen zu üben, um Panik im Boot zu vermeiden und diese Situationen beherrschbar zu machen. Bootsobleute müssen neben der fachlichen Eignung die Fähigkeit besitzen, in gefährliche Situationen die Mannschaft sicher führen zu können und in der Lage sein ihre Weisungen durchzusetzen. (Gebot der BinSchStrO)

GEMEINSAM IM RHYTHMUS - STEUERBERATUNG MIT WEITBLICK UND STRUKTUR.

Im Rudersport zählt Präzision, Teamgeist und Ausdauer – genau wie in der Steuerberatung.

Mit dem **HWS-Prinzip** aus **Verstehen, Kümmern und Begeistern** setzen wir auf persönliche Betreuung, maßgeschneiderte Lösungen und ein starkes Miteinander.

Wir nehmen Ihnen steuerliche Sorgen ab, schaffen Sicherheit und eröffnen neue Perspektiven – digital, effizient und verlässlich. Ob bei Jahresabschlüssen, Finanzbuchhaltung, Lohnabrechnungen oder Unternehmensnachfolge: **Mit der gleichen Leidenschaft, mit der Sie rudern, bringen wir Ihr Unternehmen sicher auf Kurs.**

HWS Reinert GmbH & Co. KG
Ferdinand-Braun-Str. 1
74074 Heilbronn
hws-reinert@hws.de

HWS STEUERN PRÜFUNG RECHT

42 x LRV

„Wir haben gefragt: Was muss man unbedingt über Euren Verein wissen, das man bisher kaum irgendwo nachlesen kann? Wir wollten 2-3 Sätze und bekamen Überraschendes, Schönes, Skurriles und Einzigartiges!“

Heike Breitenbücher

BW

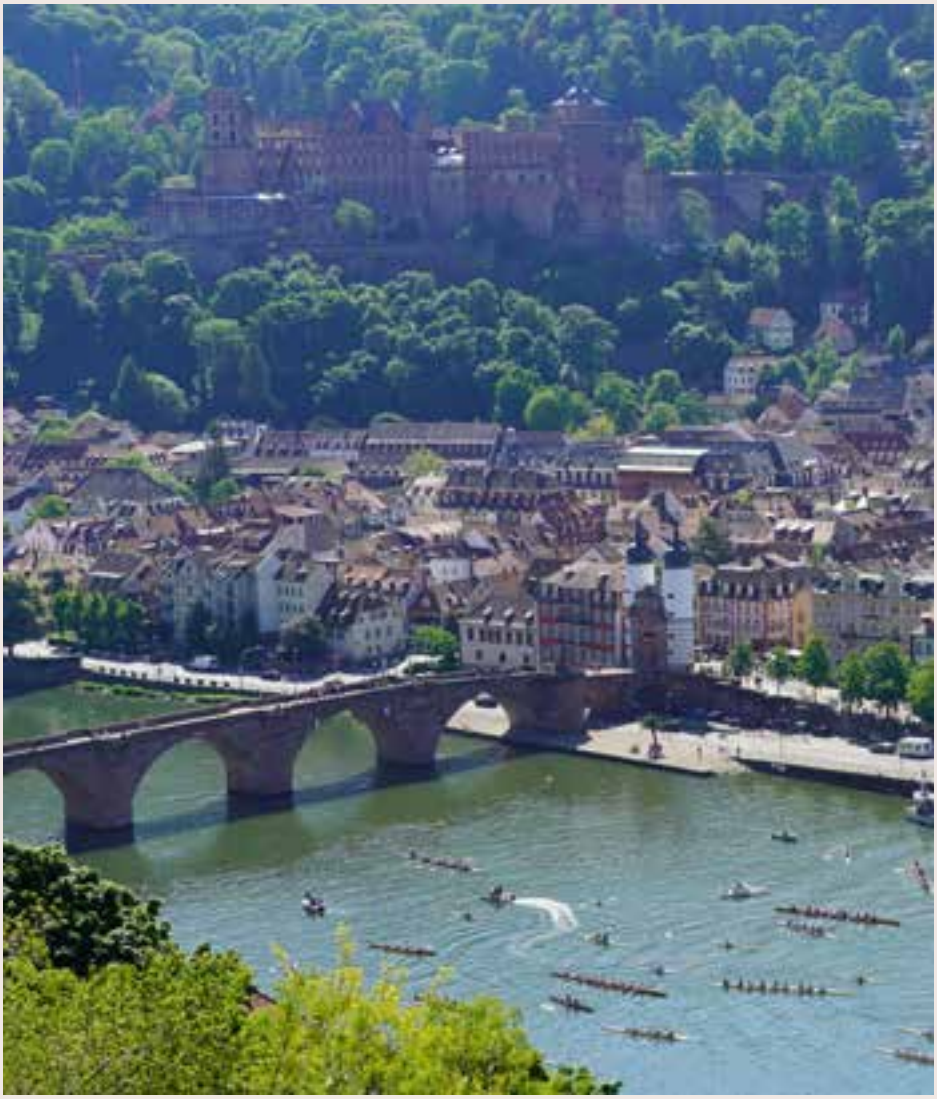
BREISACHER RUDERVEREIN E.V.

„Der Breisacher Ruderverein hat eine sagenhafte Vergangenheit: Adolf Hensel, Oberschullehrer am Martin Schongauer Gymnasium, gründete am 1. November 1967 den Breisacher Ruderverein und benannte ihn nach den Harelungen. In Anlehnung an die Dynastie der Nibelungen bezeichnen die Harelungen eine Herrscherfamilie zur Zeit der Völkerwanderung. Bekanntester Familienvertreter ist bis heute der „Getreue Eckehart" – Namensgeber des Eckartsbergs in Breisach.

Am heldenhaften Vorbild haben sie in Breisach allerdings nicht lange festgehalten. Bereits ein Jahr nach der Gründung erhielt der Club den Namen, den er bis heute trägt: Ruderverein Breisach."
Marzellinus Zipfel

HEIDELBERGER REGATTA-VERBAND E.V.

„Bei der Heidelberger Ruderregatta wird der Neckar zur Rennstrecke und die Neckarwiese rund um die Wasserschachtel zum Lagerplatz für zahlreiche gelbe und weiße Rennboote. Rudervereine aus Frankreich, der Schweiz sowie Kiel, Berlin, Hamburg und Hannover nehmen den langen Weg auf sich, um vor der Kulisse des Heidelberger Schlosses an den Start zu gehen."
Aurelia Mulawa



HEIDELBERGER RUDERKLUB 1872 E.V.

„Malerisch eingebettet zwischen Philosophenweg, Schloss und alter Brücke liegt mittlerweile seit mehr als 150 Jahren der Heidelberger Ruderklub. Der HRK wurde als Sportverein mit den beiden Abteilungen Rudern und Rugby gegründet. Rudern auf dem Neckar in Heidelberg ist seit vielen Jahren ein unverzichtbarer Teil unseres Stadtbildes."
Thomas Palm

HEILBRONNER RG SCHWABEN E.V.

„Wir sind die Heilbronner Ruderschwaben. Wir haben ein wunderschönes Ruderrevier, was viel zu selten erwähnt wird und seit 2021 ein neues Bootshaus mitten im Wertwiesenpark. Bereits seit 1930 sind Frauen bei uns sehr erfolgreich aktiv."
Bernhard Münzing

KARLSRUHER REINKLUB ALEMANNIA E.V.

„Genial ist die Erfindung von All You Can Row (AYCR) durch den KRA. Jedes Jahr am längsten Samstag des Jahres wird seit 2012 von Karlsruhe aus der Rhein errudert. Hierbei starten etwa 20 bis 25 Mannschaften direkt mit Sonnenaufgang aus dem Rheinhafen Karlsruhe. Der bisherige Rekord wurde 2024 aufgestellt, als eine Mannschaft über Umwege bis Neuwied ruderte und damit 264 km bis zum Sonnenuntergang zurücklegte."
Alexandra Baltes

KARLSRUHER RUDER-VEREIN WIKING VON 1879 E.V

„2011 wurde in einer abenteuerlichen Abholtour das Kirchschiff *Der Wikinger* nach Karlsruhe geholt. In strahlend gelbem Angesicht diente es im vergangenen Jahrhundert skandinavischen Dorfbewohnern, um sonntags über die weit verbreiteten Seen und Fjorde die Kirche zu erreichen. Außerdem kann im KRVW der Renn-Fünfer „Progress“ gerudert werden, der im Musikvideo von „The Flood“ von Take That bereits Robbie Williams als prominente Besatzung hatte! Die Sonderanfertigung wurde im Jahr nach der Erscheinung des Musikvideos in England ersteigert und in einer 2-Tagestour nach Karlsruhe gebracht.“

Maximilian Pawlik

LAUFFENER RUDERCLUB NECKAR E.V.

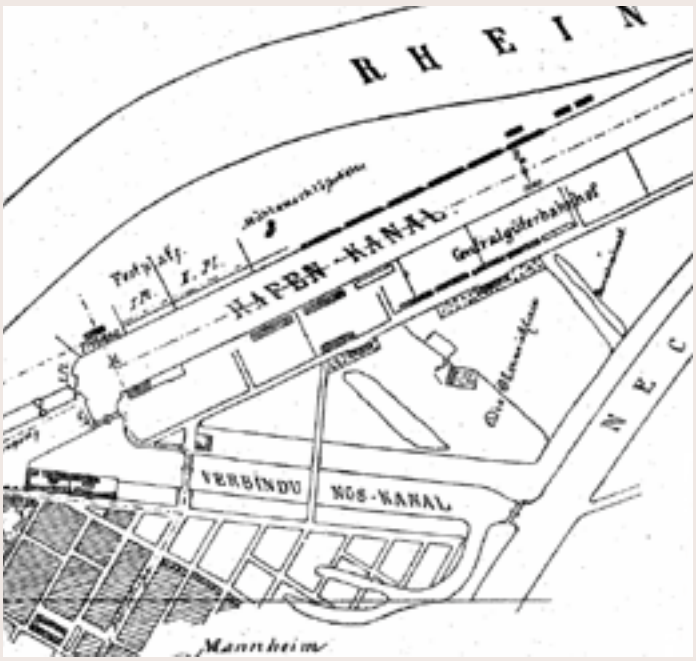
„Die zehn Kilometer lange Trainingsstrecke entlang der Neckarschlinge zwischen den Weinbauorten Lauffen und Besigheim ist geprägt von zahlreichen Steillagenweinbergen, spektakulären Felshängen und einem Naturschutzgebiet. Und dann ist da noch der berühmteste Sohn der Stadt. Friedrich Hölderlin, geboren in Lauffen, hat den Neckar immer wieder in seinen Gedichten besungen. Natürlich haben wir einen Vierer nach ihm benannt.“

Uwe Grosser

MANNHEIMER REGATTA-VEREIN E.V.

„Der Mannheimer Regatta-Verein ist einer der ältesten Ruder-Regattavereine Deutschlands. Von Beginn an wurde das parallel zum Rhein erbaute Becken, der Mühlauhafen, für Regatten genutzt. Früh fiel den Ruderkameraden auf, dass der Hafen nicht nur gleichmäßige Bedingungen auf allen Bahnen bietet, sondern besonders schnelle Zeiten. Bereits im Wassersport 1883 wurde gemutmaßt, dass die eingezeichnete 2.000. Strecke falsch vermessen wurde. Das war richtig, das Hafenbecken ist ziemlich genau 2.000m lang, die Renndistanz erreicht daher nie 2.000m."

