



Wahnsinn!
Erster Jtfo-Podestplatz in der jüngeren RVH-Geschichte !

unter...
Zum zweiten Mal auf WaFa-Besuch in Hessen

...wegs
Leiden in Lüttich (und anderswo)

Berlin, 10.12.2014

Hallo liebe RVHler,

Wahnsinn! Ich gebe mir ja doch immer Mühe, die Titelseite ein bisschen pfiffig, ein bisschen hintergründig oder wenigstens witzig zu gestalten, und so kann das Wort Wahnsinn ja eigentlich nicht ganz ironiefrei gemeint sein. Ist es aber in diesem Fall tatsächlich mal. Als ich vor - kurz Taschenrechner, Tagebuch und ewigen Kalender gezückt - wohl 13 Jahren das letzte mal in einem JtFO-Boot saß und wir vermutlich genau niemanden hinter uns gelassen haben, fand ich es ziemlich verwegen, auch nur an vordere Plätze beim Landesentscheid zu denken. Und auf einmal, ein gutes Jahrzehnt später, stehen auf einmal diese Jungs da in Berlin auf dem Treppchen!

Natürlich, wir hatten im Verein auch schon andere ziemlich erfolgreiche Leute, die zumindest mal bei uns angefangen haben. Aber Jugend trainiert trifft für mich immer noch eher den Kern der Sache. Eine Veranstaltung, die im Prinzip Breitensportlich angelegt ist - auch wenn natürlich der Weg nach Berlin aufs Treppchen nicht ohne mindestens

leistungssportähnliche Strukturen zu machen ist. Für mich zeigt das den Spagat, den der RVH ziemlich erfolgreich meistert. Zwischen dem leistungsorientierten Rudern, das auch jedes Jahr erfolgreicher betrieben wird, und aber auch dem Breitensport mit einer niedrigen Einstiegsschwelle für Kids, die einfach mal wissen wollen, wie sich das anfühlt, in so einem Boot zu sitzen. Mit solchen Dingen wie den 3 (!) verschiedenen Rudermarathons, auf denen sich dieses Jahr RVHler herumgetrieben haben und einer wieder einmal erfolgreichen Wanderfahrt. Wieder angefixten Ehemaligen. All diesen Dingen, die meines Erachtens einen guten Sportverein ausmachen. Und die das Grundgerüst bilden für die Erfolge, die wir inzwischen eben auch bei JtFO einfahren können. Ich habe ja an dieser Stelle schon öfter mal meine Gedanken zu diesem Thema formuliert. Aber ich glaube, es passte noch nie so gut.

Kilian

INHALT

<i>EDITORIAL</i>	<i>1</i>
<i>INHALT</i>	<i>2</i>
<i>RVH ON TOUR</i>	<i>3</i>
Holland 2014 - Einfach nur geil!	3
Bundeswettbewerb J.u.M. in Rüdersdorf	5
SRVN-Regatta	7
Landesentscheid JtfO	10
Wanderfahrt auf der Lahn	12
Bundesfinale JtfO in Berlin	15
Rheinmarathon	18
Rudermarathon Lüttich	19
<i>INSIDE RVH</i>	<i>21</i>
Sommerfest	21
Rudern ist wie Radfahren - nur schöner!	23
<i>DERMINE DERMINE DERMINE!</i>	<i>25</i>
<i>EIN LETZTES</i>	<i>26</i>
<i>BERNIS NUDELBRETT</i>	<i>27</i>

Holland 2014

Einfach nur Geil!

Holland... Was soll ich sagen... Eigentlich war es wie jedes Jahr, und doch irgendwie anders. Meine Bezeichnung für dieses Jahr: Geiles Team! Geile Stimmung! Geiles Ergebnis!

Fangen wir mit dem Ergebnis an. Sooooooooooooo geil!!!!!! In den letzten Jahren haben wir immer so um die 20:20h gebraucht, aber dieses Jahr... WOW! Wir haben nur sage und schreibe 18:54h für die 207km lange Strecke gebraucht :) Wir sind insgesamt drei Teams gewesen, zu 90% bestehend aus Hamburgern. Das „ambitionierte Team“ (mein Team) wurde bei unserem internen Wettkampf wider Erwarten 1. Aber auch die Gesamtplatzierung kann sich sehen lassen. Mit dieser atemberaubenden Zeit sind wir in der Gesamtwertung 7. und in der Einzelwertung der Mixed-Klasse 3. geworden.

Wir hatten uns für die ersten beiden Etappen vorgenommen, möglichst weit nach vorne zu fahren. Da wir Startnummer 44 hatten, gab es einige Boote zu überholen... Bereits an der ersten Wechselstelle trafen wir

auf die „Sehnder Gruppe“. Als ich zum Wasser ging, dachte ich noch „Wieso schreit Yasmin die ganze Zeit „Scheiße, Scheiße, Scheiße“?“ Als nächstes kam der Gedanke „Warum wird „Muddebutz“ rausgehoben?“ Und dann: „Ach du Scheiße!!“ - Das Boot hatte ein Loch! Und zwar ein ganz schön großes... Die Steuerfrau hatte neben das Trittbrett in die Bootswand getreten und ist dann mit dem Gummistiefel im Boot hängen geblieben. Das einzig Schöne an dieser Situation war, zu sehen, wie hilfsbereit Rudermenschen untereinander doch sein können. Während sofort einige los gelaufen sind, um Panzertape und Handtücher zu holen, halfen auch Ruderer aus anderen Städten dabei, das Boot zu halten und auch zu tapen. Ab diesem Wechsel wurde bei uns in der Mannschaft immer wieder gesagt: Ruhe bewahren, keine Hektik!

Wie lange das Tapen dann noch gedauert hat, kann ich nicht sagen, da unser Boot zur Wechselstelle kam und ich steuern musste. Während des Steuerns habe ich dann irgendwann den Sehnder Bus an der Straße vorbeifahren sehen und meinte zu meiner Mannschaft im Boot: „Die Sehnder sind auch wieder auf dem Wasser, das ist schön.

