

RUDER report

OFFIZIELLE
VERBANDSZEITUNG

Einzelverkaufspreis: € 3,60



Coastal Rowing WM in Hongkong
Ausschreibung Indoor-Rudermeisterschaft
Wanderfahrten

Strategietagung und Präsidiumssitzung Anfang November 2019

Weichenstellungen für eine erfolgreiche Zukunft

Das Hauptaugenmerk dieser Sitzung lag auf der Jugend- und Nachwuchsarbeit – die Ausgangssituation mit einem Rückblick auf die Entwicklungen beim Coupe de la Jeneusse, Junioren- und U23-Weltmeisterschaften der letzten Jahre wurde dargestellt und die Vertreter der Landesverbände brachten ihre Wünsche an den Verband zum Ausdruck. Basierend darauf wurde einstimmig beschlossen einen Nationaltrainer U19 zu installieren – Mag. Christoph Engl hat seit 11.11.2019 diese Position inne. Zu seinen Hauptaufgaben zählt die Festlegung der Nominierungsrichtlinien, Mannschaftsbildung, Schnittstelle zum U23-Bereich, Erstellung eines Rahmentrainingsplanes und eines einheitlichen Technikleitbildes sowie die Definition von Scoutingkriterien für Schüler/Junioren-B. Zur Abdeckung folgender Punkte soll ein Arbeitskreis mit Vertretern aus allen Landesverbänden unter der Leitung von Christoph eingerichtet werden: Aus- und Weiterbildung – Train the Trainer, Vereinbarung der Kommunikationswege, Lösungsansätze für die Probleme im Jugendbereich, Reformation des Schulruderbewerbes.

Weiters wurde beschlossen Mag. Wolfgang Sigl für 2020 als Headcoach für U23 und Non-Olympics einzusetzen. Auch nach den Olympischen Spielen in Tokio soll wieder ein Nationaltrainer angestellt werden.

Berichtet wurde über die Pläne im Pararowing (Ziel pro Jahr ein zusätzlicher Verein für Para-Athleten), die Istsituation im Mastersbereich mit Ausblick auf die World Master Regatta 2020 in Linz/Ottensheim und von Präsident Nussbaumer über die zu erwartenden Entwicklungen in der kommenden Olympiade (Wegfall der Leichtgewichte ab 2024, eventuell Kompensation der Medaillenbewerbe durch Coastal Rowing, notwendige Förderung des Frauenruderns).

Im Bereich des Breitensportes wurde beschlossen 2020 die ÖVM nicht auszu-schreiben, der Tag des Österreichischen Rudersportes soll aufgewertet werden und die ÖVMM als Abschlussregatta der Saison an der Alten Donau unter Einbindung aller Vereine stattfinden.

Vom Präsidium wurde die Ernennung von Lisa-Maria Wimmer zur Vorsitzenden der Schiedsrichterkommission bestätigt, die der neuen Vizepräsidentin und Schriftführerin Birgit Steininger in dieser Funktion nachfolgt sowie die Bewerbung von Linz/Ottensheim für die Europameisterschaften 2024.

Birgit Steininger, Vizepräsidentin

Der Österreichische Ruderverband hat wieder eine internationale Schiedsrichterin mehr.



Nora Pfandlsteiner ist Ende November nach Moskau gereist, um sich dort der Prüfung durch die FISA zu stellen. Die Prüfung fand in den Räumlichkeiten des Russischen Olympischen Komitees statt, wo Nora am 30.11. im schriftlichen Teil mit ihrem Wissen überzeugen konnte. Auch die praktischen Prüfung, die am Tag danach stattgefunden hat, bestand Nora mit Bravour.

Wir gratulieren Nora Pfandlsteiner vom 1. RC Ausseerland herzlich zur bestandenen FISA-Schiedsrichterprüfung und wünschen ihr für ihre internationale Tätigkeit viel Erfolg!

Titelbild

Vor der imposanten Skyline von Hongkong fand die diesjährige Coastal Rowing WM statt. Michael Saller und Lukas Kreitmeier im CM2x errangen in ihrer Bootsklasse den ausgezeichneten 7. Platz.

4 Coastal Rowing WM in Hongkong
Wolfgang Sigl

5 Österreichische Meisterschaften
Günter Woch

7 Bayerischer Voralpennvierer
Ute Denkenberger

8 Ausschreibung
31. Int. Österreichische Indoor-Rudermeisterschaften, Salzburg

10 Von Passau nach Stein
G. Schätzle und G. Zimmermann

RV Tulln am Schwarzen Meer
Franz Gratsch

12 ÖRV Wanderfahrt auf der Vltava
Andrea Ranner

13 Wanderfahrt in Litauen
Ute Denkenberger

15 RuderWIKI
Veronika Ebert

16 Südböhmisches Meer
Günter Zimmermann

16 Wanderrudern aktuell
Fritz Stowasser

18 Im zauberhaften Douro-Tal
Otti Hill

19 5-Seen-Wanderfahrt
Gerald Lesmika

Reisen mit dem Ruderboot
Vortrag beim RV Normannen

WIR DANKEN FÜR DIE UNTERSTÜTZUNG:

**STRÖCK
HEADSTART • DROTT
SPORT-MINISTERIUM
TEAM ROT-WEISS-ROT
TOTO • HSZ • ÖOC
SPORTHILFE • BSO
BOOTSWERFT
SCHELLENBACHER
DRUCKEREI FUCHS
CONCEPT2 • POLAR**

Nachdruck, auch auszugsweise, nur unter vollständiger Quellenangabe gestattet. Die mit dem Namen des Verfassers gekennzeichneten Artikel sind nicht unbedingt als Meinung des Herausgebers anzusehen. Bei Zuschriften an die Redaktion wird das Einverständnis zur vollen oder auszugsweisen Veröffentlichung vorausgesetzt, sofern der Einsender nicht ausdrücklich andere Wünsche äußert. Für amtliche Veröffentlichungen übernimmt die Redaktion keine Haftung.



- 26. Jänner**
Indoor-Rudermeisterschaften
Salzburg
- 28. März**
RUDERTAG des ÖRV, Linz
- 4. April**
Capital Cup, Budapest (HUN)
- 4. April**
Inn-River-Race, Passau
- 4. bis 18. April**
WRT 2020 Pacific Development
Tour, American Samoa
- 10. bis 12. April**
FISA World Rowing Cup I
Sabaudia (ITA)
- 18. April**
1. Sternfahrt
Normannen Klosterneuburg
- 18. bis 19. April**
Int. Kärntner Ruderregatta (ÖVM)
Wörthersee
- 19. April**
ANRUDERN des ÖRV, Graz
- 25. April**
10/20-Kilometer
Langstreckenregatta
- 27. bis 29. April**
European Olympic Qualification
Varese (ITA)

**Redaktionsschluss RR1/2020:
15. Februar 2020**

Impressum (Medieninhaber, Herausgeber)

Österreichischer Ruderverband,
1030 Wien, Blattgasse 6
Tel. +43/1/7120878, Fax +43/1/712087899
www.rudern.at E-Mail: office@rudern.at

Satz und Druck: Fuchs GesmbH,
2100 Korneuburg, Kreuzensteiner Str. 51

Redaktion: Birgit Steininger, Korneuburg,
Tel. +43/699/18788800

E-Mail: birgitsteininger@gmx.at

Fotos: Nussbaumer, Kral, Sachslehner,
Gratsch, Felsinger, ÖRV

Verlagsort: Wien **P.b.b.**

Verlagspostamt: 1030 Wien

Offenlegung

Medieninhaber: Österreichischer Ruderverband, 1030 Wien, Blattgasse 6.
(Präsidium: Helmar Hasenöhr, Mag. Horst Nussbaumer, Birgit Steininger, Mag. Walter Kabas, Dr. Werner Russek, Horst Anselm, Mag. Klaus Köninger, Andreas Kral, Heinrich Neuberger, Mag. Helmut Nocker).

Der RUDERREPORT ist eine unabhängige, unpolitische Druckschrift und dient der gegenseitigen Information der Mitglieder und Vereine des Österreichischen Ruderverbandes. Näherbringung des Sports der Öffentlichkeit.

Erscheint 6mal jährlich – Auflage 7.600

Liebe Leserinnen und Leser, liebe Ruderfreunde,



das besonders ereignisreiche Jahr 2019 neigt sich dem Ende zu und dies bietet uns allen die Gelegenheit zurück zu blicken, die Ereignisse Revue passieren zu lassen und sich über das Erreichte zu freuen.

Ich möchte allen gratulieren und danken, dass sie dazu beigetragen haben, dass dieses Ruderjahr so erfolgreich war und eindrücklich in Erinnerung bleiben wird. Der weite Bogen spannt sich heuer von den erfolgreichen Ruderinnen und Ruderern, Trainerinnen und Trainern bis zu allen, die Heim-WM zu einem großen Erfolg gemacht haben.

Der österreichische Rudersport hat ein großartiges Jahr erlebt, das uns allen noch lange in Erinnerung bleiben wird und auf das wir alle mächtig stolz sein dürfen.

Kurz vor Jahresende möchte ich aber auch in Erinnerung rufen, dass viele von uns eine sehr große Verantwortung übernommen haben: von den Fahrern der Boots- und Mannschaftstransporte, über die Veranstalter der Regatten über die Schiedsrichterinnen und Schiedsrichter, über die vielen Funktionärinnen und Funktionäre, die neben ihrer freiwilligen Arbeit ein oft nicht unerhebliches finanzielles Haftungsrisiko eingehen und sich in den Dienst der guten Sache stellen; der Platz hier reicht nicht aus, um alle zu erwähnen. Ich danke allen, dass sie diese Aufgaben übernehmen und die es ermöglicht haben, dass 2019 ein weitgehend unfallfreies und ein so positives Jahr war.

Wie jedes Jahr werden im Herbst die Planungen für das kommende Jahr gemacht. Dies ist auch heuer geschehen. So wurden zum Beispiel im Rahmen der letzten Präsidiumssitzung einige wesentliche Weichenstellungen beschlossen. Obwohl im Vorhinein sehr heftig diskutiert wurde und wilde Drohungen im Raum standen, ist es mir gelungen, die Sitzung sehr produktiv zu führen und die im Vorhinein in Umlauf gebrachten Extrempositionen einzufangen und in produktive, umsetzbare Beschlüsse zu gießen, die allesamt einstimmig gefasst wurden. Die wichtigsten Ergebnisse werden in diesem Ruderreport veröffentlicht. Ich bin sehr zuversichtlich, dass sich diese Entscheidungen positiv auf den österreichischen Rudersport auswirken werden.

Ich wünsche Euch ein frohes Weihnachtsfest, einen guten Rutsch ins neue Jahr, einen schönen Winter und eine sehr effektive Vorbereitung auf das Ruderjahr 2020

Herzlichst Euer Horst Nussbaumer, Präsident

*Ein gesegnetes Weihnachtsfest
sowie ein glückliches,
gesundes und erfolgreiches Jahr 2020
allen Freunden des Rudersports*

wünschen

**Der Österreichische Ruderverband
Die Redaktion des Ruderreports**



1. bis 3. November 2019 - Coastal Rowing WM, Hongkong

Saller/Kreitmeier (CM2x) errundern den 7. Platz

Vom 1.–3. November 2019 ging die World Rowing Coastal Championships erstmal in Asien über die Bühne. Der ÖRV hat letztendlich eine Mannschaft gesichtet und nach Hongkong entsandt. Ziel war es, Erfahrungen für die Zukunft in dieser doch noch jungen Leistungsklasse zu sammeln.

Das Duo Michael Saller und Lukas Kreitmeier hat sich unter Betreuung von Wolfgang Sigl in heimischen Gewässern auf diese Aufgabe vorbereitet. Ein sehr großes Meldeergebnis hat das große Interesse an diesem facettenreichen Renntyp unter Beweis gestellt. Auch konnte man vorab erkennen, dass die Rennen einerseits von erfahrenen Ex-Ruderern und andererseits von körperlich kader-tauglichen Athleten gemeldet wurden.

Auch wenn der Einfluss aufgrund eines Wellengangs vom offenen Meer her gering war, das Wasser im Viktoria Harbour, zentral in Hongkong gelegen, konnte nicht unruhiger sein. Durch die hohe Frequenz an Fähri- und Transportschiffen waren die Wellenberge oft so hoch, dass man das Ruderboot kaum ausmachen konnte.

Der Kurs: Der Countdown vor dem Start ließ die Spannung steigen; exakt jede Minute vor dem Start gab es ein Signal, sodass man einerseits beschäftigt war, zu der Konkurrenz seine Position zu halten und zu gegebener Zeit, vielleicht auch schon in Fahrt, die Startlinie zu überqueren. Nachdem sich in der Startphase von gut einem Kilometer geradeaus das Feld auseinanderzog, wurde es bei einer etwa 150 Grad Wende zumeist ziemlich eng. Es folgte dann eine Schikane wie bei Formel 1 und dann im Vorlauf (4 km) noch zwei weniger spitze Kurven hin zur langen Zielgerade. Im Finale (6 km) musste der Rundkurs (ohne die beiden langen Teilstücke) zweimal umrundet werden, sodass man erneut beim imposanten Convention-Center knapp am Ufer vorbeischaufelte.

