# RCP-Info

## Winter 2019/20

# Inhaltsverzeichnis


RC Protesia, wohin soll es gehen? ..... 4
Einladung zur Jahreshauptversammlung am 6. Februar 2020 ..... 6
Protokoll zur Jahreshauptversammlung am 24.01.2019 ..... 7
Peters Übersicht des Ruderjahres ..... 11
- RCP Fahrtenpreis 2018 ..... 11
- AAC/NRB Wanderruder Fahrtenpreis und „Auf dem Wasser zu allen Vereinen" 2018 ..... 11
- Winter Cup 2018/2019 ..... 11
- 13. April Anrudern und Sternfahrt zum Wilhelmsburger R.C. ..... 11
- 27. April Dove Elbe Rallye ..... 11
- 25. Mai Sternfahrt zu den Hamburger Ruderinnen ..... 11
- 15. Juni Staffelrudern ..... 11
- 29. Juni Sternfahrt zum Biller RC ..... 11
- 10. August Sternfahrt zum RC Süderelbe ..... 12
- 24. August Sternfahrt zu den Wikingern ..... 12
- 12. Oktober Matjesregatta ..... 12
- 19. Oktober Abrudern und Sternfahrt zum RV an den Teichwiesen ..... 12
- 02. November Fari-Cup ..... 12

Sternfahrt zum Biller RC ..... 13
Wanderfahrt nach Apenrade ..... 13
Der Fari-Cup, ein Boot, zwei Sichten ..... 15
- Fari-Cup mit Amateuren ..... 15
- Fari-Cup 4x+ MW ..... 15

Mein erstes Mal mit der Protesia → Ein Regattabericht ..... 16
Wir waren bei den ODMM! ..... 18
Head of the River Leine ..... 20
Auf anderen Fährten, mit dem Rennrad in den sommerlichen Alpen ..... 21
Einladung zur Wanderrudertour Ostfriesland ..... 26
Termine in 2020 ..... 27
Impressum ..... 28

Liebe Mitglieder,
normalerweise findet Ihr hier ein Vorwort der Redaktion. In diesem Jahr überlassen wir den Platz unserem neuen 1. Vorsitzenden Daniel.
Wir, der Vorstand Eurer RCP, wünschen Euch ein geruhsames Weihnachtsfest, einen guten Rutsch und ein ruderreiches 2020.

## RC Protesia, wohin soll es gehen?

Seit Januar dieses Jahres hat unser Verein einen neuen Vorstand. Man kann von der Übergabe eines Staffelstabes sprechen. Lange Jahre haben Peter Eckmann, Gaby Störmer, Arno Kallies, Joachim Störmer und andere viel Arbeit in das Bootshaus und die Mitglieder investiert. Auch nach der Übergabe profitieren wir von ihren Erfahrungen und der tatkräftigen Unterstützung. Für uns stellte sich sehr bald die Frage, wohin es eigentlich mit dem Verein gehen soll.
Der Vorstand: Ja, wir müssen auch uns organisieren und das geht nicht immer reibungslos. Oberstes Ziel ist, denke ich, die gemeinsame Entscheidung. Jeder soll seine Meinung äußern und wir versuchen immer, einen Kompromiss zu finden, mit dem möglichst alle leben können. Da sehr viele Entscheidungen anstehen, wird aktuell jeden Monat eine Vorstandssitzung abgehalten und wir sind zuversichtlich, so der Lage Herr werden zu können
Die Boote: Einiges von unserem Sportgerät hat schon bessere Tage gesehen. Der Zusammenstoß unseres Rennvierers Hol di ran II mit einem Rennzweier der RG Hansa, sowie die Kollision von Berlin mit einem Brückenpfeiler hat den Handlungsdruck weiter erhöht. Die erste wesentliche Investition des neuen Vorstandes ist daher die Anschaffung dreier neuer Gig-Boote der Firma Baumgarten. Um unglückliche Situationen bei der Mannschaftseinteilung wenigstens zu verringern, sind ein gesteuerter Vierer, ein gesteuerter Dreier und ein gesteuerter Zweier in der Planung. Vierer und Zweier sollen in Kombibauweise bestellt werden, damit neben dem Skull- auch das Riemen-Rudern wieder praktiziert werden kann. Da Baumgarten eine Lieferfrist von sechs Monaten hat, werden sich die Mitglieder allerdings noch bis Mitte nächsten Jahres gedulden müssen. Für Hol di Ran wird von der Versicherungssumme ein Ersatz angeschafft. Parallel wird die Bootsmanufaktur Berlin GmbH beauftragt, den alten Vierer wieder zu flicken. Unser Altbestand "der Weiße" sowie der wieder hergerichtete Hol Di Ran II werden anschließend auf ihre Tauglichkeit für den Alltagsbetrieb getestet.
Der Ruderbetrieb: Hier wollen wir aktuell wenig ändern. Der Schwerpunkt des Vereins soll im Bereich Breitensport liegen. Die Teilnahme an Regatten wird unterstützt. Unser Rennvierer stand bisher hauptsächlich den technisch erleuchteten zu Verfügung. In Zukunft sollen aber durch einen zweiten Rennvierer, siehe oben, mehr Leute die Möglichkeit haben, sich im Rennsport auszutoben. Wer sich für das Fahren mit Rennbooten interessiert, kann sich einfach bei Nick oder Jule melden. Die Arbeit mit anspruchsvolleren Booten verlangt eine gute Ruder-Technik. Svea