Aber jetzt konzentrieren wir uns wieder auf das zwei Bootslängen vor uns liegende Boot. Da wollen wir uns ranziehen!“

Unsere Renntaktik ging auf, als wir um Mitternacht rum wieder in Lee-warden waren, waren wir bereits allein und hatten 5 min Abstand nach vorne und 20min nach hinten. Hier schon kamen andere Ruderer auf uns zu und gratulierten uns, dass wir bei den Vorjahressiegern und einem anderen sehr schnellen Mixed-Boot so gut mithielten. Wir hatten hier nur 10min auf den Führenden unserer Klasse und 5min auf die Nummer 38, den Sieger vom letzten Jahr. Noch sahen wir sie wenigstens an den Wechselstellen und konnten dann selber die ungefähren Zeiten stoppen, auf der zweiten Hälfte des Rennens mussten wir uns auf die Daten von Nicolai verlassen, der nicht mitgefahren war und an den Stempelstellen immer ausgerechnet hat, wie unsere Zeit so in Relation zu den anderen war. Kurz vor Ende kam dann plötzlich die Ansage „Da kommt noch die 66 die ist nur noch 6min hinter euch.“ . → Paniiiiik!!! „Entwarnung, hab mich verrechnet, es sind doch 13min“. Das war für uns im Bus gut zu wissen, aber eines unserer schnellen Männerteams war grad

auf dem Wasser und sollte noch eine Strecke fahren, und denen haben wir dann nur die 6min erzählt, die wir generell für uns alle gelten ließen, da die uns mehr ansportelten, als 13min. Im Ziel angekommen blieben wir auf dem Platz und warteten auf die 66. Abgezogen der Startzeit kam irgendwann Ingo an und meinte „Nach meiner Rechnung sind wir durch.“ Inken: „Nach meiner auch.“ → Partyyyyyyy

Leider lief es nicht für alle von uns so gut. Die Sehnder hatten trotz ihres Bootsschadens eine richtig gute Zeit hingelegt, mit der sie auch zufrieden waren, aber unser drittes Team hat uns dann ein bisschen Sorgen gemacht, nachdem wir erfahren hatten, dass auch sie einen Bootsschaden zu vermeiden hatten. In dem gesamten Rennen gab es unter allen Teilnehmern nur zwei Bootsschäden: An der „Muddebutz“ und der „Ostpreußen“. Auch bei der „Ostpreußen“ geschah der Bootsschaden beim Wechseln - wie wir hinterher erfuhren schon in Lee-warden. Die Bootswand war durchgetreten und eine Kreuzstrebe komplett rausgebrochen und eine andere „nur“ durchgebrochen. Aber auch sie fuhren weiter, am Ende hielt das Tape nicht mehr und die Pumpen mussten durchlaufen und

der Steuermann zusätzlich schöpfen. Aber auch sie sind ins Ziel gekommen, zwar mit reichlich Tiefgang, aber im Ziel.

Aber Holland besteht ja nicht nur aus dem Rennen. Zu Holland gehört auch nettes Zusammensitzen, Lagerfeuer, neue Menschen und reichlich Faxen: Angefangen hat es eigentlich damit, dass wir am ersten Abend gegrillt haben und so gut wie bei jeder Sache zu essen, Salat, Fleisch, Baguette,... kurz nachdem die Hälfte aufgebraucht war gesagt wurde, jetzt müssen wir aufpassen, wir müssen noch etwas überlassen. Es ging sogar soweit, dass als die ersten beiden Maiskolben auf den Grill kamen (von 16) der Kommentator kam: „Die müssen wir aber doch noch aufheben.“ Dabei kamen nur noch neun Leute, der Rest unserer 33 Mann starken Gruppe war bereits da.

Als besagte neun Menschen ankamen, hielt man sie erst für Neanderthaler, oder zumindest für Personen aus einem anderen Jahrhundert. Die Männer trugen Vokuhila Perücken und die Frauen neongrüne Schweißbänder. Hinzu kamen orangene Warnwesten und ein Bauarbeiterradio. Das Radio trug die ganze Zeit über sehr zur Be-

lustigung bei, da wir einen Sender gefunden hatten, auf dem es alte deutsche Schlager gab, die jedoch komplett auf Holländisch gesungen wurden. Irgendwann gingen mir die Lieder allerdings so auf den Haken, dass ich sehr froh war, nicht mit dem Radio in einem Team zu sein. Das Highlight kam dann am Start, wo das Team die Vokuhila Perücken ebenfalls getragen hat und auch mit ihnen gerudert ist. Die Sympathie des Teams stieg dadurch rasant an, und auch viele Holländische Teams feuerten sie bei ihrem Start an.

(Lena O.)

Bundeswettbewerb für Jungen und Mädchen in Rüdersdorf

Am Donnerstag, den 03.07., trafen wir uns, abgesehen von Lisa, Mareike, Caro, Antonia und Nadine, die mit der Bahn fahren, morgens beim DRC und fahren mit dem Bootstransport und Frau Linckes Auto nach Rüdersdorf. Als wir in Rüdersdorf ankamen, ging es bald an das Abladen und Aufriggern der Boote. An diesem Tag erkundeten wir noch in einer kurzen Trainingseinheit den See und aßen wie je-



den Abend in einem naheliegenden Theatersaal, wofür jeder Teilnehmer Essensmarken bekam. Kurz danach suchten wir die Turnhalle auf, in der wir schlafen durften. Nachdem das Licht ausging, schliefen wir auch bald ein.

Am nächsten Tag fanden die Langstreckenrennen über 3000 Meter statt, in denen man sich für die A,

B und C Finalrennen qualifizieren konnte. Am Abend fand eine sehr langgezogene Siegerehrung der Langstrecke statt, bei der es sehr heiß war und alle in der prallen Sonne saßen und schwitzten. Abends gab es Abendessen im Theater, dann ging es wieder zur Turnhalle und die nächste Nacht begann. Bald wurde es ruhig und alle schliefen ein.

Am Tag darauf fand der Zusatzwettbewerb im Stadion statt. Hier gab es mehrere Leichtathletikübungen, an denen alle BW Teilnehmer teilnehmen mussten. Dazu wurden wir in Gruppen eingeteilt und arbeiteten in diesen Gruppen die



verschiedenen Stationen ab. Der Abend lief wie jeder andere ab: Im Theater Essen und in der Turnhalle schlafen.