Die Regeln: Ein bisschen überraschend, hatte man doch im Captains-Meeting gemeint, dass es wie bei Formel 1 ohnedies ein Nachteil ist, stehen zu bleiben, wenn man zusammenfährt und es eigentlich nur zwei Minuten Penalty gibt, wenn man zu früh über die Startlinie überquert, wurden im Finale dann bei Zusammenstößen Zeitstrafen ausge-

sprochen. Diese wurden, soweit sich dies nachvollziehen ließ, dann ausgegeben, wenn die Körper der anderen Mannschaft mit den eigenen Rudern berührt wurden.

Die Rennen: Im Vorlauf des CM2x (Männer-Doppelzweier) konnten Saller/Kreitmeier unter Beweis stellen, was sie schon im Training gut einstudiert hatten. Perfekt konnte der Kurs auf die Wendebojen gehalten werden und auch die Wenden selbst waren nahezu ideal. Trotz einer Kollision mit dem deutschen Boot zu Beginn des Rennens, konnte der Abstand zu den beiden führenden Crews zugerudert und damit der dritte Platz abgesichert werden. Der Aufstiegsmodus (Top 5 aus den drei Vorläufen und ein geloster sechster Platz) ergab ein Feld von 16 Booten im Finale. Mit der Analyse der Vorläufe hatte sich dann die ÖRV-Crew das Ziel der Top 8 gesetzt. Im Finale konnte man sich aus Kollisionen, welche diesmal anderen zum



Verhängnis wurden, raushalten und sich im Mittelfeld einordnen. Sowie zwischen den führenden Crews ein Fight entbrannte, war auch die ÖRV Crew einem ständigen Platzierungskampf ausgesetzt. Zwischenzeitlich auf Rang sechs gelegen, musste man aber bei den letzten beiden Wenden das Risiko eines Zusammenstoßes vermeiden und das jeweils beste italienische und deutsche Boot ziehen lassen. Da jedoch letztendlich das heimische Boot aus Hongkong eine 60 Sekunden Strafe kassierte, wurde es Platz sieben für Österreich. Den Sieg holte sich das National-Team aus Spanien, welches sichtlich mit dem Coastal Rudern mehr als vertraut war. Auf Platz zwei landeten die körperlich starken Schwergewichte aus der Ukraine und Rang drei sicherten sich die Favoriten aus Monaco. Viele Teams aus Nationen mit sichtlich höheren Erfahrungen im Coastal-Rowing konnten aber im Klassement hinter sich gelassen werden. Saller/Kreitmeier zeigten bei der Premiere im Coastal-Rowing eine starke Leistung. Gratulation zu einer Leistung die einerseits Besonnenheit und viel Ausdauer bedurfte! Nächste Jahr ist die Coastal WM in Portugal, wo die Teilnehmer mit den Facetten des „echten Meerruderns“ konfrontiert sein werden. Der ÖRV will aus den heurigen Erfahrungen heraus die nächsten Schritte setzen und sich in dieser Wettkampf-Kategorie weiterentwickeln. Zu weiteren Plänen rund um das Thema „Austria goes Coastal“ werden wir sie auf dem Laufenden halten.

Wolfgang Sigl



Nachtrag zu den

92. Österr. Staatsmeisterschaften 62. Österr. Juniorenmeisterschaften 47. Österr. Schülermeisterschaften

vom 27. bis 29. September 2019 in Wien - Neue Donau,
da der Bericht erst nach Redaktionsschluss der letzten Ausgabe
fertiggestellt wurde.

Bei sehr durchwachsenem Wetter wurden die diesjährigen Meisterschaftsrennen in Wien, auf der WM-Strecke von 1991 - auf der Neuen Donau, ausgetragen.

23 Vereine haben heuer gemeldet, davon auch drei für die Pararowing-Bewerbe.

Freitag passable Wetterbedingungen, ein wenig Schiebewind, am Samstag leichter bis Starkregen, bei den letzten Rennen und Sonntag endlich wieder schönes Regattawetter.

Das OK um Andrea Anselm und Martin Bandera zogen alle Rennen und das gesamte Rundherum – trotz Baustelle – ausgezeichnet durch, überall zufriedene Teilnehmer, besonders bei den Medaillengewinnern.

Von Rennen zu Rennen

Schülerinnen

1x (12 Boote), aus den beiden Vorläufen qualifizierten sich WIL1, VIL, IST, OTT3, OTT2, MÖV2, die auch in dieser Reihenfolge ins Ziel kamen. Ein klarer Sieg mit einer guten Bootslänge für Greta Haider vor Theresa Berger und Maria Penk.

2x (9 Boote), im Finale ein überlegener Sieg für WIL mit Greta Haider/ Katharina Nagler vor den Booten von MÖV (Emma Rainer/Maria Penk), RCW (Jana Buchegger/Julia Thanhofer), IST, OTT2 und OTT1, wobei dieses Boot kurz vor dem Ziel fast gekentert wäre, doch dank der guten Bootsbeherrschung das Schlimmste verhindert werden konnte.

4x+ (5 Boote), auch in diesem Rennen setzten sich die Schülerinnen von WIL klar, mit 2 Längen vor OTT, IST, MÖV und LIA durch.

Greta Haider schaffte mit 3 Titeln die maximale Ausbeute, ihre Zweier- und Viererkollegin Katharina Nagler brachte es zusammen mit zwei gesteuerten Titeln sogar auf vier Siege.

Schüler

1x (13 Boote), in drei Vorläufen wurden die Finalteilnehmer ermittelt, wobei die jeweiligen Vorlaufsieger auch die ersten drei Plätze belegten. Lorenz Xaver Reitzinger vom RCW mit einer guten Länge vor MÖV (Noah Roidmayer) und ALB (Nicolas Zwanziger) 2. In weiterer Folge ALB 1, WIL und etwas abgeschlagen das Boot von PIR.

2x (10 Boote), ein sicherer Sieg für ALB1 mit den Brüdern Cillian und Noah Zwanziger vor LIA1 (Aleks Svetina), VIL1 (David Kaierauer/Bernd Pfurtscheller), WIL, VIL2 und ALB2, wobei die Plätze 2 und

3, sowie 4 und 5 sehr knapp entschieden wurden.

4x+ (5 Boote), ein knapper Sieg für die Mannschaft aus Villach vor ALB, 1 1/2 Längen dahinter WIL, LIA und OTT, alle innerhalb von 4 sec. Ein schönes, spannendes Rennen.

Junioren B

1x (16 Boote), in drei Vorläufen wurden die Finalteilnehmer ermittelt, wobei sich PÖC, LIA1, LIA2, RCW1, RCW2 und OTT1 durchsetzen konnten. Mittlerer Mitwind erschwerte dieses Rennen, doch letztlich konnte sich Emma Gutsjahr von PÖC mit einer Länge vor LIA1 und LIA2 durchsetzen. Etwas dahinter RCW2 und weit zurück das Boot von OTT1. RCW1 beendete das Rennen nicht.

2x (7 Boote), Sieg für den RCW mit Lisa Zehetmair/Emma Damberger mit 5 sec. Vorsprung, die Plätze 2 LIA (Ellene Lehrer/Ina Gönner) und 3 WIL (Philine Hölzl/Pia Seyringer) nur 2 sec. getrennt, dahinter STA und LIA2.

4x (4 Boote), sicherer Sieg für LIA1 vor WIL. Knapp dahinter die Boote von WIB und LIA2, die nur 23/100 trennten.

Junioren B

1x (19 Boote), das größte Teilnehmerfeld. In einem Einzelzeitfahren wurden die Startplätze für die drei Finalläufe ermittelt. Schnellster dabei war Peter Sebastian Gruber von GMU, der auch im Finale klar voran lag. Mit fast 4 sec Vorsprung verwies er Philipp Zunzer von MÖV und Alexander Meißner von WIB auf die Plätze 2 und 3. Ganz knapp dahinter auf Rang 4 Hannes Gietler von VIL. Die beiden weiteren Boote von ALB und WIL hatten mit dem Ausgang des Rennens nichts zu tun.

2x (10 Boote), in diesem Rennen gab es ein Herzschlagfinish zwischen WIB (Reimann/Meißner) und MÖV (Knoglinger/Zunzer). Nur 36/100 trennten beide Boote, dahinter mit 11 sec LIA1 (Daniel Wagner/Nils Reda). Die weiteren Boote von LIA2, VIL und RCW hatten keinen Einfluss auf das Ergebnis.

4x (5 Boote), bei starkem Mitwind ruderten die Boote von WIL, MÖV und WIB sicher vor dem übrigen Feld. Beim Zielspurt konnte WIL mit 2 sec. vor MÖV und ebenfalls mit 2 sec. vor WIB den Meistertitel errudern. Etwas zurück LIA und ALB. 4- (2 Boote), LIA und WIL. Ein sicherer Sieg für die Wiener Mannschaft vor dem Wiking Boot.

Junioren A

1x (6 Boote) 8 gemeldet, aber 2 wieder abgemeldet. Bei mittlerem Wind eine ganz klare Sache von Valentina Cavallar von FRI. Mit einem überlegenen Start-Ziel-Sieg konnte sie den Meistertitel errudern. Mit größerem Abstand dahinter Karin Brandner OTT und Julie Praeg von WIB auf den Plätzen. RCW und PIR vervollständigten den Zieleinlauf.

2x (4 Boote), es gab keinen direkten Favoriten und man war auf den Rennverlauf gespannt. VIL und DOW ruderten an der Spitze und VST versuchte immer Kontakt zu den beiden zu halten. Auch OTT wollte nicht aufgeben und spurtete immer wieder. Im Ziel war es allerdings für VIL (Marita Berger/Larissa Melnic) klar. Mit einer Länge vor DOW (Maria Selic/Maya Elbaranes) siegten sie. Bronze ging VST (Anna Ulrich/Annika Schildberger) vor OTT.

2- (4 Boote), ein überaus packendes Rennen über die gesamte Distanz. Leichte Startvorteile für WIL, doch vorerst waren alle Boote knapp beisammen. Ab Streckenmitte konnte sich OTT einen kleinen Vorsprung errudern und diesen bis ins Ziel verteidigen. WIL und RCW versuchten immer wieder an das führende Boot heranzukommen, doch Karin Brandner/Hannah Kepplinger OTT siegten mit einer knappen Länge vor Eva Maria Pernkopf/Teresa Pellegrini WIL, die Sophie Damberger/Lisa Zehetmair RCW um 8/100 auf Platz drei verweisen konnten. Schlusslicht etwas abgeschlagen STA.

4x- (6 Boote), in diesem Rennen war jeder Ausgang möglich. Vom Start alle Boote gleichauf, ab 1000 m ein leichter Vorsprung von VIL vor LIA und DOW. WIL, OTT und STA kämpften um den Anschluss, doch an dieser Reihenfolge änderte sich bis ins Ziel nichts mehr. Sieger mit 3 sec. VIL vor LIA, dahinter 3 sec. DOW.

4- (2 Boote), nur OTT und WIL stellten sich dem Starter. Vom Start an ein harter Bord an Bord Kampf zwischen beiden Booten, den letztlich OTT mit 1 sec. vor WIL für sich entschied.

8+ (2 Boote), auch hier nur zwei Boote von WIL und LIA. Beide Mannschaften mit guter Wasserarbeit. LIA ruderte beherzt, musste aber den Wiking-Mädchen den Vortritt lassen. Ein schönes Rennen mit sehenswertem Endspurt beider Boote.

1x (5 Boote), Valentina Cavallar von FRI wurde ihrer Favoritenrolle gerecht und dominierte dieses Rennen klar. Mit Respektabstand dahinter Maya Elbaranes DOW1 und Clara Berger STE. Weit abgeschlagen die restlichen Boote von DOW2 und PIR.

Junioren A

1x (11 Boote), ein volles Starterfeld im Finallauf. Klare Angelegenheit für Paul Türke DOW, sein Vorsprung auf Fabian Ortner PIR betrug 7 sec. Knapp dahinter auf Rang 3 Martin Riedel NAU. Weiters WIL, OTT und PÖC.

2x (8 Boote), anfangs ein ausgeglichenes Feld, doch ab 1000 m setzten sich WIL, VIL und PIR von den übrigen etwas ab. In dieser Reihenfolge kamen sie auch ins Ziel. Konrad Hultsch/Fabian Gillhofer siegten mit 47/100 vor dem Boot von VIL Karlovsky/Barta und PIR mit Trost/Ortner. Weiters GMU, OTT und MÖV.

2- (5 Boote), bei stärkerem Mitwind konnte sich von Anfang an WIL in Front setzen, während dahinter um die weiteren Plätze gekämpft wurde. Klar voran Hultsch/Haider von WIL, Silber erruderten Sauerbier/Gietler von VIL und auf den dritten kamen Mair/Lohninger von SEW. Dahinter LIA und OTT.

4x (4 Boote), ein interessantes Rennen mit je zwei Booten auf gleicher Höhe. Voran WIL und VIL, dahinter MÖV und DOW. Beide Boote spurteten ins Ziel und WIL hatte den Bug um 53/100 vor VIL. Im zweiten Block ein ähnliches Bild, heftiger Zielsprint zwischen MÖV und DOW, wobei MÖV das glücklichere Ende mit 2 sec. für sich hatte.

4- (3 Boote), nur drei Boote am Start, die sich aber über die ganze Strecke nichts schenken. WIL und VIL versuchten immer wieder die Führung zu errudern, SEW konnte dabei nicht mithalten. Im Ziel ein knapper Sieg (2 sec.) für WIL vor dem Boot aus VIL. Mit Respektabstand der Vierer von SEW.