Jan Erik Jonescheit



MANNHEIMER RUDER-CLUB VON 1875 E.V.

„Auf Initiative von Fritz Marci organisiert der MRC den 1. Club-Triathlon. Im September 1985 nehmen über 200 Sportlerinnen und Sportler aus mehreren Vereinen zwischen 12 und 75 Jahren daran teil, darunter ca. 50 MRC-Mitglieder. Eine Goldmedaille erhalten alle, die 10 km Rudern, 10 km Waldlauf und 40 km Radfahren erfolgreich absolvieren. Eine Silbermedaille gibt es für 10 km Rudern, 5 km Waldlauf und 25 km Radfahren. Teilnehmer über 60 Jahre erhalten bereits für die kürzeren Strecken Gold."

Michael Zirnstein

MANNHEIMER RUDERGESELLSCHAFT BADEN VON 1880 e.V.

Wir sind bunt: Unser Bootsplatz ist eine grüne Wiese mit eigenem Green-Keeper und Reptilien-Habitat aus rotem Sandstein am blauen Neckar. Unser gelb-roter Verein lebt Vielfalt jeden Tag - auch in queeren Gruppen. Allen gemeinsam ist das zusätzliche Work-Out: 46 Stufen hinab zum Bootssteg – und – mit langen Armen – später wieder hoch.

Dr. Anna-Maria Nahm

MANNHEIMER RG RHEINAU VON 1909 E.V.

„Wir halten den Wohlfühlfaktor in unserem Verein weiterhin hoch, sodass wir zwischen den großen Vereinen im Rhein-Neckar-Kreis mit unserer familiären und gemütlichen Atmosphäre weiterhin bestehen können. Wir sind sicher: Wer einmal zum Rudern auf die Rheinau kommt, der bleibt auch auf der Rheinau."
Klaus Frank

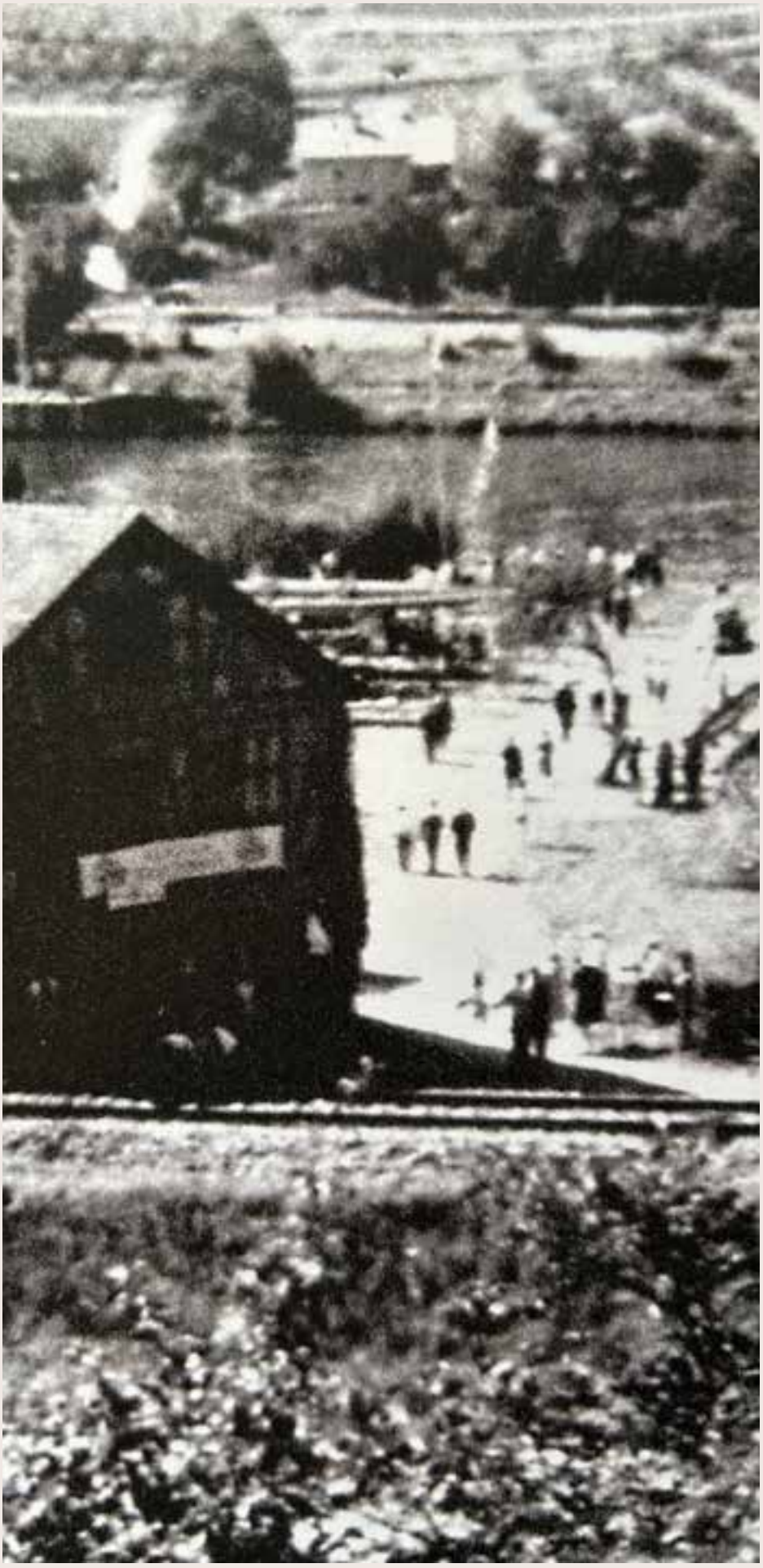
MANNHEIMER RV AMICITIA VON 1876 E.V.

„Jeder Verein hat seine Besonderheiten... so natürlich auch die Amicitia. Wir haben unsere Geschichte und unsere Geschichten. Wir haben unsere Trainingsplätze und Raum für Vergnügen. Wir haben unsere Mitglieder und unsere Kooperationspartner. All das macht uns aus."
Tobias Schuhmacher

MARBACHER RUDERVEREIN VON 1920 E.V.

„Bei meinen alten Fotos habe ich eine Aufnahme gefunden. Diese dürfte von der ersten Regatta nach dem Krieg stammen. Die Aufnahme wurde von der Ludwigsburger Straße aus gemacht.

Ich erinnere mich, dass damals eine Anzahl auswärtiger Vereine ihre Boote mit der Bahn beförderten. Die Waggons wurden von der damaligen EVS-Lok auf dem Werksgleis ans Bootshaus gebracht."
Walter Evert



MARINE JUGEND KONSTANZ E.V.

„Obwohl die Marine-Jugend Konstanz e.V. sich erst vor einigen Jahren dem Ruderverband angeschlossen hat, blickt der Verein schon auf bald 70 Jahre Vereinshistorie zurück. Als Mehrspartenverein im Wassersport befassen wir uns hauptsächlich mit dem Kutterpullen und dem Coastal Rowing auf australischen Surfbooten. Wir sind Treffpunkt für Jung und Alt."

Daniel Wörner

PFULLENDORFER RUDERCLUB 2002 E.V.

„Unser Ruderrevier befindet sich auf einem Baggersee. Wir sind ein Ruderclub (noch) ohne Bootshaus, unsere Boote ziehen daher öfters mal um. Derzeit sind wir an der 4. Unterkunft seit 2001 dran und richten diese ein.

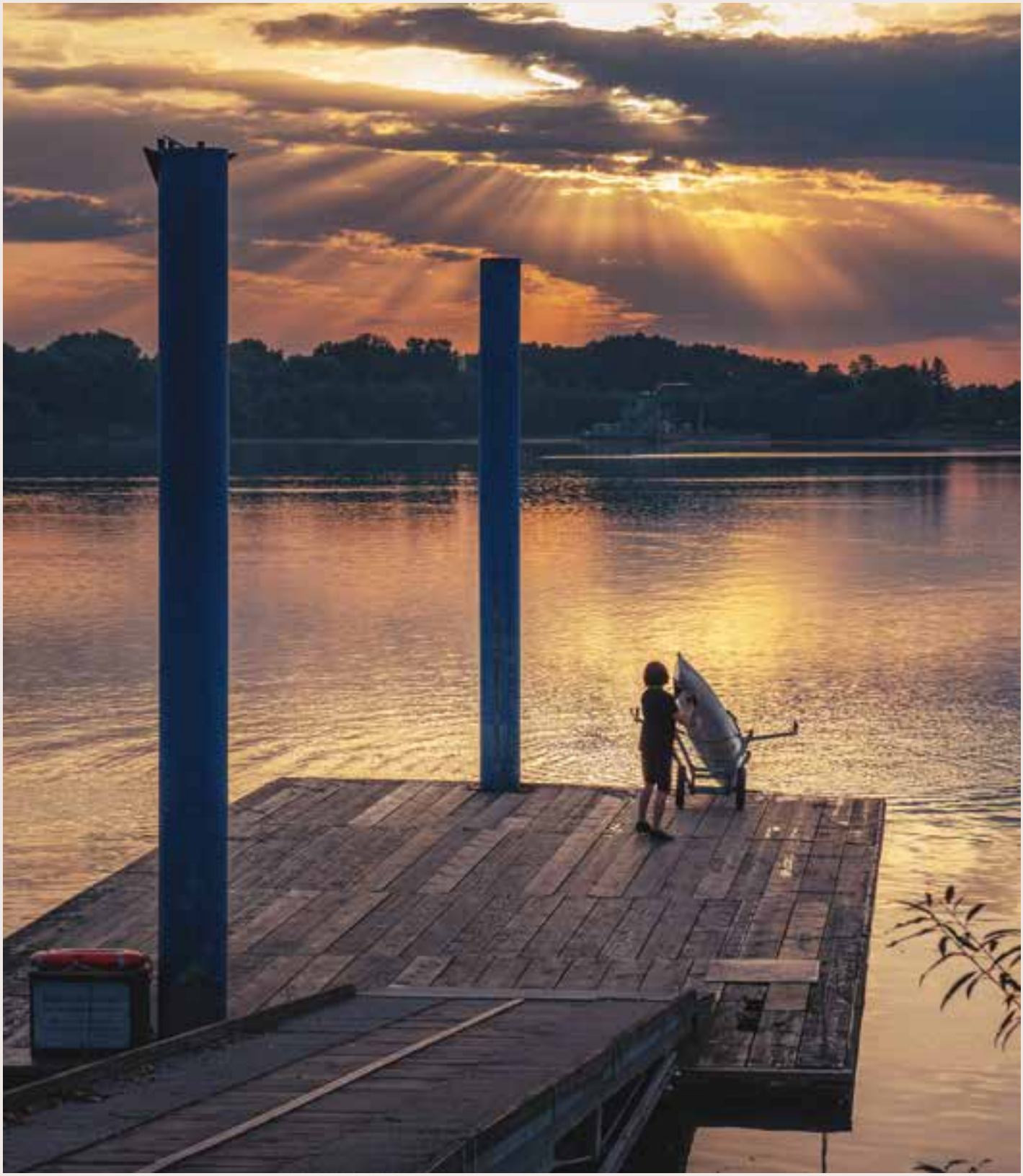
Der Pfullendorfer Ruderclub 2002 e.V. ist der kleinste und jüngste Ruderverein der Ruderfamilie Baden-Württemberg. Er hat daher noch viel Potential zu wachsen."