Am Sonntag mussten wir morgens die Halle räumen. Im Anschluss daran fanden die Kurzstreckenrennen über 1000m statt. Heute fuhren jeweils 6 Boote gegeneinander. Trotz der strahlenden Sonne versuchten alle zu gewinnen und gaben ihr Bestes. Franz und Kristoffer wurden dritter im A Finale. Lisa und Mareike erreichten im A Finale den



vierten Platz. Die drei Einer gewannen zwar nicht alle, fuhren aber alle prima Rennen. Aaron wurde im B Finale fünfter, Antonia schaffte es, das C Finale zu gewinnen. Max erreichte im C Finale den dritten Platz. Der Mix-Vierer mit Solanyi, Ellen, Felix, Fynn und Steuermann Fritz gewann das C Finale und es folgte das Abreiseprogramm: Die Boote wurden abgeriggert und aufgeladen. Alle packten ihre Sa-

chen, doch vor der Abreise fand die Abschluss-Siegerehrung statt, bei der Niedersachsen den 4. Platz belegte. Anschließend ging es los. Anders als auf der Hinfahrt musste niemand mit der Bahn fahren, denn am Sonntag kamen ein paar Eltern zum Gucken dazu, die die Zugfahrer mitnehmen konnten.

(Felix & Max)



SRVN-Regatta

Auch in diesem Jahr fand am Sonntag den 20 Juli 2014 die SRVN Regatta statt, an dem der RVH erfolgreich teilnahm. Jeder RVHler kam bei recht gutem Wetter eine Stunde vor seinem Rennen zum Ruderbootshaus. Die meisten aber mussten schon um 8:00 Uhr vor Ort sein, da wir mal wieder erfolgreich Kuchen und Getränke verkauften. Es wurden viele Medaillen gewonnen: In den 1000 Meter Rennen wurden

von Kristoffer Borrmann (00), Maximilian Krimm (00), Franz Vinzenz Reitzler (00), Aaron Wehde (01), Stm. Fritz Marcinczak in 3:23,90 Minuten und von der Trainingsgemeinschaft RVH/DRC mit Colin Beckmann (98), Konstantin Jaep (97), Paul Konrad Peter (97), Jan Ole Peter (99), Stm. Tobias Schiefer mit 3:00,25 Minuten der erste Platz erfolgreich verteidigt. Den zweiten Platz haben erreicht: Antonia Froneck (00), Kira Krawczyk (00), Lara Popp(00), Lisa Wende (00), Stf. Fritz Marcinczak in 3:53,39 Minuten. Den dritten Platz in einem

1000 Meter Rennen machte unsere Trainingsgemeinschaft Till Biermann (98), Leon Gerke (99), Oliver Jeske (97), Henrik Neufeldt (98), Stm. Maximilian Krimm in 3:25,31 Minuten.

In 500 Meter Rennen erzielten den ersten Platz: Felix Krimm (02), Yannick Mauritz (03), Lars Pieper(03), Kevin von Berg (02), Stm. Fynn Moldenhauer in 2:25,34 Minuten, Franz Vinzenz Reitzler in erstaunlichen 01:50,70 Minuten, Antonia Froneck in 02:20,30 Minuten, Maximilian Krimm in 02:10,80 Minuten,



Kristoffer Bormann (00), Franz Vinzenz Reitzler (00) in 1:45,94 Minuten und Ellen Engel (01), Gloria Froneck (01), Era Gashi (02), Solanyi Lovermann (02), Stf. Antonia Froneck in 2:13,56 Minuten. Den zweiten Platz haben gemacht: Anton Vong in 2:25,33 Minuten und der Achter mit Lucas Barsch (00), Kristoffer Bormann (00), Caroline Dörr (00), Antonia Froneck(00)-, Ellen Jokuszies (01), Artem Kasterin (01), Jana Kolmer (01), Lisa Wende (00) in 02:55,00 Minuten. Björn Gerß und Lars Schubert in 1:16,33 Minuten und Felix Krimm in 2:24,72 Minuten haben den dritten Platz erkämpft. Den vierten Platz gemacht



haben Ellen Engel (01), Gloria Froneck (01), Era Gashi (02), Solanyi Lovermann (02), Stf. Antonia Froneck in 2:28,21 Minuten und Felix Krimm (02), Yannick Mauritz (03), Lars Pieper (03), Kevin von Berg (02), Stm. Fynn Moldenhauer in 2:36,33 Minuten. Gloria Froneck

ist leider gekentert.

In dem dreihundert Meter Rennen haben Solanyi Lovermann in 1:27,14 Minuten und Yannick Mauritz in 1:35,17 Minuten den ersten



Platz gemacht. Den zweiten Platz haben erreicht: Adrian Makiela in 2:02,50 Minuten, Sophie Klaus (03) in 01:40,50 Minuten und Era Gashi (02) in 01:42,20 Minuten. Den dritten Platz haben Philipp Schiefer in 1:53,91 Minuten, Fynn Moldenhauer (01) in 01:36,60 Minuten, Kevin von Berg (02) in 02:05,40 Minuten, Ellen Engel (01) in 01:55,50 Minuten und Alicia Hellwig (03) in 02:12,10 Minuten. Fritz Marcinczak (01) hat in 01:36,70 Minuten leider „nur“ den vierten Platz bekommen. Für viele ging dann abends eine erfolgreiche Regatta zu ende.

(Fynn M. & Aaron)

Landesentscheid Jtfo

Humboldtschule bei den Ruderern
stärkste niedersächsische Schule

Nach zwei eher schwachen Jahren war die Humboldtschule dieses Jahr mit einem recht großen Starterfeld beim Landesentscheid „Jugend trainiert für Olympia“ vertreten. Am 20./21. Juli ging die Humboldtschule mit insgesamt 8 Booten, die sich aus 22 Sportlern zusammensetzten, an den Start. Am Ende stand ein herausragendes Ergebnis. Nachdem in den letzten drei Jahren zusammen drei Boote der Humboldtschule nach Berlin fahren, schafften es dieses Jahr drei Boote nach Berlin. Damit ist die Humboldtschule bei den Ruderern am stärksten vertreten.