8+ (3 Boote), WIL hatte die kompaktere Mannschaft und führte ab 1.000 m sicher vor dem Achter der LIA und VIL. In dieser Reihenfolge kamen die Boote auch ins Ziel. Sieg mit 5 sec. Vorsprung. Dahinter trennten 2 sec. die Boote von LIA und VIL.

1x (6 Boote), ein sicherer Führender über die ganze Strecke – Bernd Gutschi VIL, dahinter um die Plätze ruderten LIA, OTT und DOW1. Mit Abstand NAU und DOW2. VIL mit 16 sec. Vorsprung auf LIA Noah Robibaro, knapp dahinter OTT mit Leon Lindorfer. Weiters DOW1, NAU und DOW2.

Erfolgreichste Athleten bei den Junioren A waren Konrad Hultsch mit 5 Titeln, Fabian Gillhofer und Vitus Haider schafften jeweils 4 und Eduard Mensdorff-Pouilly 3 Siege.

Frauen

1x (8 Boote), im Finale 3 Boote von VST, die sich auch den Titel untereinander ausmachten. Eine klare Führung vom Start weg durch Magdalena Lobnig, die ungefährdet vor ihrer Schwester Katharina und Johanna Kristof den Meistertitel holte. Auf den weiteren Plätzen die Ruderinnen von WIB, IST und ALE.

2x (5 Boote), auch hier das BOOT von VST klarer Favorit, welches auch dieser Rolle gerecht wurde. Ein ungefährdeter Sieg von Magda und Katharina Lobnig vor der LIA (Andorfer/Altenhuber) und MÖV (Minichmayr/Tollinger). Die Boote VST2 und ALE mit Respektabstand dahinter.

2- (4 Boote), auch hier klarer Favorit VST mit den Schwestern Lobnig. Mehrere Längen dahinter IST (Bauer/Pühringer), STA (Wiesinger/Flandorfer) und OTT.

4x- (4 Boote), wieder ein Start-Ziel-Sieg von VST, dahinter fast gleichauf WIL, LIA und STA, die auch in dieser Reihenfolge die Ziellinie überfuhren.

4- (2 Boote), STA musste krankheitshalber abmelden. Somit ein ungefährdeter Sieg des Bootes von VST vor dem tapfer rudern Boot von WIL.

8+ (3 Boote), WIL mit seinem erfahrenen Frauen Achter, LIA und PIR stellten sich dem Wettkampf. Mit schöner Wasserarbeit und ruhigem langen Schlag führte WIL das Feld an und siegte sicher vor LIA. PIR etwas zurück auf den dritten Platz.

1x (5 Boote), drei Boote der STA gegen LIA und MÖV. Ein sicherer Sieg für Laura Andorfer LIA vor Lara Tiefenthaler STA und Valentina Tollinger MÖV. Mehrere Längen dahinter die Boote der STA2 und STA3.

Magdalena Lobnig mit 5 und Schwester Katharina mit 4 Staatsmeistertiteln blieben wie die letzten Jahre auch bei diesen Meisterschaften die Frauen mit den meisten Siegen.

Männer

1x (14 Boote), in drei Vorläufen wurden die Finalteilnehmer ermittelt. Titelverteidiger Lukas Reim MÖV setzte sich vom Start an die führende Position und verteidigte sie gegen alle Angriffe von Bernhard Sieber STA und anfangs auch von Rainer Kepplinger OTT. Mit Fortdauer des Rennens sicherte er seinen Vorsprung ab und gewann mit 2 Längen vor der STA (Bernhard Sieber). Dahinter die Boote von OTT1 (Rainer Kepplinger), VIL1, OTT2 und DOB.

2x (6 Boote), PIR (Taborsky/Kreitmeier) bestimmte von Anfang an das Tempo und kontrollierte sicher das Feld bis ins Ziel, welches sie mehrere Längen vor MÖV (Saller/Erlmoser) und OTT (Stadler/Laggner) gewinnen konnten. Auf den Plätzen SRA, STA und IST.

2- (4 Boote), mit einer guten Länge Vorsprung konnte OTT2 (Schöberl/Kepplinger) die Meisterschaft erringen. LIA mit den Brüdern Querfeld ganz klar vor OTT1 (Lindorfer/Laggner) und WIL.

4x (3 Boote), da SRA und IST abgemeldet hatten. Ideale Wasserbedingungen zum Ende der Regatta nutzte die Mannschaft von PIR für einen sicheren Sieg vor dem Boot von OTT und STA.

4- (3 Boote), ein ungefährdeter Start-Ziel-Sieg des LIA Bootes. Mit Respektabstand die Boote von STA und OTT auf den Plätzen.

8+ (4 Boote) und kein klarer Favorit. Nach den ersten 500 m konnte noch keine Prognose getroffen werden. Langsam setzte sich LIA in Front, doch die anderen Boote blieben knapp daran und spurteten mit. Im Ziel alle Boote innerhalb von 8 sec. und die LIA mit 3 sec. Vorsprung. Um den zweiten und dritten Platz wurde es eng, doch schaffte PIR mit den letzten Schlägen die Silbermedaille. Auf Rang drei OTT knapp vor der STA.

1x (7 Boote), mit einem sicheren Sieg von Matthias Taborsky PIR endete dieses Rennen. STA mit Alexander Maderner und OTT mit Julian Schöberl erruderten Silber und Bronze, dahinter NAU und VST.

2x (5 Boote), ursprünglich 7 Meldungen, doch WIL und IST mussten abmelden. Vom Start weg ein Bord an Bord Kampf zwischen PIR und OTT über die ganze Strecke. Im Endspurt hatte PIR (Kreitmeier/Kellner) das bessere Ende und siegten hauchdünn mit 6/100 vor OTT (Kepplinger/Schöberl). MÖV als Dritter lag bereits 10 sec. zurück. Weiters STA und FRI.

2- (2 Boote), PIR und OTT ruderten um den Titel, WIL musste leider abmelden. PIR (Bertagnoli/Kellner) diktierte das Tempo und siegte sicher vor OTT (Lindorfer/Schöberl).

Phillip Kellner schaffte ausgezeichnete 3 Siege und war somit der Athlet mit den meisten Titeln bei den Männern.

Pararowing

Nur zwei Boote meldeten im Mix 2x. In jedem ein Ruderer des silbernen WM-Bootes. PIR/LIA (Thonhofer/Erkinger) siegten 3 sec. vor PIR/PÖC (Dorn/Lahrz).

Medaillenbilanz

2019 kamen von den ausgeschriebenen 48 Rennen (2018 - 47) 44 zustande. Der WSV Ottensheim, der jahrelang die meisten Titel erreichen konnte musste auch heuer die Vormacht von Wiking Linz anerkennen, der 11 Titel – zwei mehr als im Vorjahr – nach Hause brachte. Dahinter LIA, Pirat mit je 6 Siegen, Völkermarkt mit 5 Siegen, Villach mit 4 Titeln, Ottensheim 3 Titel, Friesen und Wels mit je 2 Titeln, sowie Donau Wien, Möve Salzburg, Gmunden, Wiking Bregenz, Pöchlarn und Albatraos Klagenfurt mit je einem Titel.

In der Medaillenbilanz führt OÖ mit 17 (+2 gegenüber dem Vorjahr), Wien mit 14 (+1 gegenüber 2018), Kärnten mit 10 (- 6 gegenüber 2018) sowie NÖ, Salzburg und Vorarlberg mit je einem Erfolg.

Günter Woch

Breitensportregatta C-Gig 4x+

RV Wiking Bregenz gewinnt den Bayerischen Voralpenvierer 2019

Um beim Voralpenvierer gewertet zu werden, muss der Verein mit mindestens einem Vierer bei vier von fünf im süddeutschen Raum stattfindenden Regatten am Start sein. Im RV Wiking Bregenz fand sich letztes Jahr ein „Grüpple“, das sich vermehrt den Langstreckenregatten widmen wollte. Nachdem 2018 erfolgreich bei einzelnen Regatten geschnuppert wurde, erwachte der Ehrgeiz im darauf folgenden Jahr bei der Gesamtwertung des Voralpenvierers mitzufahren. Je mehr Boote der Verein ins Rennen schickt, desto mehr Punkte können errudert werden. Die Zeitberechnung erfolgt mit dem Welser System, d. h. alle Altersgruppen starten in der gleichen Klasse. In Bregenz begeisterten sich zwei Mannschaften, die erfolgreich bei jeder Regatta teilnahmen: Boot Bregenz 1 mit Stm. Markus Schrott, Günther Wetschnig, Heidi Floriani, Klaus Floriani, Ute Denkenberger. Boot Bregenz 2 mit Stf. Hanna oder Veronika Kaizler, Bettina Sieß, Manfred Carotta, Christian Kaizler, Karen Krügel, Heidi Schah (Karen, Christian, Manfred wechselten sich regattaweise ab).

Bereits im April waren die 10.000 m mit Wende des Inn Beaver Race, das jährlich abwechselnd in Rosenheim bzw. Mühldorf

am Inn stattfindet, bei frischen Temperaturen zu rudern. Der Wanderpokal – ein vom Biber abgenagter Baumstumpf – ging zum zweiten Mal nach Bregenz. Bregenz 1 erreichte mit Tagesbestzeit den 1. Platz, Bregenz 2 hinter Rosenheim und Lindau den 4. Platz.

Die 6000 m der Welfenregatta, ausgerichtet vom Ruderclub am Lech Kaufering, warteten im Mai auf uns. War die Konkurrenz in Mühldorf mit 9 Booten noch überschaubar, so ist sie in Kaufering mit 27 Booten aufgewacht. Bregenz 1 konnte sich hinter dem Schleissheimer Ruderclub über den 2. Platz freuen.

Im Juli lockte der Ammersee mit seinem „Herrschinger Triangel“. Nach einem fliegenden Start waren 6000 m von 22 Vierern in einem Dreieckskurs in der Herrschinger Bucht zu bewältigen. Bregenz 1 gewann auch hier mit Tagesbestzeit, Bregenz 2 schaffte mit dem 3. Platz den Sprung aufs Stockerl.

Der Prienathon, bei herrlichstem Herbstwetter auf dem Chiemsee gefahren, böte sich für's Sightseeing an, würde der Steuermann nicht ständig zum „Blick ins Boot“ ermahnen. Nach dem Massenstart von 21 Booten beim RV Prien geht es im Rundkurs um die

Fraueninsel, die Krautinsel und die Herreninsel. Unser Steuermann musste neben den Rosenheimern, die sich an unsere Fersen hefteten, auch die nicht zu befahrenden Naturschutzgebiete und vor allem die rege Lini- und Ausflugsschiffahrt im Griff haben. Kurz vor dem Ziel mussten wir noch einem Liniendampfer die Vorfahrt lassen, um zum Dank von dessen Wellen gebeutelt zu werden, doch der 1. Platz vor Schleißheim und Bregenz 2 ging sich trotzdem wieder aus. Saisonabschluss Ende Oktober bildeten die 18.000 m des Ruperti-Pokals auf dem Waginger- Tachinger See. Der Massenstart wurde entschärft, indem man drei Gruppen zu je fünf Booten starten ließ. Es muss der Waginger- und der Tachingersee, verbunden durch einen schmalen Kanal, jeweils mit einer Wende ausgerudert werden. Bregenz 2 kam bei der ersten Wende in ein zu dichtes Bootsgedränge und wurde zu einem kurzen Stopp gezwungen.

Nachdem das Muster – 1. und 3. Platz für Bregenz, diesmal der 2. Platz für Regensburg – den vorhergehenden zwei Rennen folgte, stand dem Gesamtsieg des Voralpenvierers mit 615 Punkten für Wiking Bregenz nichts mehr im Wege. Den zweiten Platz in der Gesamtwertung Voralpenvierer belegte der Sieger der letzten Jahre, der Rudersport-Club Rosenheim mit 431 Punkten und den dritten unsere Lindauer Nachbarn mit 330 Punkten.

Ein großes Dankeschön an unsere Steuerleute, die sich vor jedem Rennen super vorbereiteten, uns während des Rennens zu motivieren wussten (das Vokabular war dem des Deutschland-Achters verblüffend ähnlich) und uns immer auf Linie hielten. Ein herzliches Dankeschön an alle veranstaltenden Vereine! Nicht nur die Rennen waren top organisiert, auch das anschließende Zusammensein bei Gegrilltem, bayerischen Schmankerln, Kuchen und Kaffee haben wir immer sehr genossen.

...und nicht zuletzt ein Dankeschön an Petrus für die idealen Wetter- und Wasserbedingungen bei jedem Rennen.

Bis zum nächsten Jahr! Wir freuen uns schon!

Ute Denkenberger



Waging - Siegerehrung mit Urkunde und Wanderpokal des Voralpenvierers

Kurt Peterle für sein Lebenswerk geehrt

„Es gibt viele Kurtis, aber nur einen Superkurti“, mit diesen Worten gratulierte Michaela Taupe Präsident Kurt Peterle, der bei der vom Sportpresseklub Kärnten und der Landesregierung organisierten „Nacht des Sports“ für sein Lebenswerk geehrt wurde.

Sportreferent Landeshauptmann Peter Kaiser würdigte in seiner Laudatio Peterle, der über 40 Jahre Obmann des Landesruderverbandes war und auch als internationaler Schiedsrichter auf allen Regatta-Strecken Europas einen ausgezeichneten Ruf genoss. Nicht jeder Schiri wurde als Dank und Anerkennung zum Abschluss seiner internationalen Laufbahn von der FISA zur Leitung des Achter-Finales der Damen auf dem Rotsee eingeladen.