Andreas Wauer

RUDERGEMEINSCHAFT SEE MAL RHEIN E.V.

„Das Jahr 2024 hat unseren kleinen Verein vor große Herausforderungen gestellt. Neben dem sommerlichen Hochwasser, dass das Rudern über viele Wochen gar nicht möglich machte, hatte unser Flaggschiff, die Karisma, eine aufwendige Reparatur, die wir ohne Hilfe nicht hätten stemmen können. Wir entschlossen uns für eine groß angelegte Spendenaktion, mit Erfolg."

Ilse Hey



RUDER-CLUB RASTATT 1898 E.V.

„Mit Freunden im Boot“ - diese Maxime gilt beim Ruder-Club Rastatt 1898 e.V. (RCR) mit seinen Hausgewässern: dem „Goldkanal“ und dem Rhein, der Murg sowie den französischen Gewässern Ill, Moder und Sauer. Revier-Eintönigkeit ist für uns ein Fremdwort!“

Peter Sigmund

RUDERCLUB BAD SÄCKINGEN E.V.

„Unser Rudern kennt keine Grenzen, wir queren stets die Deutsch-Schweizer Grenzlinie. Unser Rheinabschnitt hat keine Berufsschifffahrt und wir teilen uns das Revier mit den Schweizer Pontonieren, die mit ihren Weidlingen kraftvoll durch das Wasser stacheln."
Anke Buchholz

RUDERCLUB GRENZACH E.V.

„Bei jeder Ausfahrt überqueren wir mehrmals die Landesgrenze zur Schweiz, denn die Grenze verläuft größtenteils in der Flussmitte. Als Mitglied des Trinationalen Regattavereins (Frankreich, Schweiz, Deutschland) organisieren wir jedes Jahr im November eines der größten Ruderevents für 8er in Europa, den Basel Head."
Doris Wrobe

RUDERCLUB „NEPTUN“ NECKARELZ E.V.

„Der Ruderclub Neptun Neckarelz blickt auf eine 75-jährige Tradition zurück, die in den frühen 1950er-Jahren mit großen Regatten auf dem Neckar begann. Bereits im Juli 1952 wurde in Neckarelz die erste Ruderregatta mit begleitendem Volksfest veranstaltet. Mehrere tausend Zuschauer säumten damals das weitläufige Neckarvorland, drängten sich am Bootsplatz und im Festzelt – ein Ereignis, das sich tief ins kollektive Gedächtnis der Region eingebrannt hat.“

Christine Essele

RUDERCLUB NÜRTINGEN E.V.

„Der Ruderclub Nürtingen, gegründet 1921, trainiert zwar in einem kleinen Revier, aber mit großer Wirkung. Besonders die Junioren und U23 waren in den vergangenen Jahren sehr erfolgreich mit über zehn Teilnehmern an Welt- und Europameisterschaften. Höhepunkte eines jeden RCN-Jahres sind die Kurzstreckenregatta im Herbst sowie der Drachenbootcup im Sommer.“

Andreas Keller

RUDERCLUB RHEINFELDEN 1921 E.V.

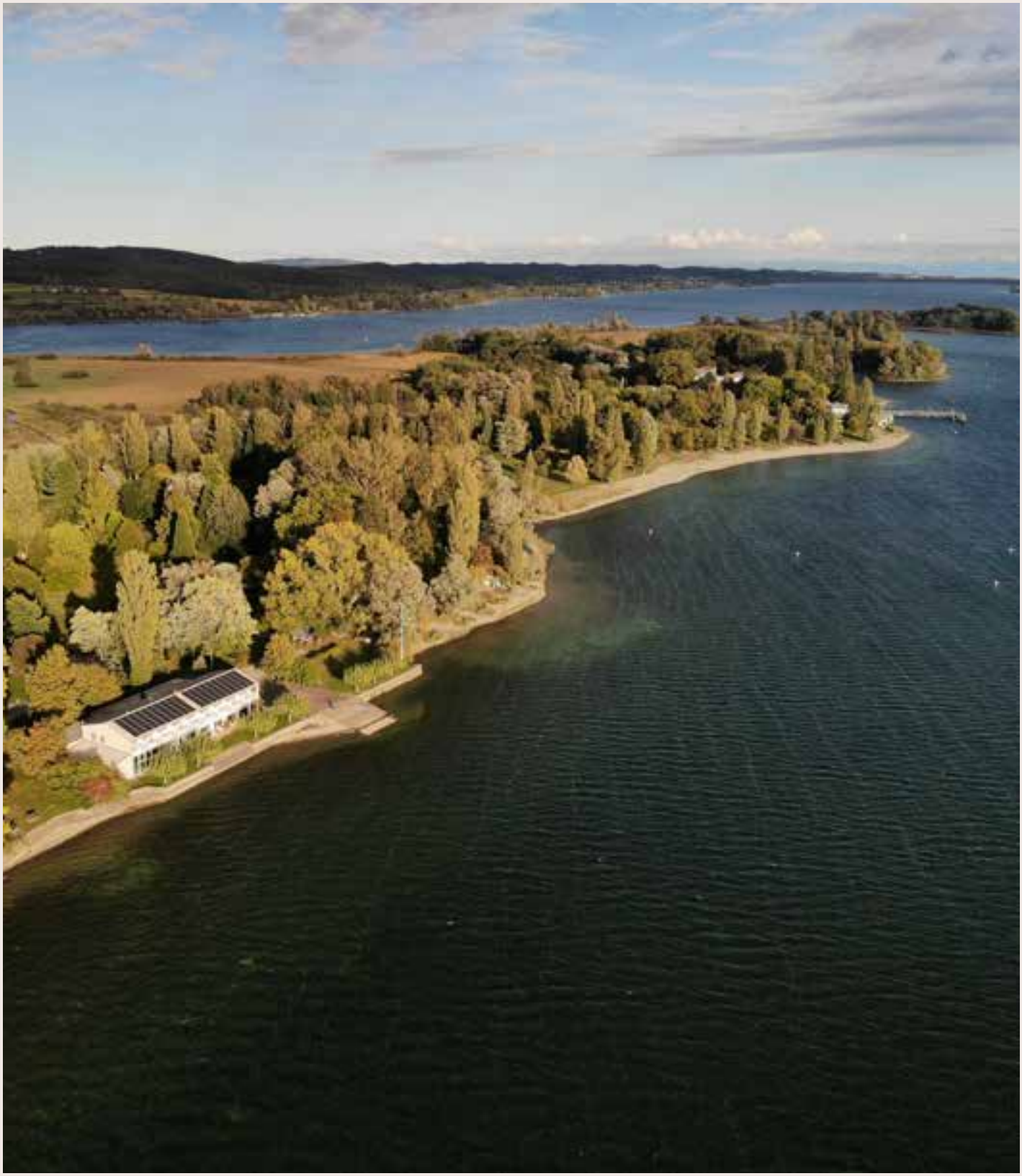
„Der Ruderclub Rheinfelden ist 104 Jahre alt und gehört somit zu den ältesten Vereinen in Rheinfelden. Der sportliche Verein ist sogar ein Jahr älter als die Stadt Rheinfelden. Am 13. Juli 1921 gründete die Gruppe um August Scherz den „Wassersportverein Warmbach". Später, im Jahre 1929 wurde der Verein dann in „Ruderclub Rheinfelden" umbenannt."

Peter Peitz

RUDERCLUB TITISEE E.V.

„Solche Bilder vom März gibt es nur vom höchstgelegenen Ruderverein Deutschlands, dem RC Titisee. Das tolle Naturerlebnis lädt viele Ruderer, die ihren Urlaub im Hochschwarzwald verbringen, zum Rudern ein."

Matthias Mohr



RUDERCLUB UNDINE E.V. RADOLFZELL

„Der Ruderclub Undine e.V. Radolfzell liegt an einem der schönsten Ruderreviere Deutschlands – dem westlichen Bodensee - auf der Halbinsel Mettnau, zwischen der Stadt, Kurklinik und dem Naturschutzgebiet. Unser Verein kann stolz auf zahlreiche Erfolge im Rennsport, sowohl auf nationaler als auch internationaler Ebene verweisen."
Rolf Tränkle

RUDERGESELLSCHAFT EBERBACH 1899 E.V.

„In Eberbach erfreuen sich die Ruderer der RGE besonders über das für den Neckar lange Ruderrevier von Schleuse Rockenau zu Schleuse Hirschhorn. Die „Lokalrunde“ hat mit 26km fast Wanderfahrtniveau. Aber nicht nur sportlich, sondern auch gesellschaftlich stehen die Mitglieder zusammen; sei es bei einer Teilnahme am Faschingsumzug oder beim alljährlichen „Feuerwerksrudern“ am Kuckucksmarktdienstag.“

Katharina Merz

RUDERGESELLSCHAFT GHIBELLINIA WAIBLINGEN 1920 e.V.

„Als für Ruderer noch ein Tabak- und Alkoholverbot als Trainingsverpflichtung galt, wurde in der Rudergesellschaft Waiblingen zum Saisonende ordentlich gefeiert. Laut einer Notiz fehlte im Jahr 1965 plötzlich ein 50 l-Fass Bier bei der Party…und bei näheren Nachforschungen stellte sich heraus, dass es irgendwie den Weg nach Marbach gefunden hatte. Es wurde dann dem Marbacher RV in Rechnung gestellt, was den guten Beziehungen keinen Abbruch tat.

Der Name Ghibellinia stammt von *Waiblingen* ab, der schwäbischen Heimatstadt der Ghibellinen.“ **Silke Kleinmann-Sauter**

RUDERGESELLSCHAFT HEIDELBERG 1898 E.V.

„Die Rudergesellschaft Heidelberg 1898 hat zwei Abteilungen: eine fürs Rudern und eine für Rugby. Mit 127 Jahren wirkt der Verein kein bisschen alt. Dem Bootshaus - schon das dritte der Vereinsgeschichte - war der geschäftige Ruderbetrieb nicht in die Wiege gelegt: Die Boote lagern in einem Industriedenkmal, der früheren Turbinenhalle eines längst verschwundenen Zementwerks."
Gabriel Neumann

RUDERGESELL-SCHAFT WERTHEIM VON 1902 E.V.

„Was uns sicherlich in eine einzigartige Situation bringt, ist, dass wir der einzige Ruderclub in Baden-Württemberg sind, der am Main gelegen ist."
Bernd Kober

RUDERVEREIN BAD WIMPFEN E.V.

„Exakt 100 km entfernt von der Mündung des Neckars entfernt ist der Ruderverein Bad Wimpfen zuhause. 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 und hat 38 Boote in seinen zwei Hallen. Ein lebender Teil unserer Geschichte ist das Loch neben der Eingangstür, in welchem der Bug des alten Achters in der alten (für den Achter zu kurzen) Bootshalle steckte."
Gerhard May

RUDERVEREIN ESSLINGEN E.V.

„Ohne König Wilhelm II. von Württemberg wäre es wahrscheinlich nie so weit gekommen. Als eine Handvoll Schüler der damaligen Oberrealschule Esslingen einen „Schülerruderverein" gründen wollten, schrieben sie dem damaligen Monarchen und baten ihn um eine finanzielle Starthilfe. Der ließ sich nicht lumpen und ließ 200 Reichsmark springen - genug, um damals etwa drei Boote anzuschaffen. Auch der deutsche Kaiser bekam einen Bittbrief, doch anstatt Geld schickte der Regent ein Portrait."
Stephan Schrade

RUDERVEREIN FRIEDRICHSHAFEN E.V.