In der WKIII (Jhg. 00-02) gingen jeweils ein Mädchen- und ein Jungendoppelvierer an den Start. Der Mädchendoppelvierer, bestehend aus Lisa Wende, Antonia Froneck, Lara Popp, Kira Krawcyk und Stm. Fritz Marcinczak, der erst kurz vor dem Wettkampf zusammengesetzt wurde, fuhr nach einem starken Rennen auf einen sicheren 2. Platz hinter dem Gymnasium Bersenbrück. Beim Jungendoppelvierer fand sich eine ähnliche Konstellation. Die Saison über sind Franz-

Vinzenz Reitzler, Kristoffer Borrman, Maximilian Krimm und Aaron Wehde mit Stm. Fritz Marcinczak überwiegend in Klein- und Mittelbooten unterwegs gewesen. Doch es reichten drei gemeinsame Trainingseinheiten und das Boot fuhr mit fünf Sekunden Vorsprung auf die folgenden Osnabrücker über die Ziellinie. Damit lösten sie eines der begehrten Tickets nach Berlin. Bei den Mädchen in der WKII (Jhg. 97-99) stand die Besatzung mit Lena Osterkamp, Carolin Albrecht, Helena Kreysler, Leila Brostulin und Stf. Lisa Wende sehr früh fest. Über Monate, mit einem fünftägigen Trainingslager in Kassel, wurde sich auf den Landesentscheid vorbereitet. Nach einem Sieg bei der Schülerregatta in Kassel gegen die starken Osnabrücker keimten schon erste Hoffnungen. Beim Landesentscheid konnten die Mädchen den Vorlauf dann klar für sich entscheiden. Im Finale mussten sie sich aber der Mannschaft aus Bramsche geschlagen geben. Da die Bramscher allerdings auch das Gig-Rennen gewannen, war Berlin immer noch eine Möglichkeit. Am Ende entschieden sich die Bramscher für den Gig und die Mädchen konnten ebenfalls nach Berlin fahren!

Bei den Jungen der WKII hatte die Humboldtschule das größte Starterfeld. Acht Ruderer traten in fünf Booten beim Landesentscheid an. Der Achter mit Henrik Neufeldt, Till Biermann, Tobias Schiefer, Leon Gerke, Paul Konrad Peter, Jan Ole Peter, Colin Beckmann, Konstantin Jaep und Stf. Lisa Wende, der in ähnlicher Konstellation bei den Landesmeisterschaften in Wolfsburg und später bei der Junior RBL am Start war, musste sich am Ende den drei stärkeren und schwereren Mannschaften aus Osnabrück geschlagen geben und überquerte als letzter die Ziellinie. Dann hieß es Fokus auf die Vierer legen, die sowohl im Renn-, als auch im Gig-Boot an den Start gingen. Der leichte Vierer mit Henrik, Till, Tobias, Leon und Stm. Maximilian Krimm, der so auch schon bei der Juniorenregatta in Köln am Start war, schied im Gig-Boot mit einem guten dritten Platz im Vorlauf aus. Im Rennvierer reichte aber der dritte Platz um an den nachmittäglichen Finalläufen teilzunehmen. Der schwere Vierer mit Paul, Ole, Konstantin, Colin und Stf. Lisa konnte im Gig-Boot den Vorlauf klar für sich entscheiden. Im Rennboot platzierten sie sich zwischen Hannoversch Münden und unserem leichten Vierer und kamen so mit Platz 2 ins Finale.

Im Gig-Finale machten die Jungs dann alles klar. Die Mannschaft der Angeschule, die ihnen noch gefährlich hätte werden können, meldete zu Gunsten des Riemen-Gig-Finales ab. So fuhren sie mit 7 Sekunden Abstand auf den Zweiten über die Ziellinie und hinterließen sprachlose Osnabrücker – drittes Berlinticket gelöst. Im Rennvierer galt es nun auch, die zweite Jungenmannschaft nach Berlin zu bekommen. Doch das Boot aus Hannoversch Münden, das den Vorlauf schon für sich entscheiden konnte, siegte vor den beiden Humboldtvierrern. Der schwere Vierer fuhr auf Platz 2 und die Leichten beendeten das Rennen auf Platz 3. Die Erfolge wurden am Ende des Tages mit einigen Sprüngen in den Maschsee gefeiert.

Die Humboldtschule war weiterhin mit zwei „nicht-berlinrelevanten“ Booten am Start. In der WKIII gingen ein Jungen- und ein Mädchen-Gig-Doppelvierer an den Start. Der Jungenvierer mit Felix Krimm, Yannick Mauritz, Lars Pieper, Kevin von Berg und Stm. Fynn Moldenhauer konnte sich nach einer starken Leistung, als viert schnellster zweitplatziertes für das B-Finale qualifizieren. Dort beendeten sie das Rennen auf einem guten drit-

ten Platz. Der Mädchenvierer mit Ellen Engel, Era Gashi, Solanyi Lovermann, Saskia Oertling und Stf. Antonia Froneck konnten sich im Endspurt gegen ein Boot des Carolinum Osnabrück durchsetzen und fuhren auf einen vierten Platz.

Auch am RVH-Verkaufsstand wurde Höchstleistung verbracht. Die hungrigen Regattateilnehmer kauften bis auf den letzten Kuchenkrümel alles auf und bescherten dem Verein eine ordentliche Einnahme. Auf diesem Weg nochmal ein großes Danke an alle Helfer und Unterstützer!

(Philipp)

Wanderfahrt auf der Lahn

Diese Wanderfahrt war wahrscheinlich anders als die bisherigen, denn wir hatten einen Hund dabei, der täglich den Landdienst unterstützt hat. Der erste Abend wurde mit einer Stadtbesichtigung Wetzlars verbracht. Am nächsten morgen kam Björn mit dem Hänger und wir konnten starten.

Nachdem die Boote eingeteilt waren, die übrigens fast jeden Tag

gleich waren, ging es aufs Wasser. Die Strecke an diesem Tag war mit über 25 Kilometern auch die längste. Dank einer guten Gewässerkarte haben wir die Strecke ohne Schäden überstanden. Nur der starke Regen auf der Hälfte der Strecke war ziemlich nervig. Und ich musste die gesamte Strecke durchrudern, weil Lisa als Steuerfrau schon so durchgefroren war und ich Wanderfahrten ja so toll finde. Das Schlimmste aber auf der



langen Strecke war, dass wir nirgends auf eine Toilette gehen konnten. Großes Glück für die Jungs und Pech für die Mädchen. Als wir endlich an einer Schleuse mit einem kleinen Café waren, hat uns die Inhaberin aber leider gleich wieder verscheucht. Es war den Abend immer noch warm genug, um ins Wasser zu springen. Ich glaube, wir hatten alle viel Spaß mit Momo. Am nächsten Tag musste ich zunächst mit Adrian ins Krankenhaus fahren,

weil er sich mal wieder am ersten Tag verletzt hatte. Es hätte auch alle verwundert, wenn er sich nicht verletzt hätte. Während Adrian im Krankenhaus war haben Yannic und ich die Aufgaben des Landdienstes absolviert. Die Nacht sollte gezeltet werden, nur leider konnten wir den "Campingplatz" zuerst nicht finden, denn es war nur eine kleine Wiese. Nach dem gemeinsamen Kochen und Essen spielten wir fast jeden Abend Werwolf. Es war ein schönes Zusammensitzen. Colin



und ich hatten zwar einen kleinen Streit, aber ich denke, wir haben uns wieder vertragen.