Die Errichtung des Leistungszentrum Süd am Völkermarkter Stausee war sein Herzenswunsch. Durch seinen unermüden Einsatz konnte er sich in Zusammenarbeit mit der öffentlichen Hand diesen Traum auch 2009 erfüllen.

Seiner Obmannschaft waren aber auch hervorragende sportliche Erfolge zu verzeichnen. WM-Titel, Olympia-Medaillen, Spitzenplatzierungen bei den Damen, Herren und im Nachwuchs zeugten von der guten Arbeit der Kärntner Vereine, die der geehrte zu einer großen Familie vereinte.

Gratulation an Präsident Kurt Peterle für diese mehr als verdiente Ehrung. *Hanns Gressel*



31. Int. Österreichische Indoor-Rudermeisterschaften (ÖIRM)

Veranstalter: Salzburger Ruderklub „MÖVE“, Alexander-Moissi Straße 4, 5020 Salzburg

Termin: Sonntag, 26. Jänner 2020

Ort: Universitäts- und Landessportzentrum Salzburg/Rif, Hartmannweg 4–6, 5400 Hallein

Meldeschluss: Mittwoch, 15. Jänner 2020, 18 Uhr

Für die Rennen 3–15 (ÖM) sind keine Nachmeldungen möglich. Für alle anderen Rennen sind Nachmeldungen bis 60 Minuten vor Rennbeginn mit einem um 50% höheren Meldegeld dann möglich, wenn durch die Nachmeldung kein zusätzlicher Lauf notwendig wird. Nachmeldungen werden bei keiner Punktwertung berücksichtigt.

Meldungen: Können nur über das Online-Meldesystem <http://regatten.rudern.at> abgegeben werden. Ab-/Ummeldungen können nur schriftlich erfolgen!

Für Anfragen erreichen Sie uns unter rkmoeve@gmail.com oder telefonisch unter: +43/699/18348486 (Gottfried Eisinger) bzw. +43/664/73531717 (Harald Müller).

Meldegeld: 20,- € pro Teilnehmer im Einzelbewerb und 30,- € pro Team. Ausländische Teilnehmer zahlen nur die Hälfte. Die Rennen 16–19 sind vom Meldegeld befreit.

Überweisungen an Salzburger Sparkasse, Salzburg BIC SBGSAT25XXX IBAN AT73 2040 4046 0106 5606

Bareinzahlungen bis spätestens 1 Stunde vor dem ersten Rennen. Bei Nichtzahlung erlischt die Startberechtigung.

Streckenlänge:

Einzelbewerbe:

1.000 Meter MM, MW, SchW, SchM,
1.500 Meter JW-B und JM-B
2.000 Meter LJW-A, JW-A, LJM-A,
JM-A, LW, W, LM,
M, Para

Teambewerbe:

2.000 Meter pro Team
für alle Kategorien

Beginn: Vorläufiger Zeitplan

08:00 Öffnung der Halle,

09:00 Start des ersten Rennens

Rennfolge Einzelbewerbe:

1. MW Masters-Frauen A-F
2. MM Masters-Männer A-F

3. SchW Schülerinnen
Jg. 2006 u. jünger ÖIRM
4. SchM Schüler Jg. 2006 u. jünger ÖIRM
5. JW-B Juniorinnen-B
Jg. 2004/2005 ÖIRM
6. JM-B Junioren-B Jg. 2004/2005 ÖIRM
7. LJW-A Lgw-Juniorinnen-A
Jg. 02/03, max. 57,5 kg ÖIRM
8. JW-A Juniorinnen-A
Jg. 2002/2003 ÖIRM
9. LJM-A Lgw-Junioren-A
Jg. 02/03, max. 67,5 kg ÖIRM
10. JM-A Junioren-A Jg. 2002/2003 ÖIRM
11. LW Lgw-Frauen max. 61,5 kg ÖIRM
12. W Frauen ÖIRM
13. LM Lgw-Männer max. 75 kg ÖIRM
14. M Männer ÖIRM
15. A Para ab Jg. 2001
Klassen: PR1, PR2, PR3 ÖIRM

Teambewerbe:

16. SRAW Schulruderbewerb Jg. 06/07
17. SRAM Schulruderbewerb Jg. 06/07
18. SRBW Schulruderbewerb Jg. 04/05
19. SRBM Schulruderbewerb Jg. 04/05
20. MW Masters-Frauen A-F
21. MM Masters-Männer A-F
22. SCH-X Schülerinnen/Schüler
Jg. 2006 u. jünger
(W/M-Verhältnis egal)
Juniorinnen Jg. 2002 u. jünger
Junioren Jg. 2002 u. jünger
23. JW Juniorinnen Jg. 2002 u. jünger
24. JM Junioren Jg. 2002 u. jünger
25. W Frauen
26. M Männer
27. MM/MW-X Masters-Mixed A-F (2W/2M)
28. X Mixed (2W/2M)
29. G Generation (2W/2M) +
siehe allg. Bestimmungen

Die Sieger der Bewerbe 3–15 werden Internationale Österreichische Indoor-Rudermeister 2020 (für die internationale Wertung Medaillen vom Veranstalter, für die nationale Wertung Medaillen vom ÖRV), alle anderen Bewerbe zählen nicht als Meisterschaft und erhalten Ehrenzeichen des Veranstalters.

Einstellungen:

Die Einstellung der Ergometer kann frei gewählt, darf aber während des Rennens nicht mehr verstellt werden.

Bestimmungen:

Es gelten die Bestimmungen der RoR ergänzt durch RWB, AR, BM und der Inhalt der Ausschreibung.

In Abänderung zur BM ist für Meldungen zur ÖIRM zusätzlich zur Mitgliedschaft in einem österreichischen Verein entweder die österreichische Staats-

bürgerschaft oder ein seit mindestens 01.12.2019 aufrechter Wohnsitz in Österreich notwendig. Meldezettel und Staatsbürgerschaftsnachweis/Pass sind auf Verlangen der Jury vorzuweisen.

Juniorenlicenzen:

Österreichische Teilnehmer, die in der Schüler- und Juniorenklasse an den Start gehen, sind nur mit einer gültigen Juniorenlizenz startberechtigt. Die Juniorenlicenzen der gemeldeten Ruderer müssen spätestens zum Zeitpunkt des Meldeschlusses (Mittwoch, 15. Jänner 2020, 18 Uhr) im Sekretariat des ÖRV vorliegen. Sollte die Lizenz eines Ruders zum Zeitpunkt des Meldeschlusses nicht registriert sein, so ist er nicht startberechtigt, die Meldung ist ungültig. Mögliche daraus entstehende Konsequenzen (Kosten, etc.) sind vom betreffenden Verein zu tragen. Das Meldegeld ist zu entrichten und wird nicht retourniert.

Antidopingbestimmungen:

Die sportliche Leitung des ÖRV weist unter Berücksichtigung des Antidopinggesetzes darauf hin, dass jeder Teilnehmer der Internationalen Österreichischen Meisterschaften zu einer Dopingkontrolle aufgefordert werden kann. Für verordnete Medikamente, die auf der Dopingliste stehen, ist daher vorher eine Ausnahmegenehmigung einzuholen und an das ÖADC und den ÖRV zu senden. Formulare unter www.nada.at. Unterlassungen müssen vom ÖRV sanktioniert werden.

Wertungen:

Meisterschaftswertung: Der Verein mit den meisten Punkten aus den Bewerben 3–15 erhält einen Ehrenpreis.

Punktesystem für alle Wertungen: Die Sieger erhalten so viele Punkte, wie im jeweiligen Rennen Teilnehmer gewertet wurden, jeder weitere Platzierte erhält einen Punkt weniger, der Letzte erhält einen Punkt. Nachgemeldete Teilnehmer werden dabei nicht berücksichtigt. Punkte werden nur für beendete Rennen vergeben. Bei den Teambewerben werden die Punkte verdoppelt.

Schulruderbewerb

Beim Schulruderbewerb sind nur weibliche bzw. männliche Teams zugelassen. Schulmannschaften dürfen aus Schülern von zwei verschiedenen Schulen bestehen. Alle Teilnehmer müssen nachweislich Angehörige einer Schulmannschaft sein, dürfen aber im Jahr 2019 oder vorher bei keinem Rennen über die Normaldistanz einer ÖRV-Ruderveranstaltung teilgenommen haben. Alle Teilnehmer dürfen Vereinsmitglieder sein.

Hallenschuhe

Für die Benützung der Halle sind Hallenschuhe mit abriebfester, weißer Sohle notwendig. Straßenschuhe sind im Sporthallenbereich nicht zulässig.

Allgemeines

Die Alterseinteilung der Masterskategorie erfolgt nach dem Concept II World Ranking (heavyweight/lightweight, weiblich/männlich): A: 30–39 Jahre, B: 40–49 Jahre, C: 50–59 Jahre, D: 60–69 Jahre, E: 70–79 Jahre, F: über 80 Jahre.

Ein Bewerb kommt zustande, wenn bei Einzelbewerben mindestens drei Teilnehmer und bei den Teambewerben mindestens zwei Teams das Rennen aufnehmen.

Generationen-Rennen

1 SchW/SchM (Jg. 2006 u. jünger) + 1 JW/JM (2002 u. jünger) + 1 W/M + 1 MW/MM, wobei in den Kategorien entweder SchW/SchM und JW/JM je eine weibl. oder ein männl. Starter als auch in den Kategorien W/M und MW/MM entweder eine weibl. oder ein männl. Ruderer startet.

Die Rennen werden ohne Vorrunde ausgetragen. Sind mehr Teilnehmer am Start als Ergometerplätze zur Verfügung stehen, werden die Teilnehmer von der Jury in mehrere Läufe gesetzt. Bewerbe können gleichzeitig stattfinden. Über die endgültige Einteilung entscheidet die Jury vor Ort.

Die Ergometer werden durch Auslosung zugeteilt bzw. gesetzt.

Leichtgewichte haben sich 1–2 Stunden vor Beginn ihres Rennens in Reihenfolge der Startnummern der Abwaage zu stellen. Bei Überschreitung ihres höchstzulässigen Gewichtes werden sie in die Rennen der entsprechenden offenen Klasse umgesetzt, außer dies ist durch einen Hinweis auf der Meldung nicht erwünscht.

Bei technischem Defekt kann der betroffene Aktive das Rennen als Einzellauf im nächsten Rennen, in dem ein Ergometer frei ist, wiederholen, sofern die Streckenhälfte noch nicht erreicht ist. Spätere Defekte gehen zu Lasten der Aktiven.

Die Jury kann bei technischen Defekten, Ausfällen etc. kurzfristig den Zeitplan ändern.

Wiener Indoor Meisterschaften

Die Rennen 3 bis 10 werden zusätzlich als Wiener Indoor Meisterschaften ausgetragen. Der erste Wiener in der Rangliste ist Wiener Indoor Meister 2020.

Jedes Team besteht aus 4 Teilnehmern. Die Anzahl der Starts pro Person in den Teambewerben 20–29 ist mit drei limitiert.

Die Mitnahme von Getränken und Speisen in die Hallen ist nicht erlaubt.

Garderobe

Es stehen Garderoberräumlichkeiten mit Dusche und Toiletten in ausreichender

Anzahl zur Verfügung. Für versperrbare Garderobenkästen benötigt man 2 € Münzen.

Haftung

Es wird ausdrücklich darauf aufmerksam gemacht, dass die meldenden Vereine bzw. Schulen die volle Verantwortung für den ausreichenden Gesundheits- und Trainingszustand der Aktiven tragen. Den Veranstalter kann keine wie immer geartete Haftung für Personen- oder Sachschäden bzw. für abhanden gekommene Gegenstände angelastet werden.

Der meldende Verein bestätigt, dass die gemeldeten Mitglieder mit der im Rahmen der Datenschutzbestimmungen erfolgenden Verarbeitung ihrer personenbezogenen Daten durch den Veranstalter und den ÖRV zum Zweck der Information der Öffentlichkeit über Teilnahme und Ergebnisse einverstanden sind; diese Zustimmung gilt auch für die Veröffentlichung von Fotos und Filmaufnahmen.

Info

www.ruderklub-moeve.at
+43/676/82468050 (Harald Müller)
+43/699/18348486 (Gottfried Eisinger)

Genehmigt durch die Technische Kommission des ÖRV am 5. Dez. 2019

für den ÖRV:

Horst Nussbaumer (Präsident)
Wolfgang Pawlinetz (Techn. Referent)

Für das OK:

Franz Saller

Mehr Vitalität for body and soul!



Auch 2019 dürfen sich unsere Mitglieder über das Angebot des ÖRV-Partners **headstart** freuen.

headstart ist DER Spezialist in Sachen **gesunder Energie über Stunden**.

Jeder kennt den unvermeidlichen **Leistungseinbruch**, vor allem im Bereich Hobbysport, dem **headstart** gezielt und **effizient entgegenwirkt** – überraschend schnell und langanhaltend!

headstart ist der optimale Begleiter beim Sport, im Beruf, Schule oder im Alltag!

Auf alle Bestellungen die **bis zum 30. Oktober 2019** über den Onlineshop (<https://www.headstart.at/shop/>) getätigt werden, erhältst du einen **Sonderrabatt von 20%**. Der **Rabattcode** lautet: **örv20**

headstart – für geistige und körperliche Leistungssteigerung!