„Waren es einst majestätische Luftschiffe, die über die trainierenden Ruderer fuhren, so begleitet uns heute der Zeppelin NT oftmals bei unseren Ausfahrten. Friedrichshafen liegt am breitesten Teil des nicht ohne Gründe Schwäbischen Meer genannten Gewässers. Manch einer machte sich schon auf, die Ruderfreunde im schweizerischen Arbon, Rorschach oder Romanshorn per Boot zu besuchen. Bei Südsturm, genannt Föhn, gibt es gar Wellen bis zu 2 Meter Höhe. Ob entlang des Naturschutzgebiets Eriskirch, vor der Kulisse Friedrichshafens oder bei der Rückfahrt den Säntis und das imposante Alpsteinmassiv im Blick – für das Auge gibt es immer wieder neues zu sehen."

Silke Strauch-Hartmann

RUDERVEREIN „NEPTUN" E.V. KONSTANZ

„Der Ruderverein Neptun e.V. Konstanz war zusammen mit den Rudervereinen aus Zürich, Basel und Luzern Gründungsmitglied des Schweizer Ruderverband, leider wurden wir nach ein paar Jahren wieder ausgeschlossen. Zur 125 Jahr Feier des Schweizer Ruderverbands kam dann aber doch eine Einladung unter Freunden."

Sebastian Ahlhelm

RUDERVEREIN WALDSEE 1900 E.V.

„Am Ufer des Stadtsees gelegen, genießen die Mitglieder und Freunde des Rudervereins einen herrlichen Blick auf die Altstadt und die zwei markanten Kirchtürme. Auf der höchstgelegene Regattastrecke Deutschlands trägt der Verein jedes Jahr seit nunmehr 61 Jahren seine Kurzstreckenregatta aus."
Pascal Tschöke

SCHLOSS GAIENHOFEN – EVANG. SCHULE AM BODENSEE

„Mit einer Tradition, die bis 1952 zurückgeht, ist die RAG eine Institution am Schloss Gaienhofen. Genauso alt wie die Ruderabteilung ist auch das älteste Boot „Gago“, welches nach einer Generalüberholung 2014 wieder ein wahres Schmuckstück ist. Gemeinsames Training zum Sonnenaufgang, jährliche Trainingslager und eine großartige Schülerschaft sorgen für unvergessliche Momente in der RAG.“

Lisa Nolte und Nikolaus Göller

STUTTGART-CANNSTATTER RUDERCLUB VON 1910 E.V.

„Der StCRC wurde am 1. September 1910 von einer Gruppe engagierter Ruderer gegründet, die sich nach Differenzen mit der Rudergesellschaft Schwaben selbstständig machten. Ihr erstes Bootshaus war ein einfacher Schuppen auf der Berger Insel in Bad Cannstatt, den sie in Eigenarbeit herrichteten. Nach mehreren Umzügen fand der Verein 1965 sein dauerhaftes Zuhause in Stuttgart-Hofen, wo das heutige Bootshaus – liebevoll „Neckar-Schlösschen“ genannt – eröffnet wurde.“

Vincent Bardenheier

STUTTGARTER RUDERGESELLSCHAFT VON 1899 E.V

„Wir haben das gleiche Logo wie Porsche - ein galoppierendes Pferdchen, jeweils ein Hinweis auf den Ursprung von Stuttgart als „Stutengarten“. Mit unserem Logo drücken wir unsere feste Verwurzelung in Stuttgart aus. Wir sitzen gerne in der Abendsonne vor unserem Bootshaus und lassen das Training gerne beim Stammtisch und gemeinsamen Grillen ausklingen.“

Katharina Doedens

TÜBINGER RUDER-VEREIN „FIDELIA“ 1877/1911 E.V.

„Der Tübinger RV wurde im Jahr 1877 als Gesellschaft Fidelia zur Pflege von Gesang und Geselligkeit gegründet. Es wurde damals dann schnell mit dem Rudersport im Herzen der Altstadt begonnen und im Jahre 1911 erfolgte die Umbenennung in Tübinger Ruderverein Fidelia 1877/1911. So ist unser Vereinsname entstanden.“

Jörg Schmid

ÜBERLINGER RC BODAN E.V.

„Inzwischen haben sich drei Master-Achtermannschaften gebildet, die regelmäßig an Regatten teilnehmen – in London oder Budapest oder zuhause bei der eigenen Vereinsregatta. Weil Rudern eine der gesündesten Sportarten ist, wird im ÜRC auch ein Kurs „Rudern gegen Krebs“ angeboten. Das jüngste Boot wurde „Ikigai“ getauft – die Lebensfreude – die im Überlinger Ruderclub im Vordergrund stehen soll.“

Rolf Geiger

ULMER RC DONAU E.V.

„Wäre Stuttgart 2012 Olympiastadt geworden, war zunächst vorgesehen, dass in Ulm die olympische Regattastrecke parallel zur Donau gebaut werden sollte. Dann wäre Stuttgart21 vermutlich schon 2012 fertig gewesen. Aber es kam bekanntlich alles anders. Dafür waren vier Ruderinnen und Ruderer vom URCD bei den Olympischen Spielen 2012 in London am Start. Max Reinelt, Kerstin Hartmann, Urs Käufer, Lena Müller. Alle kamen ins Finale und Max wurde Olympiasieger mit dem Deutschlandachter."
Julia Kiehlneker

VOLKSTÜMLICHER WASSERSPORT MANNHEIM E.V.

„Erinnerungen an einen Regattabesuch, zwei honorige Herren fragen: Volkstümlicher, ei was seid denn ihr für welsche? Darauf der andere: Waasch des nit, des sin doch die Wilde. Zur Erklärung: In der Anfangszeit der Ruderei in Deutschland gab es durch die rigorose Auslegung des Amateurparagrafen, nach der Vereinsmitglieder „nicht durch ihren Hände Arbeit" ihren Lebensunterhalten verdienen durften, mehrere Ruderverbände, den elitären DRV und meist regionale Arbeiterruderverbände - die Wilden. Inzwischen trägt unser Achter den Namen *Die Wilden*."
Günter Biehal

WASSERSPORT-VEREIN WALDSHUT E.V.

„Der Wassersport-Verein Waldshut liegt direkt am Hochrhein, nur wenige Schritte vom Wasser entfernt, und vereint Ruder- und Paddelsport unter einem Dach. Unsere Jugend misst sich erfolgreich auf Regatten, während unsere Senioren auf dem Rhein tausende Kilometer zurücklegen. Und manchmal wird der Steg zur Tanzfläche, das Bootshaus zum Konzertsaal – Wassersport mit Herz und Leben!“

Angelika Priese

WASSERSPORTVEREIN SCHIFFERCLUB NECKARREMS E.V

„Bei der Gründung des Schifferclubs im Jahre 1957 stand das Bootshaus noch am „Hechtkopf“, der Landzunge zwischen Rems und Neckar, auf der heute unser Rathaus steht. Wir sind heute der kleinste Verein des LRVBW, der bereits an der Verbandsgründung beteiligt war. Unser schönes Revier an den zwei glasgedeckten Holzspannbrücken über Neckar und Rems wurde durch die Remstalgartenschau noch um einen Sandstrand reicher und bescherte uns die neue Adresse am Neckarstrand 5.“

Stefanie Woeppel

Der Stuttgart-Cannstatter Ruderclub gratuliert

TEXT: VINCENT BARDENHEIER

Anlässlich des 50-jährigen Jubiläums des Landesruderverbandes Baden-Württemberg (LRV) gratuliert der Stuttgart-Cannstatter Ruderclub von 1910 e.V. (StCRC) herzlich und blickt zugleich auf seine eigene, über 115-jährige Geschichte zurück.

Mit der Geschichte des LRVBW untrennbar verbunden ist der Gründungskonvent am 16.11.1975, der im Bootshaus des StCRC stattgefunden hat. Ein Grund, warum sich der StCRC diesem Verband besonders verbunden fühlt. Viele Funktionen und Aufgaben im LRV haben Mitglieder des StCRC übernommen. Sei es als Ressortleiter Wanderrudern, Öffentlichkeitsarbeit, in der Ruderjugendleitung oder sogar als Mitglied im Vorstand selbst. Unsere Glückwünsche sind somit auch ein Dank des StCRC für diese Möglichkeiten an den LRV. Diese Mitarbeit bzw. Zusammenarbeit im LRV hat beide Seiten befruchtet, wenn man auf die letzten 50 Jahre zurückblickt. Im StCRC wäre die heutige Jugendarbeit, die breiten- und leistungssportlichen Erfolge ohne diesen Transfer nicht möglich gewesen.

Tradition und Wandel: Über 115 Jahre Rudersport am Neckar
Der StCRC wurde am 1. September 1910 von einer Gruppe engagierter Ruderer gegründet, die sich nach Differenzen mit der Rudergesellschaft Schwaben selbstständig machten. Ihr erstes Bootshaus war ein einfacher Schuppen auf der Berger Insel in Bad Cannstatt, den sie in Eigenarbeit herrichteten. Nach mehreren Umzügen fand der Verein 1965 sein dauerhaftes Zuhause in Stuttgart-Hofen, wo das heutige Bootshaus – liebevoll „Neckar-Schlösschen" genannt – eröffnet wurde.

Rudern für alle Generationen
Mit über 550 Mitgliedern ist der StCRC der mitgiederstärkste Ruderverein in Landesruderverband. Das Ruderrevier erstreckt sich über sechs Kilometer zwischen den Schleusen Bad Cannstatt und Stuttgart-Hofen. Der Verein bietet ein vielfältiges Angebot: vom Kinder- und Jugendtraining über Breitensport bis hin zum Leistungssport. Zwei hauptamtliche Trainer, mehrere nebenamtliche Ausbilder und ein Bundesfreiwilligendienstleistender sorgen für eine qualitativ hochwertige Betreuung.

Sportliche Erfolge auf nationaler und internationaler Bühne
Der StCRC kann auf zahlreiche sportliche Erfolge zurückblicken So erreichten Erika Endriss und Monika Zipplies 1976 den fünften Platz im Frauenachter bei den Olympischen Spielen in Montreal. In jüngerer Zeit gewann Janika Kölblin, Mitglied des StCRC, mehrere Medaillen bei U23-Europa- und Weltmeisterschaften und der A-Weltmeisterschaft 2019 in Linz im Leichtgewichts-Zweier ohne Steuermann. Hier krönte sie ihre Laufbahn mit dem Gewinn der Bronze-Medaille auf einer A-WM.

International setzte der StCRC seine Erfolge mit dem Gewinn der Europameisterschaft in 2023 und dem Gewinn der Weltmeisterschaft 2024 jeweils im Leichtgewichtsdoppelvierer in Renngemeinschaft durch Philip Kaltenborn fort.

Ebenfalls in diesem Jahr stellte ein Team des Vereins einen neuen Streckenrekord beim Rheinmarathon auf, indem es die Strecke in unter zwei Stunden bewältigte .

Gemeinschaft und Engagement
Der StCRC legt großen Wert auf Gemeinschaft und Engagement. Neben dem sportlichen Angebot organisiert der Verein regelmäßig Wanderfahrten auch mit anderen Rudervereinen, Feste und andere Veranstaltungen, die das Vereinsleben bereichern. Ein besonderes Highlight ist der jährlich stattfindende „Stuttgarter Stadtachter", eine Regatta, die 1987 ins Leben gerufen wurde und den Teamgeist im Rudersport fördert. Erstmals wurde der Wettstreit zwischen den beiden Stuttgarter Rudervereinen 2025 im direkten Bord an Bordkampf, vergleichbar mit dem Boatrace Oxford - Cambridge, ausgetragen. Der Sieger erhält den Königspokal als Wanderpreis. Dieser Silberpokal wurde von König Karl I von Württemberg im Jahre 1889 anlässlich seines 25-jährigen Regentschaft-Jubiläums für verschiedene gemeinnützige Organisationen gestiftet.