Die Boote am nächsten Tag wieder ins Wasser zu bekommen, war eine Kunst für sich, denn der Weg führte durch einen schmalen Tunnel. Aber nachdem wir den Trick raus hatten, ging alles ganz schnell. Es war schönes Wetter und die Sonne schien. Unser nächster Stopp

war ein renoviertes Bootshaus mit eigenem Hantelraum. Wir müssen schon zugeben, dass wir echt gestaunt haben. Auf Grund des guten Zustands haben wir gehofft, dort



endlich mal nicht für die Duschen zahlen zu müssen, aber Fehlanzeige. Nachdem einige die Stadt besichtigt haben, haben wir anschließend zusammen gegessen. Für den nächsten Tag hatten wir uns überlegt, die Boote auszulosen, damit nicht jeden Tag dieselben zusammen rudern. Naja, ist dann nicht so gelaufen, wie wir uns das vorgestellt haben, weil die Boote sehr ähnlich waren. Die nächste Unterkunft war ein Kanu-Club und dort mussten wir die ersten Reparaturen an den Booten vornehmen. Ich weiß nicht mehr, wie der Ort hieß, jedenfalls gab es keinen Handyempfang, nur an einer Stelle und auch leider nur für einen Anbieter. Nachdem am nächsten Tag alle Zelte abgebaut waren, habe ich



zusammen mit Colin Adrian zum Bahnhof gebracht, weil sein Finger weiter schmerzte und nicht besser wurde. Nachdem wir auf dem Campingplatz angekommen sind, sind auch alle schon wieder in kleinen Gruppen losgezogen, um sich die Stadt anzusehen. Wir haben einen Mädchenabend im Eiscafé gemacht. An dem Abend haben wir am Lagerfeuer zusammen Marshmallows gegessen und Werwolf gespielt. Dann war unsere letzte Strecke der Wanderfahrt gekommen, die mit über 20 Kilometer auch noch mal etwas länger war. Am letzten Abend haben wir gemeinsam gegrillt und Caro und ich haben Björn

aus Gießen abgeholt, weil er für uns den Hänger am nächsten Tag nach Hannover zurückgezogen hat, danke Björn! Zum Abschluss haben alle die letzte Nacht nicht im Bootshaus verbracht, sondern haben draußen geschlafen.

Ich muss zugeben, dass ich von der Wanderfahrt positiv überrascht war und es mir Spaß gemacht hat. Wir waren eine tolle Gruppe. Auch noch mal danke an Fixel und Mirja, es hat mir gefallen, die Wanderfahrt mit euch zu machen.

(Nadine)

Bundesfinale

Jugend trainiert für Olympia

40 Schülerinnen und Schüler vertreten die Humboldtschule in Berlin

In diesem Jahr war die Humboldtschule erstmals mit so einer großen Schülergruppe in Berlin beim Bundesfinale von Jugend trainiert für Olympia vertreten. Gleich 3 Schwimm- und 3 Rudermannschaften haben die Qualifikation beim Landesfinale geschafft und konnten somit 5 Tage in der Hauptstadt verbringen und für unsere Schule

an den Start gehen. In den grünen Trainingsanzügen waren die Niedersachsen in der ganzen Stadt immer gut zu erkennen. Die meisten Sportler haben diesen Trainingsanzug auch erst zu Hause wieder ausgezogen.

Im Jungen-Gig-Doppelvierer mit Steuermann der Jahrgänge 97-99 konnte die Mannschaft um Steuermann Tobias Schiefer gleich im Vorlauf zeigen, dass sie vorne mit dabei sind. Colin Beckmann, Ole Peter, Paul Peter und Konstantin Jaep fuhren einen deutlichen Vor-



sprung heraus und konnten die letzten der 1000 zu absolvierenden Meter schon ein bisschen Tempo rausnehmen und Kräfte fürs Finale sparen. Vielleicht brachte ihnen auch der Teddybär Glück, den die Jungs beim Empfang in der Landesvertretung Niedersachsen erhalten hatten und den sie von da an immer dabei hatten. Der Luxusplatz mit guter Aussicht hat dem Teddy sicherlich sehr gefallen. Im Finale mussten sich die Jungs dann nur den Mannschaften aus Essen und Kassel mit 4 bzw. 2sek. geschlagen geben und belegten einen hervorragenden 3. Platz auf dem Treppchen. Diese Platzierung wurde sowohl an der Regattastrecke als auch bei der abendlichen Siegerehrung im Rahmen der Abschlussveranstaltung ausgiebig gefeiert und die Freude im gesamten Team der Humboldtschule war riesig.

Das erste Rennen für die Humboldtschule am Dienstag wurde vom Jungen-Doppelvierer mit Steuermann der Jahrgänge 2000-2002 absolviert. Bei heftigem Gegenwind und ordentlich Wellengang hatten es die Ruderer schwer, konnten sich aber mit einem 3. Platz im Vorlauf direkt für das Halbfinale am Mittwoch qualifizieren. Morgens um 6 Uhr klingelte der Wecker, der von

dem einen oder anderen ignoriert wurde. Trotzdem pünktlich an der Strecke angekommen konnten die Jungs bei deutlich besseren Be-



dingungen zeigen, dass sie auch besser rudern können. Im Halbfinale setzten sie sich vom Boot aus Pirna ab und ruderten so mit einem 3. Platz ins ersehnte A Finale. Aaron Wehde, Maximilian Kimm, Franz Reitzler, Kristoffer Borrmann



und Steuermann Fritz Marcinczak konnten sich im Finale einen tollen 5. Platz erkämpfen, mussten sich

aber den starken Teams aus Potsdam, Berlin, Minden und Weilburg geschlagen geben.