Von Passau nach Stein

Auftakt und Ausklang unserer Frühlingswanderfahrt von Passau Richtung Wien waren von Bilderbuchwetter begleitet. Nach einer gemütlichen Anfahrt mit zwei Kleinbussen am 25.4., begleitet und unterstützt durch unseren „Landdienst“ Margit und Ludwig Hansen, trafen wir in der romantisch gelegenen Jugendherberge Veste Oberhaus zur Nächtigung ein. Am nächsten Morgen gingen dann 13 von Günter motivierte Ruderer von Argonauten, Armada, Donauhort, Ister und Lia mit drei Booten im Winterhafen aufs Wasser.

Nach der Fahrt durch Passau konnten wir beobachten, wie ungern sich das klare Wasser des Inn mit dem eher grauen Wasser der Donau mischte. Doch schon bald zeigte sich der Frühling von seiner rauen Seite. Mit einer angenehmen Fahrt durch die Schlögener Schlinge wurde es nichts. Nach einem starken Sturm waren wir froh, den gemütlichen Gasthof Reisinger in Inzell zu erreichen.

Es regnete sich ein. Die folgenden Tage waren geprägt von fordernden Witterungsbedingun-

gen und der Tatsache, dass ab Aschach erstmals beim Schleusen verlangt wurde, dass sich einer der Bootsinsassen beim Sinken an den Leitersprossen der Schleusenwand anhalten sollte. Eine Position, die nicht nur die Stabilität des Bootes sehr beeinträchtigte, sondern auch dem, der diese Aufgabe übernahm, einiges an Akrobatik und Durchhaltevermögen abverlangte. Für weitere Schleusungen rüsteten wir uns provisorisch mit geeigneten Ästen aus.

In Ottensheim passierten wir die Strecke der Ruder-WM. Die Brückenbaustelle in Linz war nicht ganz einfach zu bewältigen. Nachdem die Boote im Winterhafen beim Ruderclub Ister gelagert waren, bot das Hotel Donauwelle die erhoffte Entspannung.

Die nächste Etappe führte uns nach Wallsee, wo wir Mitglieder des örtlichen Rudervereins beim Abschluss ihres Klubfests trafen. Am nächsten Tag fühlten wir uns auf der Fahrt nach Pöchlarn im vertrauten Donaubereich schon richtig heimisch.

Als wir in Pöchlarn am nächsten Morgen aufs Wasser gingen, meinte es der Wettergott allerdings nicht wirklich gut mit uns. Auf dem Weg zum Kraftwerk Melk wurden Regen und Sturm immer heftiger. Während zwei Boote übertrugen, entschloss sich eines zur Schleusung. Die Wartezeit auf zwei Talfahrer, die erst nach langer Zeit ihre Position in der Schleusenkammer einnahmen, wurde zum Härtestest beim Ausharren in Wind und Wetter. Auch die Schleusung selbst gestaltete sich mehr als unangenehm. Die Frachter waren nicht weit genug vorgefahren und hatten auch den Antrieb nicht ganz abgestellt, was zu Turbulenzen führte. Den Rest besorgte der Sturm, so dass unser Boot seine Position nur mit Mühe halten konnte.

Die Erleichterung beim Ausfahren aus der Kammer war dementsprechend groß. Als wir uns dann im Unterwasser fast gleichzeitig mit den anderen, ebenfalls durchnässten und frierenden Mannschaften trafen, waren sich alle einig, dass es das Beste sei, die Tour beim Ruderverein Melk abzubrechen. Nach dieser „Notlandung“ bewährte sich einmal mehr das Vorhandensein eines Begleitfahrzeuges. In zwei Tranchen brachte Ludwig Hansen resp. ein Mietbus lauter pitschnasse Ruderer ins Quartier in Traismauer. Den Nachmittag widmeten wir der „Trockenlegung“. Entschädigt wurden wir am nächsten Tag mit einer sonnigen und schiffahrtstechnisch ruhigen Fahrt durch die Wachau.

Nachdem die Mehrzahl der Teilnehmer am darauffolgenden Tag arbeiten musste, beschloss man, die Tour beim Ruderverein Stein zu beenden und die Boote später mit dem Hänger zu holen.

Gaby Schätzle und Günter Zimmermann

Startpunkt sollte die Straßenbrücke über den Olt sein, ein beliebter Badeplatz und eine gute Möglichkeit zum Einsetzen in die Donau. Der Olt mündet bei KM 604 in die Donau, bis zur Brücke sind es noch ein paar km stromauf. Das ist schon recht tief in Rumänien und der Bootstransport nicht an einem Tag zu machen.

So haben wir (das waren Franz M., Christa, Franz S., Leo, Johanna, Veronika, Herbert, Hermann und meine Wenigkeit Franz G.) schon geplant, die Anreise in 2 Tagen durchzuführen. Für den 1. Tag hatten wir vor, mit 2 Fahrzeugen, nämlich einem 5-Sitzer und einem 9-Sitzer zu fahren, auch um den Ungarn mit ihrer hohen Maut für den 9-Sitzer mit Anhänger ein Schnippchen zu schlagen. Als Übernachtungspunkt wählten wir Eisenmarkt mit dem Hotel Astoria. Das Hotel hat uns schon mit seiner Pracht überrascht, es war ganz anders, als man sich Rumänien vorstellt. Es gab auch einen eigenen überwachten Parkplatz, wo wir eines unserer Autos bis zur Rückfahrt abstellen konnten. Am nächsten Morgen besichtig-



Der Tullner Ruderverein rudert das erste Mal am Schwarzen Meer

Eine Wanderfahrt im östlichen Rumänien

ten wir die Burg Eisenmarkt (Hunedoara). Ein Nachbau der Burg befindet sich auch im Budapester Stadtwäldchen. Nach knapp 2 Stunden Besichtigung fuhren wir dann pünktlich zu neun in einem Fahrzeug mit Anhänger weiter. Der erste Teil der Strecke durch Siebenbürgen war sehr bergig und kurvig, aber die Straßen waren ok. Nach

und nach wurde es immer flacher. Unsere vorgesehene und bereits bekannte Pension am Olt war leider ausgebucht. In der Stadt Turnu Magurelle gab es zwar ein Hotel, das war aber über Booking nicht zu buchen und sämtliche Reservierungsversuche per Mail und Telefon verliefen ins Leere. Dort angekommen erhielten wir dann aber doch Zim-

mer, sogar mit Frühstück. Am Abend saßen wir dann noch auf einer Donauterrasse und stellten uns für unzählige Gelsen ebenfalls als Mahlzeit zur Verfügung.

Am 1. Rudertag blies der Wind heftig aus Westen, sodass Hermann sich freute, die ersten 11 km ohne Ruderschlag bewältigen zu können. Aber dann mussten wir doch noch rudern, denn die Etappe bis Zimnicea war mit 55 km nicht zu kurz gewählt. Auf den Donausandinseln sahen wir immer wieder Gruppen von Pelikanen, eine Tatsache, die uns Christa, die Landdienst hatte, nicht glaubte und meinte „Das sind sicher Kuhreier“

In Zimnicea hatten wir auch ein ganz tolles Hotel einer großen Agrarfirma gebucht. Unser Hänger war allein außerhalb der Stadt abgestellt. Ein Vorbeikommender nahm unser Reserverad mit, wohl mit dem Gedanken, dass er es notwendiger hat als wir. Am nächsten Rudertag wurden wir auffällig von einem Polizeimotorboot verfolgt, sodass wir uns entschlossen, auf der rumänischen Seite an einer Sandbank anzulegen. Das Motorboot kam und kontrollierte per Notebook unsere Pässe. Damit war der Pflicht genüge getan. Angelegt haben wir dann nach 60 km nicht in Giurgiu auf der rumänischen Seite, sondern in Russe in Bulgarien, wo wir im Grand Hotel Riga unser Quartier bezogen. Für unseren Hänger bekamen wir dort einen Busparkplatz zugewiesen und auch die Zimmer waren sehr geräumig mit schönem Blick auf die Donau. Der Landeplatz, eine kleine Sandbank, wurde gerade mit Steinplatten verkleidet, sodass wir die Boote über die steile Böschung und Sandhaufen an Land bringen mussten. Am Ende des nächsten Rudertages über 31 km gab es nur eine Ausstiegsmöglichkeit in einem kleinen Dorf namens Ryachovo in Bulgarien. Das Hotel bezogen wir wieder in Russe, wo wir ein traumhaftes Abendessen im Restaurant Terasa Seafood & BBQ genossen.

Der vierte Rudertag über 37 km brachte uns wieder zurück nach Rumänien. In Oltenita fanden wir im Vila Europa auch wieder eine tolle Unterkunft. Zuerst hatten wir vor, den Arges von der Mündung bei Stromkilometer 430 stromauf zu rudern und in der Nähe des Hotels anzulegen, aber der atemraubende Gestank des Arges veranlasste uns, nach 2 km umzudrehen und dann im Hafen an Betonplatten anzulegen. Der Arges fließt aufgestaut durch Bukarest und viele Abwässer dürften praktisch ungeklärt hineinrinnen. Am nächsten Morgen mussten wir uns etwas gedulden, denn eine größere Gruppe an Kajaks legte gerade ab. Von dort ging es dann noch am bulgarischen Ufer entlang über 56 km bis nach Calarasi. Direkt beim Fähranleger war das Hotel Baden unser 1. Quartier in Calarasi.

Bei Calarasi teilt sich die Donau für etwa 100 km in zwei Arme. Wir entschieden uns, nicht den Hauptarm zu befahren, sondern



am sogenannten „Borceaarm“ bis Fetesti zu rudern. Am Hauptarm fanden wir nämlich keine Möglichkeit für eine Landung. In Oltenita, einem sehr kleinen Dorf mit Millionen von Gelsen, konnten wir nach 31 km wenigstens anlegen und fuhren ins sehr belebte Calarasi zurück. Im Hotel La Salcii fanden wir ein neues Quartier, im zugehörigen Restaurant war eine Hochzeit, sodass wir wieder in einem schönen Restaurant am Borceaarm zu Abend essen gingen. Es war gerade Samstagabend, sodass in einer Lounge am Fluss ein Ausklang bei einem Cocktail angebracht war.

Der nächste Tag sollte der letzte Rudertag an der Donau sein. Da erlebten wir das einzige Gewitter der Wanderfahrt, das wir bei einer Fähre an Land abwarteten. Der geplante Landeplatz am Ende der Tagesetappe über 33 km bei einer Schiffsanlegestelle war wegen des tiefen Schlammes nicht benutzbar. Wir mussten daher wieder etwas stromauf bis zur Polizeistation bei der Straßenbrücke über die Donau rudern, wo wir in einer kleinen Bucht an einem Sandstrand schön anlegen konnten. Unser Bus mit Anhänger steckte aber wegen des Gewitters im Matsch fest und war vor dem Aufladen noch zu bergen.

Guter Dinge waren wir an den sieben Rudertagen ungefähr bis Donaukilometer 292 (Km 43 des Borceaarms) gekommen und nur ca. 80 km auf der Autobahn vom Schwarzen Meer entfernt. Am Schwarzmeerkanal ist Rudern verboten, sodass wir noch einen Abstecher nach Constanta machten. Im Hotel Golden Rose waren wir für 2 Nächte einquartiert, wieder hatten wir einen schönen abgeschlossenen Parkplatz für den Hänger samt Bus. Der erste Blick zum Meer war etwas ernüchternd, denn vom Sandstrand trennte uns ein ca. 20-30 m hohes Steilufer, das nur über eine enge Treppe zu überwinden war.

Allerdings war es in der Nähe in Mamaia flach und wir fanden sogar eine Zufahrts-

möglichkeit zum Strand. Nur 50 m waren die Boote bis zum Meer zu tragen. Wir rüsteten unsere Schellenbacher Rennigboote Theiss (5er) und Kleine Mühl (4er) auf und starteten laufend ins Meer. Dann heißte es, schnell reinspringen und rudern. Der Wellengang war nicht allzu hoch und man konnte außerhalb der Wellenbrecher relativ schön rudern, bis eine Mannschaft plötzlich einen Cocktail-Durst verspürte und in einer Strandbar einkehren wollte. Beim Ansteuern des Ufers kam dann schnell der erste Brecher über das Heck rein, dann der zweite und dritte und im Nu war das Boot bis Oberkante des Waschbords voll Wasser. Aber das Tolle: Das Boot blieb stabil und ruderbar, obwohl es mit 5 Personen besetzt war. Nur beim Aussteigen im hüfttiefen Wasser ging eine volle Almdudlerflasche verloren, ansonsten brachten wir das Boot und die gesamte Ausrüstung ans Ufer, wo wir es ausschöpften und uns dann in der Bar mit Pizza, Bier und Mochito stärkten. Wir fuhren dann zurück zur Ablegestelle, dort war auch schon die Kleine Mühl von ihrer Fahrt angekommen und wir verladen die Boote für die Heimfahrt. Am Abend waren wir noch im Hafen beim Aqua by Sea zum Schwarzmeermuscheln und Nadelfisch essen, um für den nächsten Tag fit für die Rumänienetappe bis Eisenmarkt zu sein.

Dort wartete unser 2. Auto auf uns und ein wunderbares Hotel, das man selbst in Österreich in dieser Qualität länger suchen muss. Fazit: Eine Woche an der Donau fehlt noch bis zur Mündung ins Schwarze Meer. Wir haben Rumänien sehr freundlich mit befahrbaren Straßen ohne Schlaglöcher, guten Unterkünften und (meist) ausgezeichneten Lokalen anders kennengelernt, als man es sich gemeinhin vorstellt.