Blick in die Zukunft
Der Stuttgart-Cannstatter Ruderclub von 1910 e.V. bleibt seiner Tradition treu und blickt gleichzeitig nach vorn. Mit dem Bau einer neuen Bootshalle kommt die Erweiterung des Bootshauses zu einem Abschluss. Mit kontinuierlichen Investitionen in moderne Ausrüstung und der Förderung des Nachwuchses stellt der Verein die Weichen für eine erfolgreiche Zukunft im Rudersport.

Wir gratulieren dem LRV herzlich zum 50-jährigen Jubiläum und freuen uns auf viele weitere Jahre der Zusammenarbeit und des gemeinsamen Engagements für den Rudersport in Baden-Württemberg.

50 Jahre LRVBW

GUNDOLF FLEISCHER
PRÄSIDENT BADISCHER SPORTBUND FREIBURG

Herzlichen Glückwunsch dem Landesruderverband Baden-Württemberg zu dessen 50-jährigem Jubiläum! Rudern ist eine fantastische Sportart. Selten sind Kraft mit Technik, Taktik und – wenn nicht gerade im Einer – auch mannschaftliche Geschlossenheit vonnöten, wie im Rudersport.

Der Landesruderverband Baden-Württemberg gehört zu den erfolgreichsten Landesverbänden in Deutschland, was nicht zuletzt an der umtriebigen und äußerst kompetenten Präsidentin Heike Breitenbücher liegt, die ihren vor genau 50 Jahren aus den damaligen Verbänden Südbaden, Nordbaden und Württemberg gegründeten Landesverband hervorragend führt.

Als südbadischem Sportpräsidenten fällt bei Heike Breitenbücher und ihrem Team immer wieder auf, dass diese ihr Engagement auf alle Landesteile gleichsam verteilen. Die Zusammenarbeit zu unserem Badischen Sportbund Freiburg ist nicht nur aufgrund der Nähe zum Rhein als vorbildlich zu bezeichnen. Hervorzuheben gilt dies insbesondere im Bereich einer einzigartigen Bildungspartnerschaft.

Die Traineraus- und Fortbildung des LRVBW ist weit über die Landesgrenzen anerkannt. Dies gelingt, das sagen mir Vertreter des LRVBW immer wieder, vor allen Dingen aufgrund der besonderen Unterstützung durch die Sportschule Baden-Baden Steinbach. Die Bedeutung der Ausbildung von Übungsleitern und Trainern, die hohe Qualität der zertifizierten Übungsleiter und die Kompetenz der Vereine hängt nicht zuletzt mit der engen Verzahnung mit Steinbach zusammen. Die Präsenz in unserer Sportschule im theoretischen Bereich und der Praxis auf den Gewässern lassen sich auch durch noch so viele technisch mögliche Online-Angebote nicht annähernd ersetzen.

Die enge Verzahnung zwischen Verband und unserem Sportbund spiegelt sich aber auch in der finanziellen Unterstützung seitens des BSB wider. In den letzten zehn Jahren unterstützte der BSB südbadische Rudervereine mit fast einer halben Million Euro bei den Sportgeräten, mit über 600.000 Euro im Sportstättenbau und nicht zuletzt auch im Bereich der Kooperationen Schule-Verein. Zusammen sind dies fast 1,1 Millionen Euro. Eine stolze Summe für die Rudervereine in Südbaden, fast alle ehrenamtlich und mit großem Engagement geführt.

Aber auch leistungssportlich hat die Sportart Rudern im Südwesten einiges zu bieten. Immer wieder werden Medaillen bei Europa- und Weltmeisterschaften errungen, die Zusammenarbeit mit unserem Olympiastützpunkt Freiburg- Schwarzwald am Bundesstützpunkt Nachwuchs und Landesleistungszentrum in Breisach gilt es vorbildlich zu nennen. Gerne sind wir an der nicht mehr vorhandenen Grenze zwischen Frankreich und Deutschland am Rhein aber auch immer wieder Gastgeber für Trainingsaufenthalte anderer Nationen.

Es ist beeindruckend zu sehen, wie der Landesruderverband über die letzten 50 Jahre gewachsen ist und sich stets den Herausforderungen der Zeit angepasst hat. Einem solch engagierten Dachverband gebührt mein Respekt und mein besonderer Dank – machen Sie weiter so!

Möge der Rudersport – ob im Freizeitbereich, an der Basis, ob auf landes-, bundes- oder internationalem Niveau weiterhin eine Sportart der Freude und der Gemeinschaft bleiben.

Jetzt zur AOK wechseln!

Unser Beitrag: mehr Leistung.

Bereit für einen Preis-Leistungs-Champion? Wir bieten Top-Leistungen bei fairen Beiträgen. Werden auch Sie einer von über 4,6 Millionen Menschen, die dem Marktführer in Baden-Württemberg vertrauen.

Mehr unter immer-was-du-brauchst.de

GESUNDNAH

AOK Baden-Württemberg
Die Gesundheitskasse.

RWK · 07/25 · Foto: Gettyimages.de

50 Jahre Landesruderverband Baden-Württemberg e.V.

TEXT: BERND KUHN
ABBILDUNGEN: AUS DEN GRÜNDUNGSAKTEN

Vor 50 Jahren wurde der LRVBW aus der Taufe gehoben. Der Gründungsversammlung am 16. November 1975 im Bootshaus des Stuttgart-Cannstatter Ruderclubs gingen langwierige Verhandlungen, in der Hauptsache zwischen den drei Vorsitzenden der noch selbstständigen Landesruderverbände, dem Bund Württembergischer Rudervereine, dem Badischen Ruderverband Nord und dem Badischen Ruderverband Süd, voraus. Diese Konstruktion war den drei selbstständigen Landessportbünden, die wieder das Konstrukt der Gründung des Landes Baden-Württemberg aus den Ländern Württemberg Hohenzollern und Baden war, geschuldet.

Der Anfang war nicht einfach

Seit dem Jahr 1973 trafen sich die Vorsitzenden, Helmut Frank aus Tübingen, Erich Hellenbroich aus Karlsruhe und ich aus Überlingen, 7-mal, um den neuen Verband zu gründen. Immer wieder wurde das geplante Projekt in Frage gestellt, da es sicher für den einen oder anderen nicht leicht war, auf Liebgewordenes zu verzichten. Geschicktes Agieren und die Suche nach Ausgleich ermöglichte dann endlich im Jahr 1975 den entscheidenden Schritt und man einigte sich auf einen gemeinsamen Landesruderverband, in dem die bisherigen selbstständigen Ruderverbände aufgingen und gewisse Privilegien erhielten.

Gründungsversammlung in Stuttgart-Cannstatt

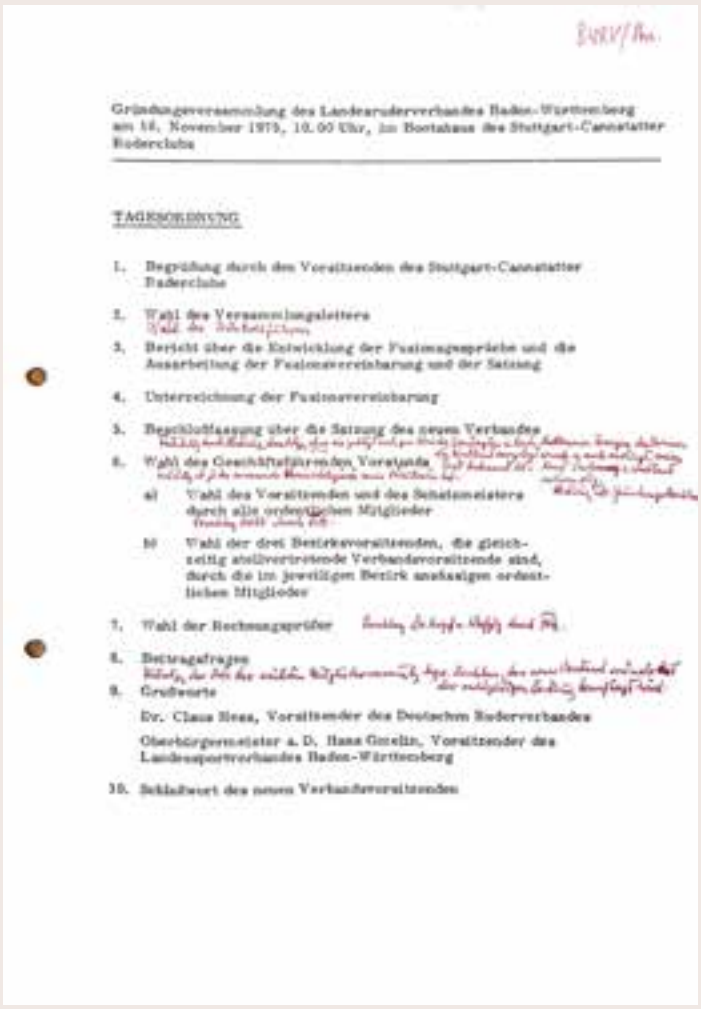
Dr. Kopf vom Marbacher Ruderverein wurde gewonnen, um die zukünftige Satzung federführend auszuarbeiten, in der den bisherigen Verbänden jeweils ein Bezirksvorsitzender, gleichzeitig als stellv. Vorsitzender, zugestanden wurde. Hinzu kamen ein 1. Vorsitzender und ein Schatzmeister, alle 5 bildeten den geschäftsführenden Vorstand des neuen Verbandes. Die Gründungsversammlung wurde festgelegt auf den 16. November 1975 im Bootshaus des Stuttgart Cannstatter RC, vorher mussten natürlich noch die Mitgliedsvereine der einzelnen Teilverbände mit ins Boot geholt werden, was dann auch gelang.

Auf der Gründungsversammlung waren dann 36 der insgesamt 38 Rudervereine des Landes Baden-Württemberg vertreten und alle stimmten für den neuen Verband, die entsprechende Satzung und wählten den ersten Vorstand mit Gerd Wolf aus Friedrichshafen an der Spitze.

Gerd Wolf wird erster LRVBW Vorsitzender

Die Gründung des neuen Verbandes wurde vom DRV positiv begleitet und so ließ es sich der damalige Vorsitzende, Herr Dr. Claus Heß, auch nicht nehmen, persönlich an der Versammlung teilzunehmen und dem neuen Verband ein gutes Gelingen zu wünschen.