Das Rennen Nummer 7 war der Mädchen-Doppelvierer mit Steuerfrau der Jahrgänge 1997-1999. In dieser Bootsklasse gingen für die Humboldtschule Lena Osterkamp, Carolin Albrecht, Helena Kreysler, Leila Brustolin und Steuerfrau Lisa Wende an den Start. Die schwierigen Wasserverhältnisse und der heftige Wind machten den Mäd-



chen besonders am Start zu schaffen. Obwohl das Boot noch ausgerichtet wurde, wurde das Rennen gestartet und aufgrund eines technischen Defekts auf der 1. Startbahn hörten nicht alle Ruderinnen im Boot das Startsignal. Dann fiel auch noch die Lautsprecheranlage im Boot selbst aus, ein Krebs wurde gefangen, das Boot fast gestoppt und erst dann konnten die Mädels das Rennen richtig aufnehmen.

Leider war der Rückstand bereits zu groß und nicht mehr aufholbar. Auch am Nachmittag waren die äußeren Bedingungen noch immer sehr schwierig, die Skulls wurden weicher eingestellt um den Durchzug bei dem starken Gegenwind etwas zu erleichtern. Um in das Halbfinale einziehen zu können, musste ein 3. Platz erreicht werden. 200m vor dem Ziel lagen unsere Mädels auf diesem Platz, aber dann war der Endspurt des Teams aus Heilbronn ein wenig stärker und 0,5sek fehlten am Ende zum Erreichen des Halbfinals. Deutlich enttäuscht stiegen die Mädels aus dem Boot, denn sie hatten sich so viel vorgenommen und intensiv die gesamte Saison für diesen Wettkampf trainiert. Trotzdem genossen die 5 Mädels die Tage in Berlin und waren mit Sicherheit bei der Abschlussparty ganz vorne mit dabei.

Betreut wurden die drei Mannschaften in der Saison und in Berlin von Philipp Schiefer, Cornelius Dietrich, Gunther Sack und Anke Lincke.

(Anke & Gunther)

Rheinmarathon 2014

Beim Rheinmarathon war ich dieses Jahr schon zum 3. Mal und ich kann sagen, dass es dieses Jahr besonders war. Mit dem Rheinmarathon verbindet man normalerweise: Regen, Wind, Wellen!

Dieses Jahr war es anders: strahlender Sonnenschein, kaum bis kein Wind, und nur wenige Tanker. Aber ich fange mal von vorne an. Wieder dabei waren Hamburger Studenten vom Ruderclub Süderelbe, bei denen ist Björn mitgefahren, während Adri und ich für den RGF Sehnde gestartet sind.

Auf der Autofahrt haben wir Geschichten aus den letzten Jahren erzählt und gehört. Von den meterhohen Wellen der Tanker, dem Regen, der Kälte, den Schmerzen die man hat, wenn man aus dem Boot steigt. Als wir ankamen merkten wir schon, dass dieses Jahr andere Bedingungen vorliegen. Im strahlenden Sonnenschein und bei angenehm warmen Temperaturen haben wir angefangen, unsere Boote rheinsicher zu machen. Aufriggern, Abdeckungen anbringen, Klebeband zwischen die Ausleger spannen, Steuer sichern, etc. Nur das Pumpen einbauen haben wir uns

für den nächsten Tag aufgehoben. Anstatt abends direkt schlafen zu gehen, da an Schlaf in dieser Turnhalle nicht zu denken ist, wegen Schnarchern, Flugzeugen und der Lüftung, haben wir noch auf der Terrasse gesessen und uns Spekulationen der einheimischen Ruderer zum morgigen Event angehört. So wurde erzählt, dass es dieses Jahr wenig Wasser im Rhein gibt und deshalb nicht so viel Strömung vorhanden ist. Deshalb wurde geschätzt, dass kein Boot unter 2h10min im Ziel sein würde. Das Rennen an sich gestaltete sich dieses Jahr als ziemlich langweilig:

Wenig Tanker = wenig Wellen
Kein Wind = noch weniger Wellen
Kein Regen = keine Ablenkung

Einen interessanten Part gab es dann doch. Nach circa 10km bin ich mit meinem Vierer parallel zu einem Tanker gefahren. Wir hatten ungefähr die gleiche Geschwindigkeit, vor uns lag eine sehr lange gerade Strecke und es kam kein Gegenverkehr. Also hat unser Steuermann uns nah an das Heck des Tankers heran gesteuert und uns angewiesen ein paar Schläge mehr Druck zu machen, damit wir auf die Heckwelle kommen. Dort angekommen mussten wir nur noch

darauf achten, dass wir uns nicht zu sehr treiben ließen und auf der Welle blieben. Wir kamen mit weniger Anstrengung deutlich schneller voran und hatten schon nach wenigen Minuten die letzten paar hundert Meter zu unseren Gegnern aufgeholt. Als dann kurz vor Ende der Geraden Gegenverkehr in Sicht kam und unsere Zugmaschine (der Tanker) immer langsamer wurde, mussten wir die restlichen Kilometer alleine schaffen. Letztendlich haben alle Boote unserer Gruppe sich gut platzieren können, so dass wir am Ende des Tages mit Medaillen und einem gewonnenen Paar Skulls nach Hause gefahren sind.

Der Rheinmarathon war wieder einmal sehr anstrengend, aber auch mit sehr viel Spaß verbunden. Das gute Wetter hat sicherlich zu einem besseren Wohlbefinden bei allen Beteiligten beigetragen.

(Lena O.)

Rudermarathon Lüttich

Lüttich – einmal und nie wieder! Am Ende des Rennens lauern Schmerzen, Unbeweglichkeit aufgrund der Schmerzen und einfach das Ge-

fühl, für die nächsten paar Stunden ins Koma zu fallen. Aber fangen wir von vorne an.

Nach einem anstrengenden Schultag wurden wir (Lena und ich) nach Sehnde gebracht, von wo aus wir mit einigen Sehndern als erstes nach Leverkusen gefahren sind. In Leverkusen haben wir in dem Bootshaus übernachtet, wo wir auch schon während des Rheinmarathons waren. Wie in dieser Halle üblich, war an Schlaf eher weniger zu denken, so dass wir am nächsten Morgen sehr früh und sehr müde wieder im Auto saßen, um nach Lüttich weiter zu fahren. Bei der erstbesten Gelegenheit sind wir bei einer Autobahnraststätte abgefahren, um zu frühstücken. Ich musste erstmal nen Kaffee trinken, um einigermaßen wach zu werden. Es dauerte nicht lange und wir saßen wieder im Auto.