Hermann ganz euphorisch hat auch gleich wieder für das nächste Jahr die Teilnahme an der Sommerwanderfahrt gebucht.

Franz Gratsch

Fotos: © Franz Sachslehner, Franz Gratsch

ÖRV-Wanderfahrt auf der Vltava (Moldau)



Die Vltava (Moldau) ist insgesamt 424 km lang und somit der längste Fluss Tschechiens. Wir haben diesen tschechischen Nationalfluss fast von der Quelle bis zur Mündung gerudert. Zusätzlich haben wir einige Nebenflüsse wie Lužnice, Otava und Labe zum Teil erkundet. Die Teilnehmer haben zwischen 114 und 300 Ruderkilometer zurückgelegt. Dazu kommen noch 17 Paddelkilometer für die Strecke durch Český Krumlov. 20 Teilnehmer/innen aus 9 verschiedenen österreichischen und drei deutschen Vereinen und 2 Begleiter für Landdienst (Bus plus Anhänger und Versorgung) bildeten ein hervorragendes Team.



Die Moldau wird im Lipno-Stausee zum ersten Mal gestaut und der Lipno-Stausee war nach der Besichtigung des Stifterhauses in Horní Planá auch unsere erste Etappe (30 Km von Nová Pec nach Lipno - Lodenice Amenity). Unterhalb dieses Stausees verläuft die Moldau als wilder Fluss und gilt als Paradies für Paddler. Unzählige Verleihe für Kanus und Schlauchboote laden zur Fahrt durch das malerische Český Krumlov und die folgenden Flussauen ein. Ab České Budejovice ist die Moldau für

Ruderer sehr gut befahrbar. Es reihen sich wie eine Perlenkette ein Stausee an dem anderen, unterteilt von mächtigen Talsperren und Schleusen, insgesamt 19 an der Zahl, die wir zu bewältigen hatten. Obwohl man es wegen ständiger Ruderarbeit nicht glauben würde, haben wir jedenfalls 561 Höhenmeter überwunden. 17 Schleusen konnten wir nach telefonischer Voranmeldung passieren, bei weiteren haben wir die Boote auf den Anhänger verladen, denn im Juni sind nicht alle Schleusen bzw. das spektakuläre Lift in Orlik jeden Tag in Betrieb. Die telefonische Voranmeldung ist unbedingt notwendig und hilfreich für ein Weiterkommen, ohne allzu große Wartezeiten oder Überraschungen in Kauf nehmen zu müssen. Diesbezügliche Informationen sind unter <https://www.lavdis.cz/en/waterways/waterways-in-the-czech-republic> oder <http://www.visitvltava.cz/cz/plavebni-komory-na-vltave/47/> nachzulesen.



Die Landschaft ist sehr waldreich und Vogelgezwitscher war unsere ständige musikalische Begleitung. Jahreszeitlich bedingt war kaum Bootsverkehr und wir konnten trotz Stauseen viel Natur und Kultur nahe der Moldau (Burgruine Zví-

kov, Schloss Orlik, Stadt Český Krumlov und Písek) genießen. Die Prager Innenstadt, wo die Moldau an den zahllosen Sehenswürdigkeiten der Stadt vorbeifließt, eine unvergleichliche Kulisse, war für uns allerdings verbunden mit höchster Aufmerksamkeit und Wartezeiten an den Schleusen wegen des starken Ausflugsverkehrs der Touristenschiffe. Nach der Hauptstadt ging es weiter auf den Stauseen, vorbei am Wohnhaus von Antonín Dvorak in Nelahozeves bis zur Mündung der Moldau in die Labe bei Melník, wo man durch den 11 km langen Kanal Vranany-Melník ankommt. Die Schleuse in Horin, die ein wunderschönes Bild gemeinsam mit dem Schloss Melník gibt, ist ein architektonisches Kleinod und technisches Denkmal. Sie wurde in 1905 fertig gestellt und überwindet die letzte Stufe auf der Moldau.



Ein spezielles Dankeschön geht an unsere Fahrtenleiterin! Janette Rostová hat die Etappen bestens ausgewählt und die Unterkünfte und Schleusungen mit Umsicht und sprachlichen Kompetenz souverän vorgeplant. Das Wetter war uns gut gesinnt, das einzige Gewitter haben wir rechtzeitig erkannt und trockenen Unterstand gefunden. Einige Teilnehmer ließen die Tour in Prag mit einer Stadtführung mit Janette am Pfingstwochenende ausklingen. Die Boote waren inzwischen schon mit dem allzeit fürsorglichen und nimmermüden Hängerruderer Hubert auf dem Heimweg.

Andrea Ranner



Wanderfahrt in Litauen



Die heurige Frauenwanderfahrt folgte dem Routenvorschlag von Vida und Hans-Heinrich Busse und führte uns von 30. Juni bis 7. Juli 2019 auf die obere Memel bzw. in der Landessprache die Nemunas. Begleitet wurden wir von Vida Busse. Den Landdienst übernahm Rokas unterstützt von seinem Sohn Lukas und unserem Buschauffeur. Den Ausgangspunkt für die ersten zwei Tagesetappen bildete die Stadt Alytus, deren Charme in dem sehr weitläufigen, waldähnlichen Park zur Memel hin lag. Von dort wurden wir zu unserem Start nach Merkine gebracht.

In Merkine erklommen wir zunächst den Burgberg, von wo wir einen wunderschönen Blick auf den Zusammenfluss von Memel und Merkys und das weite, weite Grün des Dzūkija-Nationalparks hatten.

Schnell waren die drei 4x+ aufgeriggert – eines hiervon fuhr mit „Geist“, d. h. Lücke – und los ging's. Die Memel mäandert in vielen Schleifen durch ruhige Wälder, wo man fast nur dem sprichwörtlichen Fuchs und Hasen begegnet. Die Steuerfrauen durften sich allerdings nicht von der friedlichen Landschaft einlullen lassen.

Aufgrund des ausgesprochen niedrigen Wasserstands – laut Vida 1 m unter dem üblichen Wasserstand – gab es viele Sandbänke und weit in den Fluss ragende Flachstellen. Die Windsituation änder-

te sich nach jeder Biegung. Das Wetter war sehr wechselhaft. Täglich genossen wir die Sonne, die untertags für hochsommerliche Temperaturen sorgte, und täglich wurden wir auch nass. Erstes Tagesziel war Nemunaitis, wo wir unsere Ausrüstung im Garten eines Wohnhauses über Nacht lassen durften. Der Garten vergleichbar der Insel Mainau in einem kleineren Maßstab wurde von unzähligen, holzgeschnitzten Gnomen bevölkert, die uns auf unserer Reise noch öfters begegnen sollten.

Am zweiten Tag ruderten wir von Nemunaitis bis Nemajunai. Gegen Ende der zweiten Etappe kamen wir in einen Wolkenbruch, begleitet durch starken Wind, die Wellen überschlugen sich und mitten in der Memel stand Landdienst Rokas – unser Fels in der Brandung – hüft hoch im Wasser und fischte uns aus dem Fluss.

Von Nemajunai bis Birstonas führte uns die Memel am dritten Tag. Birstonas wurde für die kommenden vier Tage unser Ausgangspunkt. Es liegt in einer Memelschleife, d. h. egal welche Richtung man in Birstonas einschlägt, man trifft immer auf die Memel. Der Ort selbst ist vom Kurbetrieb geprägt, mit einigen Sanatorien, Parkanlagen, Kaffeehäusern und sogar einem Schilift.

Tag 4 war ruderfrei und Vilnius gewidmet. Vida buchte für uns eine dreistündige Stadtführung bei Ruth, die diese so lebendig und spannend gestaltete, dass die Zeit wie im Flug verging. Am nächsten Tag erfuhren wir, dass wir sogar im litauischen Fernsehen zu sehen gewesen seien.

Ab dem fünften Tag wurde der Wind immer stärker, sodass wir den seeähnlichen Abschnitt vor Kaunas streichen mussten und bei Darsuniskes die Ruderfahrt beendeten. In Darsuniskes empfing uns Rokas mit der schon wie in den vorhergehenden Tagen sehr vielfältigen und essfertig zube-

reiteten Jause, die wir gerne als Standard für kommende Wanderfahrten hätten, liebe Landdienste! Zum feierlichen Abschluss verlieh Rokas jeder Teilnehmerin eine Litauen-Medaille und die Sektkorken knallten. Sveikata!

Unsere Fahrtenleitung Vida fand schnell ein Ersatzprogramm für die stürmischen Tage. So besuchten wir Kaunas, nicht so pittoresk und touristisch wie Vilnius, aber insbesondere für Architekturliebhaber des beginnenden 20. Jhdts. nicht weniger interessant. Nachdem wir das Rudermuseum von Vidas Cousine bewundert hatten, ließen wir uns auf den Seen von Trakai von einem Elektroboot um die mittelalterliche Burg fahren und erfuhren einiges über Litauen aus Sicht unseres jugendlichen Kapitäns. Anschließend besuchten wir den Jahrmarkt in Kernave, der unzählige kulinarische, handwerkliche oder „nette Dinge, die man nie braucht“ Stände zu bieten hatte. Die Besonderheit von Kernave sind sicherlich die fünf Burghügel (die dazugehörigen Burgen bestehen nicht mehr), die sich zur Neris erstrecken.

Am letzten Abend, 6. Juli, litauischer Staatsfeiertag trafen wir uns zum öffentlichen Singen am Memelufer.

Ach ja, muss gucken! Gewohnt alles durchzuplanen, löcherten wir Vida regelmäßig mit unseren Fragen zum Tagesablauf. Wenn es gar zu viel wurde, lachte sie uns an und meinte „Weiß nicht, muss gucken.“

Danke an Vida, Hans-Heinrich und unser Landdienst-Team für die wunderschöne Reise, danke an Renate für die vereinsinterne Koordination und vielen Dank an Annelotte, Caroline, Elisabeth, Erika, Guggi, Hemma, Isabella, Isa, Julia, Renate, Susi und Sylvia für die herzliche Aufnahme einer nicht Korneuburger Alemanin und die lustige Reisebegleitung!

Ute Denkenberger



TEAM
ROT-WEISS-ROT



Magdalena Lobnig powered by *Strock*

Gewinnerin Croatia Open 2018, Gesamtweltcup Damen Einer 2017, Österreichische Staatsmeisterin im Damen-Einer, Doppel-Zweier, Zweier und Vierer, Indoor-Staatsmeisterin, Europameisterin 2016 und Olympia-Sechste in Rio 2016. stroeck.at



RuderWIKI – Das digitale Nachschlagewerk zum Rudern



Veronika Ebert

Skull und Riemen – gleich, oder doch ganz anders? Teil 2

Ein Auszug aus dem Ruderwiki – <http://www.rudern.at/Ruderwiki/>

Vergleich Skullieren – Riemenrudern in Seitenansicht

Betrachtet man die beiden Technikformen von der Seite, wird deutlich, dass die Gesamtbewegung sehr ähnlich ist.



Neutralstellung



Anrollen



Einsatzbewegung



Mittelzug



Endzugposition

Vergleich

Skullieren – Riemenrudern von der Seite

Bei der Suche nach Unterschieden muss somit genauer hingesehen werden, müssen andere Perspektiven gewählt werden.

Unterschiede der Griffhaltung

Für beide Rudervarianten gilt: Rudergriffe locker halten, nicht klammern. Das Handgelenk sollte waagrecht sein, und keinesfalls nach oben gezogen werden. Der Griff ist dennoch unterschiedlich.



Skull – Riemen

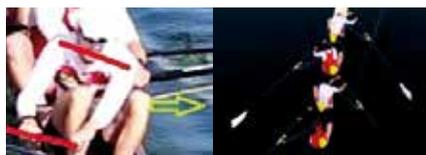
Griffhaltung bei beiden Technikvarianten

Besonderheiten des Riemenruderns in verschiedenen Schlagphasen

Ohne Frage – das Riemenrudern zeigt Asymmetrien. Aber ein Grundsatz bleibt: alle seitlichen Bewegungen sollten sparsam ausgeführt werden, getreu dem Prinzip: so wenig wie nötig.

Anrollen bis zur Auslageposition

Von der Neutralstellung geht es in Richtung Auslageposition – das Boot fährt unter dem Körper weiter, die Beine geben nach. Beim Riemenrudern folgt die Schulterachse dem Verlauf des Riemens, dabei weicht das Außenbein ein wenig (!) aus und macht somit dem Außenarm Platz.



Anrollen beim Riemenrudern – Das Außenbein sollte nur soweit wie notwendig nach außen gehen (grün links). Durch die Rotationsbewegung verlagert sich das Gewicht leicht auf die äußere Gesäßhälfte (grün rechts)

Der Auslagewinkel ist beim Riemenrudern mit 55o-60o etwas kleiner als beim Skullieren (65o-70o). Bei beiden Rudervarianten sollte darauf geachtet werden, sich nicht mit aller Kraft Richtung Heck zu quetschen bzw. den Oberkörper stark in Richtung Heck zu lehnen.



Auslageposition beim Riemenrudern

Durchzug von der Auslageposition bis zum Mittelzug

Im Durchzug geht die Rotation des Oberkörpers – dem Riemen folgend – wieder zurück bis zur Mittelposition, die jener beim Skullieren ähnlich ist.