Rasch ging es an die Arbeit und die gestaltete sich am Anfang recht schwierig und holprig und oft war die hohe Kunst des 1. Vorsitzenden Gerd Wolf gefordert, den Laden zusammenzuhalten. Schwierig auch die Führung der gemeinsamen Kasse, da nach wie vor die Zuschüsse aus den drei selbstständigen Sportbünden separat flossen und auch getrennt abgerechnet werden mussten. Eine Vermischung war damals noch nicht möglich und die Sportbünde achteten auch mit Argusaugen darauf. Eine wahre Herkulesaufgabe für den Schatzmeister. Anfangs waren die Sportbünde keineswegs



Gründungsversammlung des Landesruderverbandes Baden-Württemberg
am 16. November 1975, 10.00 Uhr, im Bootshaus des Stuttgart-Cannstatter Rudervereins

TAGESORDNUNG

1. Begrüßung durch den Vorsitzenden des Stuttgart-Cannstatter Rudervereins
2. Wahl des Versammlungsleiters
3. Bericht über die Entwicklung der Fusionsgespräche und die Ausarbeitung der Fusionsvereinbarung und der Satzung
4. Unterzeichnung der Fusionsvereinbarung
5. Beschlußfassung über die Satzung des neuen Verbandes
6. Wahl des Geschäftsführenden Vorstands
   a) Wahl des Vorsitzenden und des Schatzmeisters durch alle ordentlichen Mitglieder
   b) Wahl der drei Bezirksvorsitzenden, die gleichzeitig stellvertretende Verbandsvorsitzende sind, durch die im jeweiligen Bezirk ansässigen ordentlichen Mitglieder
7. Wahl der Rechnungsprüfer
8. Beitragsfragen
9. Grußworte
   Dr. Claus Hess, Vorsitzender des Deutschen Ruderverbandes
   Oberbürgermeister a. D. Hans Gmelin, Vorsitzender des Landessportverbandes Baden-Württemberg
10. Schlußwort des neuen Verbandsvorsitzenden

Letzte Mitgliederversammlung des BWRV in Liquidation
am Sonntag, 12.September 1976, 10.30 Uhr, im Bootshaus des Marbacher Rudervereins.

Meine Damen, meine Herren!

Ich eröffne hiemit die letzte Mitgliederversammlung des BWRV i.Liqu., danke Ihnen für Ihr Erscheinen und heisse Sie herzlich willkommen. Mein besonderer Gruss gilt unserem 4Kam.Gerd Wolf, dem Vorsitzenden des LRVBW.

Dem Vorsitzenden des Marbacher RV danke ich für die Überlassung des Bootshauses während der Regatta für diese Versammlung.

Wir haben Sie zu dieser Versammlung nach Marbach eingeladen, da wir Ihnen während der Rudersaison eine Mitgliederversammlung an einem regattafreien Wochenende ersparen wollten.

Die Einladung ist fristgerecht erfolgt unter Angabe der TOPunkte.

Ich möchte nun feststellen, welche Rudervereine vertreten sind und durch wen sie sich vertreten lassen. Dazu darf ich aufrufen:

RV Waldsee
RV Bad Wimpfen
RV Esslingen
RV Friedrichshafen
Heilbronner RG "Schwaben"
Lauffener RC "Neckar"
Marbacher RV
Wassersportverein"Schiffverclub"Neckarrems
RC Nürtingen
Stuttgarter RG
Stuttgart-Cannstatter RC
Stuttgarter Behindertensport-Verein Ruder-Abt. entschuldigt
Tübinger RV
Ulmer RC "Donau"
RG "Ghibellinia" Waiblingen

Wenn sich diese Vereinsdelegierten nun noch in die Liste der Stimmberechtigten eingetragen haben, sind die Voraussetzungen für die Beschlussfähigkeit der Versammlung gegeben.

-2-

glücklich, wenn sich Fachverbände der jeweiligen Sportbünde zu einem Einheitsverband zusammenschlossen.

Die Einzelverbände wachsen zusammen

Erst mit der Zeit haben sich die strengen Vorgaben aufgelöst, besonders nach der Gründung des übergeordneten Landessportverbandes Baden-Württemberg. Recht einfach war es im Bereich des Leistungssports, da hier die Mittel schon früh ganzheitlich durch den damaligen LAL, dem Landesausschuss zur Förderung des Leistungssports vergeben wurden. Eine Besonderheit stellte auch der bisherige Badische Ruderverband Nord dar, der eigene Boote besaß und diese nicht für den Bereich Gesamt Baden-Württemberg eingesetzt wissen wollte. Immer wieder gab es in dieser Sache heftige Diskussionen. Aber auch das löste sich bald, als der LRVBW begann, eigene Boote anzuschaffen.

Ruhige Gewässer für den LRVBW

Allen Schwierigkeiten zum Trotz schwamm das Boot „Landesruderverband Baden-Württemberg“ immer mehr in ruhigere Gewässer, alle haben dazu beigetragen und so konnte sich das kleine Pflänzlein stetig zu einer großen Pflanze entwickeln. Heute ein Landesruderverband, auf den wir stolz sein können, auf einen Verband, der Großes für seine Mitgliedsvereine und deren Mitglieder geleistet hat und leistet. Ein auf allen Ebenen erfolgreicher Verband, wie ich denke.

Bernd Kuhn

Nachhaltigkeit ist die stabile Grundlage für sportlichen Erfolg

JÜRGEN SCHOLZ
PRÄSIDENT LANDESSPORTVERBAND
BADEN-WÜRTTEMBERG (LSVBW)

In einer Satzung sind die Aufgaben einer Organisation exakt beschrieben. In der des Landessportverbandes Baden-Württemberg (LSVBW) steht unter anderen zum Zweck und den Aufgaben: Förderung des Leistungssports in Baden-Württemberg einschließlich Talentsuche und Talentförderung sowie Bekämpfung des Dopings; Schutz von Umwelt, Natur und Landschaft sowie einer nachhaltigen Entwicklung im und für den Sport.

Kombiniert ergibt sich die Frage: Was bedeutet Nachhaltigkeit im Leistungssport? Mit diesem Themenkomplex haben sich im vergangenen Jahr Expertinnen und Experten beim vorolympischen sportmedizinischen Symposium beschäftigt. Nachhaltigkeit im Leistungssport meint im physischen, psychischen und sozialen Kontext, dass sportliche Höchstleistungen so gestaltet und unterstützt werden, dass sie langfristig gesund, stabil und verantwortungsvoll möglich sind – für Athletinnen und Athleten, Trainerinnen und Trainer sowie das gesamte System. Dabei wurde auch die Frage gestellt, ob sich Nachhaltigkeit und Nachwuchsleistungssport ausschließen. Die klare Antwort lautet: Nein.

Allerdings müssen für die jugendlichen Athletinnen und Athleten einige Voraussetzungen im physischen, im psychischen wie auch im sozialen erfüllt sein. Unbestritten ist, dass bei allem Streben nach sportlichem Erfolg die Gesundheit und die Würde der jungen Sportlerinnen und Sportler stets oberste Priorität haben muss. Damit dies gelingt, bedarf es entsprechender Betreuungsstrukturen. Den Athletinnen und Athleten muss eine langfristige Karriereperspektive aufgezeigt und ermöglicht werden, während dieser sie von einem kompetenten Betreuungspersonal versorgt werden müssen. Dazu gehören weit mehr als die verantwortlichen Trainerinnen und Trainer. Ihnen muss ein auf ihre Bedürfnisse ausgerichtetes Umfeld garantiert werden, in dem sie sich bestmöglich entwickeln können. Neben der medizinischen Betreuung gehört hierzu z.B. auch eine Laufbahnberatung, welche die individuelle Situation berücksichtigt. Schließlich sollen die jungen Sportlerinnen und Sportler auch nach ihrer Karriere noch

„Nachhaltigkeit im Leistungssport ist kein Widerspruch zu Spitzenleistung – sie ist deren Voraussetzung.“

unbeschwert Sport treiben können. Und ihnen muss die Möglichkeit geschaffen werden, dass sie für die Herausforderungen von sportlicher und beruflicher Karriere gewappnet sind. Denn nur die wenigsten Athletinnen und Athleten werden in ihrer Karriere so viel Geld verdienen, dass sie später gut davon leben können. Eine fundierte Ausbildung ist daher unerlässlich.

Doch sind die vorhandenen Strukturen geeignet, damit alle diese Bedürfnisse erfüllt werden können? Wenn es möglich wäre, hätte ich dieses Fragezeichen gerne größer gemacht. Vor allem denke ich dabei an die auf Bundesebene immer wieder aufkommenden Wünsche nach Zentralisierung. Dies erfordert einen oft langwierigen Anpassungsprozess von Athletinnen und Athleten und garantiert in vielen Fällen nicht den bestmöglichen Erfolg. Auch trifft dies auf die Forderungen, in welchem Alter welche Sportlerin oder welcher Sportler bestimmte Leistungen zu erfüllen hat, zu. Klar gibt es Talente auf der Überholspur. Aber es gibt auch diejenigen, die etwas mehr Zeit benötigen, weil sie sich langsamer entwickeln. Was ich sagen will: Wir müssen von genormten Denkweisen wegkommen, wie sich Karrieren zu entwickeln haben.

Natürlich gehört es zum Leistungssport, auch schon im Nachwuchsbereich, nach der bestmöglichen Leistung zu streben. Doch nicht um jeden Preis. Dies einzuhalten, gilt auch für Trainerinnen und Trainer. Deshalb ist für eine nachhaltige Entwicklung der jungen Sportlerinnen und Sportler unerlässlich, dass die Coaches langfristig abgesichert sind und nicht Jahr für Jahr Ergebnisse im Sinne von Platzierungen bei Meisterschaften oder Turnieren abliefern müssen, um ihren Job zu behalten. Dies versucht der LSVBW schon seit vielen Jahren umzusetzen und hat deshalb das Berufsbild für Leistungssportpersonal entwickelt.

Nachhaltigkeit im Leistungssport ist kein Widerspruch zu Spitzenleistung – sie ist deren Voraussetzung. Wer junge Talente nicht nur fördert, sondern auch schützt, wer Trainerinnen und Trainern Perspektiven und Sicherheit gibt und wer Systeme schafft, die nicht kurzfristige Erfolge belohnen, sondern langfristige Entwicklungen ermöglichen, handelt verantwortungsvoll und im Sinne unserer Satzung. Der LSVBW versteht sich dabei nicht nur als Förderer des Leistungssports, sondern auch als Impulsgeber für ein Umdenken: hin zu einem Leistungssport, der individuelle Entwicklung respektiert, Vielfalt zulässt und Raum für Menschlichkeit bietet. Nachhaltigkeit ist damit kein Zusatz zum sportlichen Erfolg, sie ist dessen stabile Grundlage. Und wir als Verband stehen in der Verantwortung, diese Grundlage zu sichern.

Ein Meilenstein in der leistungssportlichen Geschichte in Baden-Württemberg

TEXT: BERND KUHN
FOTO: GÜNTER BECK

Leistungssport in Baden-Württemberg war in den 50er und 60er Jahren in der Hauptsache Teil der Vereinsarbeit, überregionale Arbeit oder gar die Bildung von Renngemeinschaften war sehr selten. Die Vereine waren auf sich allein gestellt, eine übergeordnete Betreuung gab es nicht. Manche Vereine suchten dann andere Möglichkeiten, so war z.B. der Überlinger RC Bodan oft mit seinen Leistungssportlern bei Lehrgängen in München.

Ohne diese Unterstützung, auch durch den damaligen Landestrainer von Bayern, wären die Erfolge der Überlinger Ruderer in den 80er Jahren national wie international nicht möglich gewesen. Erst später, so in den 60er und 70er Jahren kam man in Baden-Württemberg dann zu der Erkenntnis, dass die Vereinstrainer, die meistens ehrenamtlich tätig, doch Unterstützung benötigen, wenn man erfolgreicher rudern wollte. Erfolgreich zu rudern war das Ziel der Vereine, der Sportbünde und des LAL (Landesausschuss zur Förderung des Leistungssports).