In Lüttich angekommen haben wir direkt den Hänger abgeladen, und angefangen, unsere Boote fertig zu machen. Sonne, Mütze, Musik, Boot fertigmachen -->LÄUFT! Zum Boot fertigmachen gehörte neben dem Einbauen der Pumpe auch das Festkleben von Müsliriegeln an der Bootsinnenwand. Ich bin mit Flo (aus Sehnde) Doppelzwei-

er gefahren, sodass jeder von uns fünf ganze Müsliriegel hatte. Während die anderen beiden Boote aus Sehnde, ein Herren-GigVierer und der Juniorinnen-GigVierer, schon auf dem Wasser waren, trafen Flo und ich die letzten Vorbereitungen für ein solches Rennen. Fast hätten wir dadurch verpasst aufs Wasser zu gehen.

Ein bisschen knapp aber immer noch rechtzeitig lagen wir dann am Start und haben dort ein paar Lindener Ruderer getroffen, die uns zum Glück sagen konnten, wie unsere Startnummer auf Französisch heißt. Das Problem am Start war nämlich auch bei dem richtigen Aufruf zu starten. Es wurde nur auf Französisch gesprochen und gleichzeitig musste man darauf achten, den Booten, die schon im Rennen waren und gerade eine Runde (ja, wir mussten Runden fahren) fertig hatten und somit von hinten kamen, Platz zu machen.

Ein kleiner Einschub zu der Art von Rennen in Lüttich: Das Rennen besteht für Junioren/-innen aus 4 für alle Erwachsenen aus 5 Runden á 9km um eine Insel in Lüttich. Zur ersten Wende wird mit der Strömung auf dem Fluss und zur zweiten Wende gegen die Strömung in einem Kanal gerudert.

- 1.Runde: Motivation war vorhanden
- 2.Runde: Motivation war noch vorhanden
- 3.Runde: Motivation ging konstant und schnell dem Nullpunkt entgegen.
- 4.Runde: Motivation = Null

Am Ende des Rennens schmerzte jede Bewegung, selbst das einfache Hinsetzen war eine Qual. Sofern man irgendwie bis nach unten auf den Boden gekommen ist. Der einzige Gedanke war jetzt: ICH WILL NACH HAUSE!! Einziges Problem dabei: 7-8h lange Autofahrt. Letztendlich sind wir dann doch noch in Hannover angekommen und sind uns einig: Einmal und nie wieder!

(Adrian)

Sommerfest 2014

Sommer ist,
wenn man trotzdem lacht

Auch wenn der Himmel so gar nicht nach Sommer aussah und unser neuer Gig Doppelvierer nicht rechtzeitig die Werft verlassen konnte, durfte das Sommerfest nicht ausfallen. Viele Ruderinnen und Ruderer, Eltern und Freunde sahen dies genauso und so füllten sich die Reihen und es herrschte reger Betrieb an den Verkaufsständen von Kaffee / Kuchen und Lunten / Salaten. Mit der Vorstellung der Mannschaften der aktuellen Saison

und der Verkündung, dass sich alle auf dem LE in Salzgitter gestarteten RVH-Mannschaften für den BW in Rüdersdorf qualifizieren konnten, stieg die gefühlte Temperatur direkt um einige Grade.

Schnell wurden die Boote aus den Hallen geholt und zu Wasser gelassen... die Vereinsmeisterschaften sollten beginnen. Bei den Jüngsten wurden diese traditionell im Skiff ausgefahren, die Altsäcke freuten sich auf ihre geliebten Gig-Doppelzweier. Da der eine oder andere in diesem Jahr bisher noch nicht im Boot gesessen hatte, wurden die Mannschaften ausgelost. Mit viel



Gebrüll (nicht nur der Steuerleute) und Gespritzte begab sich ein übergroßes Feld von Booten auf schier nicht enden wollende 350m ...



Scheinbar motiviert von diesem Haufen, wollten auch die aktiven Regattaruder/innen rausfinden, ob Gig-Boote Spaß machen können



und so übernahmen sie den kompletten Bootspark. Die Begeisterung nach einigen Läufen im Gig-Zweier war anscheinend so groß, dass entschieden wurde, dass noch ein Kräftemessen mit dem RVB in den Gig-Doppelachtern „Kraftwerk“ und „Allenstein“ folgen sollte. Erst

der immer stärker einsetzende Regen konnte dieses Duell beenden...

Mit dem Regen verlagerte sich auch das Geschehen vom Bootsplatz in die Bootshallen. Dort wurde kurzerhand eine Hälfte einer Tischtennisplatte zu einer Leinwand umfunktioniert und so konnte mit einem Mini-Beamer – nach dem Verschleiß mehrerer IT-Fachkräfte bei dem Versuch, den Fernsehempfang sicherzustellen - das WM Achtelfinale Brasilien gegen Chile verfolgt werden. Mit dem Abpfiff des Spiels begann dann auch der Abbau und die Veranstaltung löste sich langsam auf.



Danke an Alle, die in diesem Jahr dabei gewesen sind und zum Gelingen beigetragen haben!
Auf ein Neues in 2015, wir sind vorbereitet ;-)

(Sascha)

Rudern ist wie Radfahren, nur viel schöner!

Geschrieben von der „Selbsthilfegruppe Rudern“

Auslage verkehrt, rechts vor links, Rollbahnen putzen, neues Startkommando - alles anders, oder was?

Achtung los! So lautet das Startkommando beim 100-jährigen Jubiläum des RVH im August 2013. Wo ist das uns so vertraute „Mein Kommando gilt! Seid ihr bereit? Los“ nur geblieben? Das war neu für uns und doch war so viel „wie immer“, dass uns das Jubiläumsrennen gleich voll in den Bann gezogen hat und wir begeistert aus den Booten stiegen.