Gewichtsverteilung im Mittelzug – das Gesäß ist rechts und links gleichmäßig belastet

Die Kraftübertragung erfolgt dabei vor allem über das Außenbein und den Außenarm.



Mittelzug – Ein gestreckter Außenarm und ein gestrecktes Außenbein sind Kennzeichen eines guten Mittelzugs. Die Oberkörper (und Köpfe) befinden sich nahe der Mittellinie.

Durchzug vom Mittelzug zum Endzug

Auch im 2. Teil des Durchzugs bleiben der Oberkörper (inklusive Kopf) annähernd auf der Bootslängsachse (siehe Abb.5). Die Ellenbogenposition zeigt eine deutliche Asymmetrie.



Endzug beim Riemenrudern – Oberkörper und Kopf sind annähernd auf der Bootslängsachse, das Gewicht verlagert sich leicht auf die innere Gesäßhälfte.

Sport und Wellness am Südböhmischen Meer

Wanderrudern auf dem Lipno-Stausee



Eine gelungene Mischung aus Wellness und sportlichen Touren auf dem Lipno-Stausee bot Organisator Günter den Teilnehmern der Wanderfahrt im romantischen Gebiet des Lipno-Stausees vom 12. bis 16. September. Was anfangs aus logistischen Gründen schwierig erschien, wurde letztlich dadurch möglich, dass Richard, begleitet von Gattin Sonja, mit dem Anhänger fuhr. „Schlagkräftige“ Verstärkung bekam der Donauhort durch eine liebe Rudergruppe aus Pöchlarn.

Bei ausgezeichnetem Ruderwetter bot der See mit seinen 42 km Länge und einer maximalen Breite von 5 km durch seine abwechslungs- und buchtenreiche Ufergestaltung jede Menge an reizvollen und ambitionierten Touren, sowie ideale Trainingsmöglichkeiten für Rennmannschaften.

Wegen der offiziellen Beschränkung des Motorbootverkehrs auf diesem See gibt es nur Fischerboote oder kleine Leih- bzw. Privatboote mit einem „Minimotor“, daher auch keine störenden Motorbootwellen.

Die umliegenden dichten Wälder, die morgens von zarten, aber gelegentlich auch dichten Nebelschwaden durchzogen waren, gaben uns immer wieder das Gefühl, lautlos durch die kanadische Wildnis zu gleiten.

Eine gewisse Herausforderung war die Eigenheit des Sees, von einer Minute auf die nächste hinsichtlich Wind und Wellen zu wechseln. Wo eben noch eine glattgrüne Wasseroberfläche glänzte, kräuselten sich wenig später schon silberglitzernde Wellen, nicht selten sogar mit Schaumkronen.

Das Hotel, ziemlich genau in der Mitte des Sees gelegen, bot eine Vielzahl von

Annehmlichkeiten, vom Pool bis zur Sauna, von der Massage bis zur ausladenden Außenterrasse und einem sanft abfallenden Strand, auf dessen Wiese wir die Boote bequem lagern konnten.

Mittäglicher kulinarischer Hotspot bei unseren Ausfahrten war schon bald das Restaurant Markus in Frymburk mit seinem legendär schmackhaften Beef Tartar und einer Karte, die keine Wünsche offen ließ. Und wer gerade nicht rudern wollte, fand in der an Ausflugsmöglichkeiten reichen Gegend Zerstreuung und Unterhaltung.

Ein Dankeschön an Richard für sein Engagement und natürlich Günter für seine umsichtige und sorgfältige Organisation. Der Lipno-Stausee liegt unweit der österreichischen Grenze im tschechischen Nationalpark und Landschaftsschutzgebiet Böhmerwald. In unmittelbarer Nachbarschaft befinden sich die Orte Frymburk und Krumau. Der Stausee entstand 1959 im Moldau-Tal, um Budweis und Prag vor Hochwasser zu schützen. Mit einer Fläche von 4650 ha und einer Länge von 42 km ist er flächenmäßig der größte See der Tschechischen Republik.



Die Mannschaft: Viktor, Richard, Sonja, Irmgard, Johanna, Hans, Elisabeth Maria, Otti, Christian; Eva, Martin, Susi, Günter.

Günter Zimmermann

Wanderrudern „aktuell“ Rudern am Neusiedlersee

Für den Rudersport ist der Neusiedlersee eigentlich erst ein Entwicklungsgebiet, allerdings mit großem Potenzial. Es gibt in Breitenbrunn schon länger den einzigen Ruderverein des Burgenlandes „1. Burgenländischer Ruderverein“ (BRB). Die neue Vereinsführung mit Nik Nemeskeri ist am Anfang dieses Jahres mit dem Ziel angetreten, neue Mitglieder zu gewinnen. Wegen des Fehlens eines dichten Einzugsgebietes setzt er zusätzlich auf Gäste und „Sommer-Mitglieder“.



Das erfordert allerdings auch Investitionen in den Bootspark, denn der Neusiedlersee ist bekanntlich ein beliebtes Revier für den Segelsport und die Windverhältnisse können Rudern mit herkömmlichen Booten an manchen Tagen nahezu unmöglich machen. Inzwischen gibt es einen ausgezeichnet renovierten See-Gig-Vierer und zwei wellengängige Coastal Rowing-Boote (1/1x, 1/2x). Ruderkundigen Gästen, die am Neusiedlersee – z. B. an einem Wochenende – rudern möchten, bietet der BRB „Tagesmitgliedschaften“ an. Sie beinhalten alles was ein ordentliches Mitglied auch hat, nämlich die Benutzung der Infrastruktur und der Boote. Die Tagesmitgliedschaft kostet normal € 20,-, für Mitglieder von befreundeten Rudervereinen kann dieser Betrag auf € 15,- reduziert werden.

Der Verein ist über die Zufahrt zum Seebad Breitenbrunn (Abzweigung Richtung See nach der Ortsmitte bis zum Parkplatz – gebührenpflichtig – dann mit ca. 5 min Fußmarsch Richtung Norden) erreichbar.

Eine Ausfahrt am Neusiedlersee ist eine schöne Abwechslung zum Donaurudern, leicht zu organisieren und schnell zu erreichen. Es ist auch eine Unterstützung der Bemühungen des Vereins in Breitenbrunn, den Rudersport weiter zu fördern.

Fritz Stowasser

Fotos: ©Dieter Feisinger



Bootswerft
Max Schellenbacher

Wettkampfvorbereitung mit INDIBA® Activ!



Wettkampfvorbereitung, was ist das und wann beginnt sie? Manche sagen „Nach dem Wettkampf ist vor dem Wettkampf“ und das stimmt auch. Die Vorbereitung auf den nächsten Wettkampf beginnt mit der Erholung nach dem Letzten. Kommt der Wettkampf immer näher und werden die Trainingseinheiten immer intensiver, so ist eine entsprechende Regeneration zwischen den Trainingseinheiten ebenso wichtig, wie eine

Vorbereitung auf die Nächste.

Bessere Erholung für eine bessere Leistung!

INDIBA® activ ist im Spitzensport, im Rahmen der Therapie und Rehabilitation bestens bekannt. Auch in der Wettkampfvorbereitung wird diese Radiofrequenztherapie, manualtherapeutisch eingesetzt.

Durch die mit INDIBA® activ verwendeten, immer konstant bleibenden 448Khz, den verwendeten kapazitiven und resistiven Elektroden in Verbindung mit manuellen Behandlungstechniken, haben wir eine Wirkung auf die verschiedenen, entscheidenden Systeme unseres Körpers: durch die Entzündungskontrolle auf das biologische System, durch die Verbesserung der Beweglichkeit auf das Muskulo-Skelettale System,



durch die Kräftigung auf das metabolische System, durch die Steigerung der Koordinationsfähigkeit auf das neurologische System und durch die Erholung nach sportlicher Belastung auf das energetische System.

Wir erreichen eine Verbesserung der Sauerstoffversorgung im Gewebe nach intensivem Training und eine Kontrolle der metabolischen Aktivitäten. Außerdem eine schnellere Erholung nach Muskelermüdung, Muskeldrainage und Abtransport von Stoffwechselprodukten. Die Einnahme von schmerz- und entzündungshemmenden Medikamenten wird deutlich reduziert.

Zur Anwendung kommen vor einem Wettkampf oder als Vorbereitung auf die nächste Trainingseinheit, spezielle Behandlungsprotokolle für die Füße, den Lendenwirbelbereich und entlang der myofaszialen Linien.

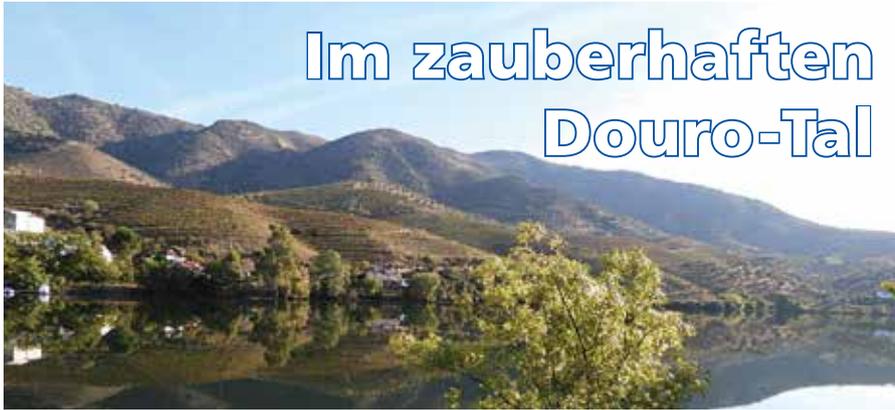
Nach einem Wettkampf oder einer intensiven Trainingseinheit kommt ein Behandlungsprotokoll zur Entspannung kontraktiver Wirbelsäulenmuskulatur, sowie ein Protokoll zur Drainage der unteren Extremität und allgemeiner Entgiftung, zum Einsatz.

INDIBA® Activ hilft Ihnen also Ihre maximale Leistungsfähigkeit abrufen zu können und zwar zum richtigen Zeitpunkt: dem Wettkampf!

Drott Medizintechnik GmbH ■ Ricoweg 32D ■ 2351 Wiener Neudorf
Tel.: +43 (0) 2236 660 880 ■ Fax: +43 (0) 2236 660 880 - 10 ■ www.drott.at ■ office@drott.at



Im zauberhaften Douro-Tal



Im Herbst 2018 bot uns Helmut Nocker einen richtigen „Ruder-Leckerbissen“ an – durch das Douro-Tal im Norden Portugals – ob Christian und ich Interesse hätten. Von Pöchlarn waren Britta & Peter und auch Berthold schon mit von der Partie. Es brauchte keine Überredungskünste und wir sagten sofort zu.

Helmut Bruckner (WIB) war zu Pfingsten 2018 mit Helmut Nocker (MÖV) bereits am Douro. Beide waren so begeistert, dass sie eine weitere Wanderfahrt im Herbst 2019 organisieren wollten.

Diese 7-tägigen Wanderfahrten werden vom Ginásio Clube Figueirense, einem portugiesischen Ruderclub, organisiert. Das Paket umfasst Boote, Unterkünfte, gesamtes Essen, gesamtes Trinken, Bustransport und Besuch einer Quinta (Weingut) mit Weinverkostung.

Im Sommer 2019 musste Helmut Bruckner leider krankheitsbedingt die alleinige Organisation Helmut Nocker überlassen. Es war ihm nicht mehr möglich, an dieser Wanderfahrt teilzunehmen. Am Tag unserer Abreise, dem 3. Okt., wurde uns mitgeteilt, dass Helmut Bruckner den Kampf gegen seine schwere Krankheit verloren hatte.

Der Douro entspringt in Spanien, fließt 213 km durch Portugal von Ost nach West und mündet bei Porto/Vila Nova de Gaia in den Atlantik. Fünf Schleusen ermöglichen die Schifffahrt auf portugiesischem Gebiet. Die Schleuse Carrapateiro ist mit 35 m die höchste.

Porto – die Stadt mit ca. 240.000 Einwohnern – gehört, wie das Douro-Tal, zum UNESCO-Weltkulturerbe.

Wir Pöchlerner reisten gemeinsam mit Helmut & Anna Maria Nocker am Donnerstag an und erkundeten Porto. Dichte Häuserreihen stehen terrassenartig vom Flussufer Ribeira bis hinauf zur Kirche der Kleriker mit ihrem 79 m hohen Turm (wir waren oben!) auf der einen und bis zur Kathedrale auf der anderen Seite. Wir drängten uns durch die engen, stark belebten Gassen mit den kleinen Geschäften und Konditoreien. Besonders die süßen Pastéis de Nata hatten es uns angetan. Es verging kein Tag, an dem wir nicht eines aßen! Und das Nationalgericht Francesinha kosteten wir selbstverständlich auch.

Viele Kirchen und Paläste sind in barocken Baustil errichtet. Eine Besonderheit sind die

blauen Fliesen (Azulejos), die nicht nur die Außenfassaden schmücken. Sechs Brücken verbindet Porto mit dem gegenüberliegenden Gaia. Die interessanteste ist die Ponte Luis I. Gebaut von einem Unternehmen Gustav Eiffels, eröffnet 1886, hat diese Brücke zwei Ebenen, eine für U-Bahn und Fußgänger, eine für den Straßenverkehr. In Gaia, dem Zentrum der Portweinerzeugung, besichtigten wir einen Weinkeller und tummelten uns auf der belebten Uferpromenade, wo „alles aus Kork“ – Taschen, Gürtel, Brillenetuis, Fächer, etc. – verkauft wird.