Drei Landesmeisterschaften – streng getrennt

Es wurden dann Honorartrainerstellen geschaffen, die diese Aufgabe übernehmen sollten. Diese Honorartrainer waren aber noch streng getrennt, es gab welche für Südbaden, Nordbaden und Württemberg. Übergeordnete Leistungslehrgänge gab es auch noch nicht, so kochte jeder Verband mit seinen Vereinen sein eigenes Süppchen. Anfang der 70er Jahre fanden dann die ersten Landesmeisterschaften statt, auch hier zunächst noch streng getrennt. Mit der Zeit setzte sich dann die Erkenntnis durch, dass ein Miteinander der Vereine in Baden-Württemberg leistungssportlich erfolgreicher sein würde und genau diese Erkenntnis war dann auch der Schlüssel zur Bildung des Gesamtverbandes.

Die ersten Landeshonorartrainer im LRVBW

Es gab weiterhin die sogenannte Landeshonorartrainer, jetzt waren diese allerdings überregional für alle Vereine zuständig und wurden durch einen Leistungssportreferenten koordiniert, der im Vorstand des LRVBW Sitz und Stimme hatte. Auch fanden überregionale Lehrgänge statt. Zum Teil schon in Breisach, wobei die Frage der Übernachtungen ein Problem darstellte. Manchmal wich man aus in benachbarte Hotels, so zum Beispiel in den Adler nach Ihringen.

Auch setzte sich bei manchen leistungssporttreibenden Vereinen langsam die Erkenntnis durch, dass das alles nichts Halbes und nichts Ganzes ist und so wurde die Schaffung einer hauptamtlichen Stelle eines Landestrainers ins Gespräch gebracht. Natürlich gab es da auch Bedenkenträger, die glaubten, erfolgreicher zu sein, wenn alles etwas dezentralisiert wäre. Diese Bedenkenträger befanden sich in der Hautsache in den Reihen der bisherigen Landeshonorartrainer.

Landestrainer und Strukturpläne

Trotz der Bedenken einiger trieb der damalige Vorsitzende des Verbandes, Alfred Berger, das Projekt Landestrainer konsequent voran und verhandelte entsprechend mit dem LAL. Angestellt sollte der Landestrainer beim Land werden, vertreten durch den LAL.

Ein Strukturplan musste erstellt und dem LAL vorgelegt werden. Dieser enthielt schon die Stelle eines Landestrainers. Im Jahr 1990 wurde dann dem Vorhaben grünes Licht gegeben und die Stelle konnte ausgeschrieben werden.

Die Ausschreibung ergab 5 Bewerber, wobei sich der Vorstand dann für Klaus Günther entschied. Klaus Günther war Konstanzer und als Landestrainer schon einige Jahre in Bayern tätig. Seine Aufgabe war es nun, entsprechende Strukturen zu schaffen.

Die Entscheidung Mannheim oder Breisach

Bereits kurz nach der Gründung des Gesamtverbandes wollte man einen zentralen Lehrgangsort und sah zunächst die Lösung in Mannheim im Mühlauhafen. Dort sollte ein Haus für Übernachtungen der Sportler entstehen. Außerdem sollte eine entsprechende Steganlage, die Lehrgänge ermöglichte, gebaut

werden. Hinter dem Projekt Mannheim stand auch der damalige LAL-Vorsitzende Richard Möll.

Beides wurde dann auch realisiert, teilweise mit Mitteln des LAL und der Stadt Mannheim. Aber so richtig fand das Vorhaben keine Gegenliebe, besonders auch nicht bei den Sportlern. Die Gegebenheiten vor Ort, dem Industriehafen und das sonstige Umfeld entfachten keine Euphorie, weder bei den Sportlern noch bei den Trainern.

So wurde immer mehr der Wunsch nach einem Landesleistungszentrum (LLZ) in Breisach geäußert, einer idealen Strecke, die auch besonders für das Training geeignet war. Natürlich gab es auch bei diesem Vorhaben viel Gegenwind, besonders aus der Mannheimer Ecke, aber schlussendlich entschieden die Mitglieder des Verbandes auf einer Mitgliederversammlung im Jahr 1980, ein LLZ in Breisach entstehen zu lassen und Mannheim teilweise aufzugeben. Beibehalten wurde noch ein Stützpunkt in Mannheim beim VWM (Volkstümlicher Wassersport Mannheim e.V.), wo eine kleine Blechbootshalle entstand. Weiterhin gab es an diesem Stützpunkt eine Weile einen Landestrainer mit einer halben Stelle.

Das Landesleistungszentrum Breisach nimmt Gestalt an

Aufgabe des LRVBW-Vorstandes war es nun, sich der gestellten Aufgabe Breisach anzunehmen. Viele Gespräche wurden geführt, zum Teil mit anderen Sportverbänden, ob nicht aus dem Vorhaben etwas Großes werden könnte. Die Gespräche waren nicht erfolgreich und so setzte sich die Überlegung durch, allein zu marschieren. Ein Glücksfall stellte sich ein, als das Deutsche Jugendherbergswerk die Absicht kundtat, am Rhein eine neue, große Jugendherberge zu bauen. Eine Kooperation mit der Jugendherberge wurde geschlossen, die nun für die Übernachtung und Verpflegung der Sportler zur Verfügung stand. Somit konnte das LLZ aufgebaut werden, ohne für diese Infrastruktur sorgen zu müssen.

Was nun noch geklärt werden musste war die Grundstücksfrage. Der Breisacher RV hatte eine Option auf das Grundstück östlich des bestehenden Grundstücks und er verzichtete zu Gunsten des LRVBW auf die Erweiterungsfläche. Schnell war ein entsprechender Vertrag mit der Stadt Breisach geschlossen. Nun ging alles sehr schnell, auch weil die Stadt Breisach und besonders der 1. Beigeordnete und Baubürgermeister Wacker, vollumfänglich hinter dem Vorhaben stand. Die Stadt übernahm die Planung, die Ausschreibung und die Bauleitung für das Bootshallenprojekt und das ohne Kostenweiterberechnung für den Verband.

Richtfest für das LLZ Breisach

Der Verband musste die Finanzierung klären und mit Unterstützung des Badischen Sportbundes Süd und des LAL sowie einem Privatdarlehen konnte auch diese Hürde genommen werden. Begonnen wurde mit dem Bau Anfang 1991, das Richtfest wurde im Juni 1991 gefeiert. Zum Ende des Jahres 1991 war alles so weit, dass die vorhandenen, verbandseigenen Boote, die bis dahin teilweise in den Vereinen lagerten, in die Halle einziehen konnten.

Was dann daraus wurde und wie sich alles entwickelte, kann der Leser heute selbst vor Ort sehen.

Junge Kraft fürs Rudern

TEXT: RUDERJUGEND

Wenn wir über die Zukunft des Rudersports in Baden-Württemberg sprechen, kommen wir an den Kindern und Jugendlicher und der Förderung dieser durch die Ruderjugend Baden-Württemberg, als Teil des Landesruderverbandes Baden-Württemberg, nicht vorbei. Die Jugend ist nicht nur das Fundament für alles Zukünftige, sie gestaltet auch heute schon aktiv den Rudersport in unserem Bundesland mit. Die Ruderjugend steht unseren Trainer*innen und Jugendleiter*innen unterstützend zur Seite und bietet eine Reihe verschiedener Veranstaltungen in ganz Baden-Württemberg an. Die Ruderjugend möchte jungen Menschen im Rudersport eine starke Stimme geben, sie fördern, vernetzen und befähigen, die Entwicklung unseres Sports aktiv mitzugestalten.

Warum gibt es uns?

Die Ruderjugend Baden-Württemberg ist die eigenständige Jugendorganisation im Landesruderverband Baden-Württemberg. Gewählt werden wir im Rahmen des Jugendverbandstags, der alle zwei Jahre stattfindet. Dort kommen die Jugendleiter*innen, Kindertrainer*innen und alle sonstigen Interessierten zusammen. Pro Verein habt ihr im Rahmen von diesem Gremium zwei Stimmen und könnt somit die Jugendarbeit konkret mitgestalten. Der auf dem Jugendverbandstag gewählte Vorstand der Ruderjugend vertritt anschließend für die kommenden zwei Jahre die Interessen der Kinder und Jugendlichen gegenüber dem Landesruderverband Baden-Württemberg und der Deutschen Ruderjugend. Unser Ziel ist es, junge Menschen für das Rudern zu begeistern, in ihrer Persönlichkeit und Entwicklung zu stärken, sportliches und ehrenamtliches Engagement zu fördern und sichere, sowie faire Rahmenbedingungen für unseren Sport und den Umgang miteinander zu schaffen. Gleichzeitig verstehen wir uns als Bindeglied zwischen den Engagierten in den Vereinen und den Strukturen im Landesruderverband. Wir bringen Ideen in Bewegung, unterstützen Vereinsjugendarbeit und bieten Austauschformate, Lehrgänge und Veranstaltungen alle Interessierten in ganz Baden-Württemberg an.

Was wir tun – unsere Themen und Aufgaben

Die Ruderjugend ist in viele zentrale Aufgabenfelder eingebunden, die den Rudersport in Baden-Württemberg maßgeblich prägen:

Wettkämpfe

Wettkämpfe für Kinder und Jugendliche sind ein Herzstück unserer Arbeit. Denn sie fördern nicht nur Leistung und Motivation, sondern vor allem Gemeinschaft, Fairness und Freude an der Bewegung. Mit der Sommer- und Wintertalentiade, dem Ländervergleichskampf (LVK) und dem Nachwuchswettbewerb schaffen wir Angebote, die Kindern und Jugendlichen den Einstieg in den Sport ermöglichen sollen. Das Highlight des Jahres stellt der Bundeswettbewerb, welcher von der Deutschen Ruderjugend veranstaltet wird, dar. Hier fährt ein großes Team aus ganz Baden-Württemberg an den jeweiligen Veranstaltungsort und verbringt dort vier schöne Tage voller Spaß, Freude und Teamgeist. Genaue Informationen zu allen Veranstaltungen, sowie die Termine zu diesen, befinden sich auf der Homepage des Landesruderverbandes.

Lehrgänge und Fortbildungen

Zusammen mit dem Vorsitzenden für Bildung und Sportentwicklung, Dr. Wolfgang Fritsch, führt die Ruderjugend jedes Jahr die Trainerassistenten Ausbildung (TASSI) durch. 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.

TEAM BaWü – löwenstark!

Außerdem findet jeden Herbst der Athletiklehrgang statt. Auf diesem Lehrgang wird den Kindern ein vielfältiges Sportangebot geboten. Es geht beispielsweise um Hallen- und Athletiktraining für Ruderer, Koordination und Beweglichkeit, Aquafitness und Grundlagen im Langhanteltraining.

Kinder- und Jugendschutz
Ein sicheres Umfeld ist Grundvoraussetzung für sportliche und persönliche Entwicklung. Wir engagieren uns deshalb auch im Bereich des Kinder- und Jugendschutzes. Die Entwicklung und Umsetzung von Schutzkonzepten und die Sensibilisierung für das Thema Prävention sexualisierter Gewalt (PSG) stehen dabei im Fokus. Unser Ziel: ein sicherer Raum für alle – unabhängig von Geschlecht, Herkunft oder körperlicher Verfassung. Als Ruderjugend haben wir hierzu ein Schutzkonzept für den Verband erarbeitet, welches auf der Website einsehbar ist. Außerdem stehen wir in jeglichen Fragen zur Verfügung und haben für den Ernstfall auch Schutzbeauftragte, welche jederzeit erreichbar sind.