Ovelgönne und Ostpreußen, aber auch Alexander von Humboldt und Skully con Kahne haben die Zeiten überdauert. In Ovelgönne und AvH ging es damals für uns in unterschiedlichen Mannschaften zu Jugend trainiert nach Berlin, viele schöne Erinnerungen verbinden wir damit. Wir, das sind Anja Noack, Susanne Diener, Sabine Siegmund (auch bekannt unter Ossi) und Susanne de Vries. Unser Abi haben

wir im vergangenen Jahrtausend an der Humboldtschule gemacht und Gunther Sack kennen wir noch aus seiner Aktivenzeit bei der Bismarckschule und dem HRC. Dass wir uns bei der 100-Jahr-Feier wiedersehen würden, haben wir Mädels nicht erwartet, aber natürlich gehofft, das ein oder andere bekannte Gesicht zu sehen. An diesem Tag ein Rennen zu fahren (auch wenn es nur 300 Meter waren) war im Vorhinein undenkbar. Zu lange hatten wir alle mit dem Rudern aufgehört. Aber die Verlockung zu rudern war so groß, dass wir alle in ein Boot stiegen und nach Jahren ein „Rennen“ fuhren. Rudern ist wie Radfahren, man verlernt es nicht, auch nicht nach vielen Jahren und was auch bleibt: es macht unheimlich viel Spaß! Gunther hat uns dann angeboten, doch häufiger zum Rudern zu kommen. Neben den alten Booten hat der RVH viele schöne neue Boote. Unsere Freude war riesig, als wir das erste Mal in Q fahren durften und seitdem sind wir regelmäßig bis zum Saisonende zusammen Doppelvierer gefahren oder auch mal Doppelzweier oder Einer.

Stolz trugen wir unsere alten Baumwolltrikots mit den Aufnähern „Jugend trainiert“ von damals. Die aktive Ruderjugend sah uns damit

manchmal etwas irritiert an. Aber nun sind auch wir mit schicken neuen T-Shirts und Trikots ausgestattet. Dann kam der Winter und damit das Ehemaligen-Wintertraining, zu dem uns Gunther wiederum sehr herzlich einlud. Nach kurzem Zögern, weil wir den Altersschnitt so nach oben heben, sind wir dann doch sehr regelmäßig und mit großer Motivation Freitags zum Zirkeltraining gegangen. In den Pausen zwischen den Runden haben wir uns sehr nett unterhalten. Da unser Sport, die Leute und die Gespräche sehr gut tun, stellten wir fest, dass unsere Treffen den Charakter einer Selbsthilfegruppe haben. Einer Gruppe, die wir sehr schätzen. Endlich nach den Osterferien wieder ins Boot steigen zu können, war großartig. Manchmal haben wir den Eindruck, dass es die Sonne besonders gut mit uns meint und wir die Stimmung des Maschsees am Abend als Kurzurlaub vom Alltag genießen dürfen. Auch 2014 hat unsere Lust auf das Rudern nicht nachgelassen. Im Gegenteil, denn wir wollen bei der RVH Regatta im Herbst bei einem ehemaligen Rennen mitfahren. Vielleicht können wir euch dann nächstes Jahr an dieser Stelle von den ersten Erfolgen berichten;). Nun ist schon ein Jahr vergangen und wir haben so viel

Spaß am gemeinsamen Rudern, dass uns ohne unsere „Selbsthilfegruppe“ ganz viel fehlt. Vielleicht können wir auf diesem Weg auch noch einige Ehemalige dazu motivieren mitzumachen. Wir würden uns freuen.

(Anja, Ossi, Suse und Susi)

Ein kurzer Blick auf den Kalender zeigt: Der ewige Kreislauf der Rudertermine dreht sich weiter. Eine ganze Reihe alte Bekannte stehen da schon, ein paar kurzfristigere werden sicher noch dazu kommen, aber zu tun gibt's auf jeden Fall auch 2015 genug!

Januar	Februar	März
17. Ergocup beim DRC	06.-07. Elternsprechtag Humboldtschule	06. Basketballturnier beim RVB
	14. Bildungsmesse Humboldtschule	13. Basketballturnier beim RVH
	19. Tag der offenen Tür Humboldtschule	
	21. Ergowettkampf Osnabrück	
April	Mai	Juni
Ruderfreizeit 07.-11. Osterferien (Regattaruderer)	09.-10. Regatta in Bremen	
	23.-27. Ruderfreizeit in Kassel	
	27. Schülerregatte in Kassel	
	30.-31. Landesentscheid J.u.M Salzgitter	

Ein Letztes

Jetzt bin ich im Editorial so ins Schwärmen gekommen, dass ich die übliche Weihnachtsansprache gar nicht loswerden konnte. Und auch nicht die mahnenden Worte, die ich durchaus angebracht finde.

Also, zuerst der unschöne Teil:

Wir mussten im Sommer eine Auslage ausfallen lassen. Das lag zum Teil daran, dass das Sommerfest wirklich früh im Jahr war und bis dahin seit Kassel einfach noch nicht so viel zusammengekommen war. Aber Kassel ist das richtige Stichwort für das andere Problem: Leute, wir brauchen Artikel! Neben ein paar Nachwuchsstars waren es doch eher wieder die alten Bekannten, die was geschrieben haben. Und die machen das ja auch gut. Aber wenn dann Artikel wie zum Beispiel der über Kassel einfach hinten runter fallen, weil sie keiner schreibt, ist das echt schade. Mit allem, was dieses Jahr so war, hätte diese Auslage wirklich noch ein paar Seiten dicker sein können. Aber ohne Material (auch Fotos waren dieses Mal teilweise eher rar) können wir einfach nichts machen. Ich würd mich freuen, wenn wir das nächste Jahr besser hinkriegen. Und damit zum erfreulichen Teil: Sush druckt, faltet, tackert, wir ma-

chen Mitgliederversammlung, und dann ist quasi Weihnachten! Ich wünsch euch eine schöne Zeit und einen guten Rutsch. Nächstes Jahr wird weitergerudert!

Kilian

Impressum

Verantwortlich für Artikelauswahl und Zusammenstellung:

Kilian Allmann
Sascha Meyer

Drucker, Toner und Papier:
holistic-net GmbH

E-Mail:

kilian.allmann@web.de

Artikel bitte an:

auslage@rvh-hannover.de

Adresse:

RuderVerein Humboldtschule
Hannover e.V.
Ricklinger Straße 95
30449 Hannover

Web:

www.rvh-hannover.de

Bankverbindung:

Sparkasse Hannover
BLZ: 25050180
Kto.-Nr. : 900374462

Gar nicht so leicht, so ein schickes Foto mit Steuermann auf der Schulter. Da landet man dann auch schnell mal bei Berni's. Außerdem: Besser kopflos als topflos, die Krone der Menschheit beim Leeren eben jenen Utensils, formvollendete Trockenübungen, ein trauriger Schlumpf und das nie langweilig werdende Spiel „Schuss und Gegenschuss“.