Am Sonntag zu Mittag waren alle 20 Teilnehmer in Porto eingetroffen: vier vom Bodensee (WIB), vier aus Salzburg (MÖV), zwei vom Wolfgangsee, eine aus Graz (RCG), acht aus Niederösterreich (PÖC, ALE, NOR) und einer aus Wien (ELL). Als Auftakt organisierte Helmut Nocker eine 6-Brücken-Bootsfahrt und ein gemeinsames Abendessen. Auch einen Ausflug nach Matosinhos an die Atlantikküste genossen wir alle.

Die eigentliche Wanderfahrt begann mit der 3½ -stündigen Zugfahrt durch das bezaubernde Douro-Tal nach Pinhão. Die Weingärten zeichnen geometrische Muster in die Landschaft. Senkrecht, waagrecht oder zickzackförmig sind die Zeilen angelegt. Zahlreiche Quintas (Weingüter) thronen hoch oben auf den Hügeln. Die Bahnlinie folgt im oberen Drittel dem Douro. Das Tal ist an einigen Stellen sehr eng durch Felsen auf beiden Seiten, dann wird es wieder weiter und Orangerhaine reichen bis ans Ufer.

In Pinhão angekommen, spürten wir sofort die Sommerhitze von 28°. Das Organisationsteam von Ginásio erwartet uns mit zwei Bussen und einem Klein-LKW. Auf ging es auf kurvigen Straßen zum Foz do Sabor (Mündung des Sabor), wo bereits unser erstes Picknick liebevoll aufgebaut war. Alles, was das Herz begehrt, stand am Tisch. So war es die ganze Woche: jeden Tag zu Mittag wurden wir bestens versorgt mit Obst, Salat, Schinken, Käse, Brot, Getränken, Thunfisch-Bohnen-Salat, gebratene Hühnerstücke, etc.

Vor dem Wassern der Boote hielten wir eine Gedenkminute für Helmut Bruckner. Er wäre so gerne mit von der Partie gewesen.

Das „Aha“-Erlebnis war, als Britta ihre Mannschaft zusammenrief: Alle ans Boot! Und zehn Hände wollten das Boot ins Wasser transpor-

tieren. „Stop, stop“, ertönte die aufgeregte Stimme von Rute (oder war es Valdemar?), „we do it all, you just row!“ Das war's! So eine Wanderfahrt würden wir uns immer wünschen. Wir hatten nichts anderes zu tun als zu rudern! Alles andere wurde von den vier Betreuern gemacht: grüner Teppich beim Ein- und Aussteigen, damit wir nicht ausrutschten, immer eine Hand zum Anhalten und Picknick aufgebaut bei jedem Mittagsstopp. Valdemar begleitete uns die ganze Woche mit seinem kleinen Motorboot. Er warnte uns vor Gefahrenstellen (wo wir als Stromruderer gar keine erkennen konnten – er hatte manchmal so seine liebe Not mit uns!), und versorgte uns während der Fahrt mit Trinkwasser. Die Hotels waren first class, das Essen und der Wein ebenso. Wir waren im siebten Ruderhimmel! Pünktlich zur vereinbarten Zeit waren täglich unsere Boote bereit. Die Strecken, die zu bewältigen waren, lagen zwischen 24 und 42 km pro Tag. Eine besondere Aufregung für unsere Bregenzer war die Schleusung. Es war für sie das erste Mal! Aber auch wir „Donau“-Ruderer waren noch nie in 32 bzw. 35 m hohen Schleusen. Besonders besorgt war unsere Begleiter Valdemar, dass wir nicht umkippen. Daher mussten wir den Bootshaken entlang der Leiter führen und zusätzlich ein Seil um eine Boje werfen. Das Seilwerfen war eine Kunst, die gelernt werden musste.



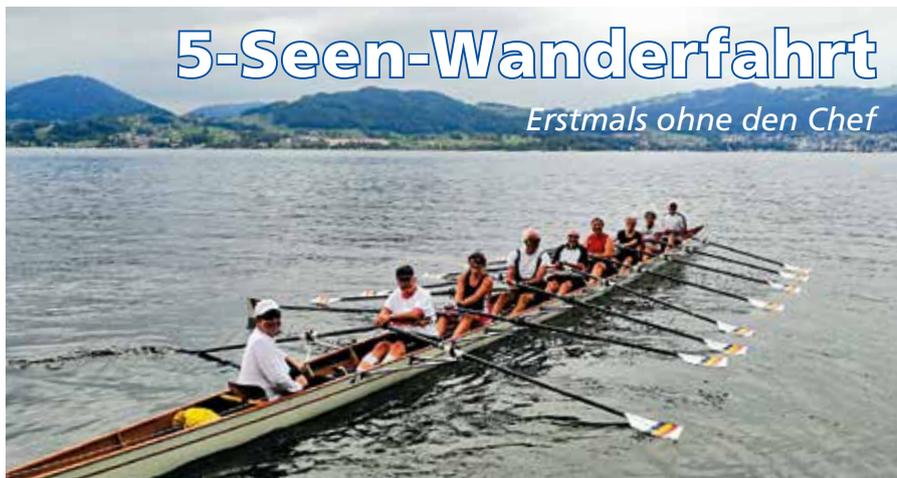
Bei perfektem Wetter genossen wir jeden Teil dieser abwechslungsreichen Strecke. An einigen Tagen war es so heiß, dass wir in der Mittagspause in die kühlen Fluten sprangen. Die 38 km am Dienstag wollten nicht enden. Die Hände wurden immer länger und der Gegenwind immer stärker.

Die Mannschaften wurden täglich neu zusammengestellt und harmonierten immer sehr gut. Am Ende nach 177 km begossen wir diese wunderschöne Woche mit Portwein und Whisky im Strandbuffet.

Danke Helmut & Anna Maria Nocker für die Organisation samt Bootseinteilung und dem 4er-Team von Ginásio Clube Figueirense für den grünen Teppich und dass wir nur unsere Bootssäcke tragen mussten. Danke auch dem Wettergott für eine Woche Sonnenschein!

Diese Wanderfahrt war sicher eine der schönsten, an der wir je teilnahmen. Wir wollten 2020 wiederkommen. Schade für uns und gut für Ginásio – es waren alle drei angebotenen Termine schon ausgebucht, aber irgendwann.....

Otti Hill



5-Seen-Wanderfahrt

Erstmals ohne den Chef

Seit vielen Jahren schon gibt es jährlich im August eine Wanderfahrt zu den Seen im Salzkammergut mit Ruderern von der Alemannia Korneuburg und dem WRK Donau Wien. Gewohnt wird am Mondsee mit direktem Seezugang über eine schöne Wiese, auf der auch der Bootshänger stehen kann und von wo man ganz leicht in die Boote hüpfen und den See in alle Richtungen berudern kann. Auch zum Baden lädt dieses wunderbare Plätzchen ein und das wird auch immer vor oder nach den Ausfahrten gerne genutzt. Weiters stehen der Wolfgangsee, der Traunsee, der Attersee und der Hallstätter See auf dem Ruderprogramm, soweit es die Bedingungen zulassen. Für uns Donau und Alte Donau Ruderer immer eine wunderbare Abwechslung, erleben wir doch dabei ganz andere Wind- und Wetterveränderungen als gewohnt.

Voller Vorfreude wurde diese Ruder- und Urlaubswoche geplant und rasch waren die 10 Plätze ausgebucht. Doch 1 Monat vor der Abreise verstarb Erwin Fuchs, der langjährige Organisator, Fahrtenleiter und Motivator hinter dieser und vieler anderen Wanderfahrten. Nach dem Schock über diesen schweren Verlust war schnell klar, dass wir diese Wanderfahrt trotzdem durchführen werden, wenn schon nicht mit Erwin, dann doch für Erwin und im Gedenken an ihn.

Mit zwei Booten von Donau Wien auf dem Bootshänger der Ellida ging es schließlich für Christl, Nora, Waltraud, Andrea, Elisabeth, Wolfgang, Franz und Gerald und unsere nicht rudern- de Begleiterin Heidi in Richtung Mondsee. Dort gesellte sich noch unser ortskundiger Unteracher Albert dazu und nach einer kurzen Stärkung ging es auch gleich in die Boote und zur ersten Ausfahrt. Bei wunderbarem Wetter wurde an den ersten beiden Tagen der Mondsee in alle Richtungen umrundet, überquert und durchmessen. Am Dienstag stand die, mittlerweile auch schon traditionelle, Umrundung des Traunsees im Doppelachter des Gmundner Rudervereins auf dem Programm. Vielen Dank in diesem Zusammenhang an Günter Müller für die Organisation des Bootes und natürlich auch für die aktive Gesellschaft im Boot und beim Hoi's'n Wirt.

Dann kam ein kleines meteorologisches Zwischentief mit Regen und Wind, der die geplante Befahrung des Wolfgangsees in diesem Jahr verhinderte und da teilte sich die Gruppe in die Freunde des Wolfgangsees, die einen kulinarischen Nachmittag im Regen von St. Wolfgang verbrachten und die Ruderwilligen, die noch einmal den Mondsee beruderten. So ein Glück, dass wir 2 Boote mithatten.

Nachdem der Regen einsehen musste, dass er das Rudern nicht verhindern konnte, waren die nächsten beiden Tage wieder trocken, wenn auch deutlich windiger und wir verbrachten diese am Attersee. Der zeigte bisweilen seine ruppigere Seite, aber durch Alberts Insiderwissen war auch dieses Thema beherrschbar. Der Hallstätter See musste leider heuer ohne uns auskommen. Neben den Rudererlebnissen gab es natürlich noch jede Menge kulinarische und gesellschaftliche Höhepunkte und das macht diese Woche für alle Beteiligten so schön und wertvoll. Alle hatten natürlich auch immer wieder Geschichten aus vorherigen Ausfahrten parat und in denen spielte Erwin sehr oft die Hauptrolle. Lieber Erwin, wir können zwar nicht mehr mit dir rudern, diese Seen-Wanderfahrt in Oberösterreich und Salzburg wird aber immer mit dir verbunden bleiben und wir freuen uns schon auf den nächsten August.

Gerald Lesmika

„Reisen mit dem Ruderboot“ Internationale Wanderfahrten 2015–2019 mit Vorschau 2020

in Bild und Wort

am Freitag, den 17. Jänner 2020

im Ruderverein Normannen – Normannengasse 2, 3400 Klosterneuburg

ab 17:45 Uhr Einstimmung bei Speis + Trank

19:00 Uhr Bildpräsentationen

U.A.w.g. an rvn@normannen.at



„Die Donau – das größte Ruderrevier
Mitteleuropas“ Ulm–Sulina 2015–2019
Ch. DORNINGER (NOR), W. WIDHOLM (NOR)



„Der Douro hat eine
Traumkulisse“
W. WIDHOLM (NOR)



„Die Moldau ist länger geworden“
A. KSchwendt (DOH)

Außer Programm: „Neuseeland – weiter weg geht's (fast) nicht mehr“
A. RANNER (MON)



„Expedition Montenegro–Bosnien–Serbien“
D. DROBIL (PIR)

Volunteering bei der World Rowing Masters Regatta

World Rowing Masters Regatta in Linz-Ottensheim

Nach der Ruder-WM 2019 steht bereits die nächste Großveranstaltung vor der Tür – und du kannst hautnah dabei sein!



Helfende Hände gesucht

4500 Athleten gehen bei der World Rowing Masters Regatta in Ottensheim an den Start. 150 Volunteers werden benötigt, um diese Veranstaltung zu einem Erfolg zu machen. Wenn du event- bzw. sportbegeistert bist, erwartet dich ein unvergessliches Erlebnis.

Vielfältige Einsatzbereiche

Die Volunteers decken eine Vielzahl von Aufgaben ab. Von der Unterstützung im Info Center, über Startnummernausgabe, Registrierung, bis hin zur Zeitnehmung warten interessante und abwechslungsreiche Tätigkeiten. Erlebe die Emotionen der Athletinnen und Athleten beim Halten der Ruderboote am Start oder während der Siegerehrung hautnah mit.

... und was gibt's dafür?

Auf jeden Fall das schöne Gefühl, Teil einer gelungenen Sportveranstaltung zu sein. Du sammelst garantiert jede Menge Erfahrung und Spaß in einem internationalen Team. Als Dankeschön erhältst du zwei T-Shirts, ein Kapperl und täglich Essensgutscheine.

Zeitraum: 28. August bis 7. September 2020 (je nach Aufgabe variabel)

Ort: Regattastrecke Ottensheim

Zur Bewerbung

Bewerbungen können unter <https://www.wrmr2020.com/volunteers/> eingereicht werden.

WINNERS ARE MADE OF BLOOD, SWEAT & DATA

SEBASTIAN KIENLE
Professioneller Triathlet
Ironman World Champion

168
4:32 13:42
01:05:27

Trainiere smarter und entdecke den Gewinner in dir – mit der Polar Vantage V, der Profi-Multisportuhr. Entwickelt von Profis für Profis und alle, die wie ein Profi trainieren.

#BLOODSWEATANDDATA

POLAR

POLAR VANTAGE V
PROFI-MULTISPORTUHR



GZ02Z032370M · 1030 Wien, Blattgasse 6

Nicht retournieren · P.b.b.