Beteiligung und Mitarbeit in der Ruderjugend
Die Ruderjugend BaWü lebt davon, dass alle ihre Ideen einbringen, Verantwortung übernehmen und gestalten – mit uns und für sich selbst. Nur durch viele verschiedene Meinungen und Ideen können wir den Rudersport in Baden-Württemberg für die Kinder und Jugendlichen gestalten. Wir freuen uns jederzeit über jede und jeden, die/der sich in unsere Aufgaben einbringt und Verantwortung übernimmt. Nur zusammen können wir Veranstaltungen erarbeiten, durchführen und die Kinder zum Strahlen bringen.

Wer wir sind
Hinter dem Vorstand der Ruderjugend Baden-Württemberg stecken aktuell vier engagierte Personen. Damit ihr ein Gesicht und Namen zu uns habt, findet ihr im Folgendem zu jeder und jedem von uns einen kurzen Steckbrief. Sprecht uns gerne an, wenn ihr uns seht. Jede Anregung, Idee, Frage oder auch Kritik ist für unsere Tätigkeit sehr wichtig und hilfreich. Gemeinsam mit euch wollen wir die Zukunft der Ruderjugend in Baden-Württemberg gestalten. Wir freuen uns die engagierten Gesichter in Baden-Württemberg kennenzulernen und mit euch in den Austausch zu kommen.

Bucht uns und unseren Ruderjugend-Pavillon für euer nächstes Event!

Das Angebot
Ihr plant einen Tag der offenen Tür, eine Aktion an einer Schule, einen Sporttag oder ein Vereinsfest?

Wir kommen zu euch – mit unserem Ruderjugend-Pavillon und spannenden Mitmachaktionen für Kinder & Jugendliche!

Nähere Informationen findet ihr auf der Webseite des Landesruderverbands Baden-Württemberg e.V. **www.lrvbw.de.** Bei Interesse oder Fragen könnt ihr euch jederzeit per Mail unter jugendleitung@rudern-bw.de melden.

Name: Johanna Schmidt
Alter: 20
Verein: Stuttgart-Cannstatter Ruderclub
Position in der Ruderjugend: Landesjugendleiterin
Seit wann im Team der Ruderjugend: 2023

Warum engagiere ich mich in der Ruderjugend? Ich engagiere mich in der Ruderjugend, weil es unglaublich wichtig ist, dass auch die Kinder und Jugendlichen in unserem Landesruderverband repräsentiert und vertreten werden. Den Vereinen etwas zu geben und die Kinder begeistert zu sehen, macht unglaublich viel Spaß und gibt sehr viel zurück. Die Arbeit ist im Generellen vielfältig und stellt mich selbst immer wieder vor Herausforderungen. Diese zu bewältigen und am Ende immer wieder Neues zu lernen und zu erarbeiten, macht Freude und ist sehr bereichernd.

Name: Bjarne Bickenbach
Alter: 24
Verein: Mannheimer Ruder-Club von 1875 e.V.
Position in der Ruderjugend: Stellvertretender Landesjugendleiter
Seit wann im Team der Ruderjugend: 2023

Warum engagiere ich mich in der Ruderjugend? Die Ruderjugend liegt mir besonders am Herzen, weil ich die Freude und Begeisterung, die ich selbst durch das Rudern erfahren habe, gerne an andere weitergeben möchte. Rudern ist mehr als nur Sport – es vermittelt Werte wie Teamgeist, Disziplin, Ausdauer und Verantwortungsbewusstsein. Diese Eigenschaften prägen nicht nur das sportliche Miteinander, sondern auch die persönliche Entwicklung jedes Einzelnen. Durch mein ehrenamtliches Engagement in der LRJ habe ich die Möglichkeit, eigene Ideen einzubringen, Projekte mitzugestalten und aktiv zur Weiterentwicklung der Jugendarbeit beizutragen. Gerade in einer Zeit, in der das Ehrenamt oft vor Herausforderungen steht, ist es mir ein Anliegen, anderen zu zeigen, wie bereichernd und erfüllend dieses Engagement sein kann – insbesondere in einem offenen, motivierten und sympathischen Team. Ich bin überzeugt: Wer sich gemeinsam für eine Sache einsetzt, erlebt Gemeinschaft, Verantwortung und persönliche Erfolge auf eine ganz besondere Weise. Die Ruderjugend bietet hierfür den idealen Rahmen – und ich freue mich, ein Teil davon zu sein.

Name: Antonio Bashich
Alter: 17
Verein: Stuttgart-Cannstatter Ruderclub
Position in der Ruderjugend: Stellvertretender Landesjugendleiter
Seit wann im Team der Ruderjugend: 2025

Warum engagiere ich mich in der Ruderjugend? Ich finde, die Verbandsarbeit, die die Ruderjugend für die Jugendlichen macht, hat eine tragende Bedeutung für den Rudersport in Baden-Württemberg, da man sich schon mit den Kleinsten beschäftigt und dazu beiträgt, diese auch möglichst lange im Rudersport zu behalten. Damit alles, was organisiert wird, noch besser klappt und noch vieles mehr möglich wird, ist die Jugendleitung auf Schultern angewiesen, die die Verantwortung und vielfältigen Aufgaben mittragen. In der Landesruderjugend mitzuhelfen, knüpft darüber hinaus viele Kontakte im ganzen breiten Spektrum des Rudersports in BW und in vielen Teilen auch deutschlandweit, sei es beim Landesrudertag oder beim Bundeswettbewerb, man lernt sehr viele freundliche Menschen kennen, die das Engagement für den Landesverband teilen.

Name: Lucas Reiter
Alter: 18
Verein: Heilbronner Rudergesellschaft „Schwaben“
Position in der Ruderjugend: Stellvertretender Landesjugendleiter
Seit wann im Team der Ruderjugend: 2025

Warum engagiere ich mich in der Ruderjugend? Es ist wichtig, dass auch Kinder und Jugendliche eine Vertretung gegenüber dem Landesverband haben, die sich für ihre Interessen einsetzt. Darüber hinaus verbindet die Ruderjugend junge Menschen aus verschiedenen Vereinen und organisiert Veranstaltungen und Wettkämpfe, die Kindern einen spielhaften Übergang zum Jugendsport ermöglichen sollen. Dabei möchte ich gerne mithelfen und einen Teil dazu beitragen, dass das Rudern auch in Zukunft ein attraktiver Sport bleibt.

Landesruderverband Baden-Württemberg e.V.

VORSTAND

VORSITZENDE

Heike Breitenbücher

STELLVERTRETENDE VORSITZENDE

BILDUNG UND SPORTENTWICKLUNG

Dr. Wolfgang Fritsch

BREITENSPORT

Wolfdietrich Jacobs

FINANZEN

Gerhard Reinert

LEISTUNGSSPORT

Sascha Hustoles

VERWALTUNG

Frank Kilian

EHRENVORSITZENDER

Bernd Kuhn

EHRENMITGLIEDER

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

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 2025

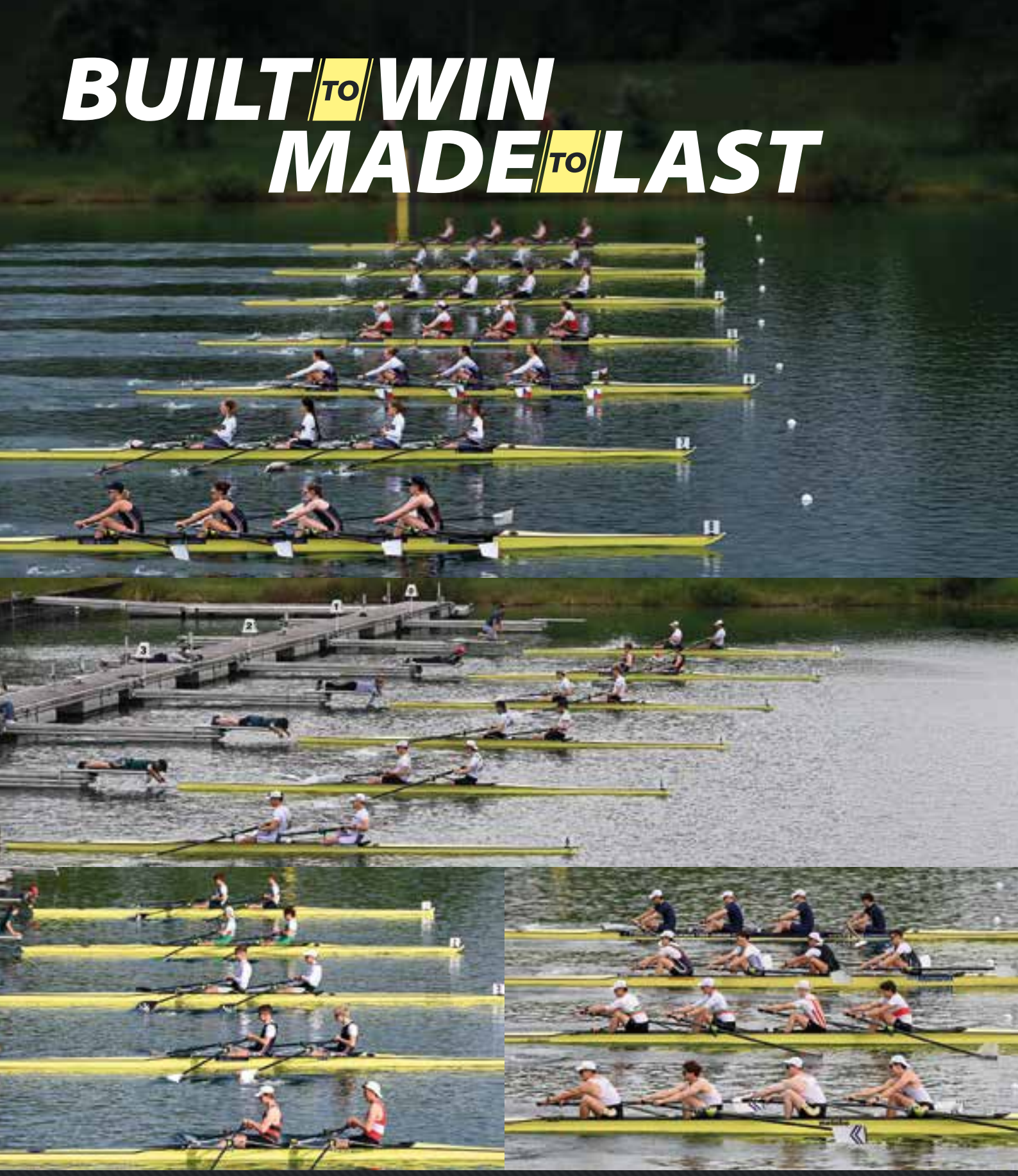
Redaktion:
Gesamtkoordination
Heike Breitenbücher, Vorsitzende
Für den Inhalt der Artikel sind die jeweils angegebenen Verfasser verantwortlich. Texte ohne Verfasserangabe wurden von der Redaktion erstellt.

Gestaltung:
WINTERGERST OPEN

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

Foto Titelseite:
Heilbronner Rudergesellschaft Schwaben
Leon Pascal Thierschmidt

BUILT TO WIN
MADE TO LAST



Qualität und Innovation

EMPACHER

www.empacher.com

Bootswerft Empacher GmbH // *Rockenauer Str. 7* // *69412 Eberbach, Germany* // *Tel: +49 (0)6271-8000-0* // *Bootswerft@Empacher.com*