Störmer steht uns als Übungsleiterin seit August nicht mehr zur Verfügung und auch die Anfängerausbildung will, wie jedes Jahr, bewältigt werden. Daher sehen wir aktuell einen Bedarf im Bereich theoretischen Ausbildung. Dazu soll einerseits mit Jonas Donner ein qualifizierter externer Übungsleiter für das Jahr 2020 verpflichtet werden. Jule, Marleen und ich konnten ihn schon im Rahmen eines Skiff-Kurses 2017 kennenlernen und glauben, dass er als Sportlehrer für uns eine große Bereicherung sein wird. Mittelfristig streben wir an, sowohl die Anfängerausbildung, als auch den täglichen Betrieb aus eigener Kraft zu bewältigen. Daher möchte ich dieses Jahr die Werbetrommel dafür rühren, dass wir unsere Kompetenz in Bereich der Rudertechnik ausbauen. Dazu bieten sich die Kurse des DRV zum Stegausbilder und Übungsleiter C an. Vielleicht ist der eine oder andere interessiert, dazuzulernen? Die Kursgebühren übernimmt in jedem Fall der Verein. Ob die Jugendabteilung langfristig Bestand haben wird, muss sich zeigen. Im Wesentlichen wird es davon abhängen, ob sich interessierte Vereinsmitglieder finden, die mit Kindern und Jugendlichen arbeiten möchten. Als Vorstand arbeiten wir daran, diese Arbeit eventuell durch ein neues Vergütungssystem attraktiver zu gestalten.
Wir alle: Generell sei jeder von Euch dazu ermutigt, sich im Verein mit Ideen und Engagement einzubringen. Meiner Meinung nach liegt die Stärke dieses Vereins darin, dass jeder in einem gewissen Rahmen das machen kann, was er möchte. Wenn euch etwas stört, dann überlegt Euch eine sinnvolle Lösung und versucht, die Sache entweder direkt zu ändern oder sprecht jemand aus dem Vorstand an damit wir die Sache zusammen angehen.

Daniel

# Einladung zur Jahreshauptversammlung am 6. Februar 2020

Liebe Mitglieder,

wir laden euch sehr herzlich zu unserer Jahreshauptversammlung am
Donnerstag, 6. Februar 2020 um 19:00 Uhr
in unser Bootshaus in der Osterbekstr. 79 ein.

Tagesordnung

1. Begrüßung der Mitglieder
2. Bericht des Vorsitzenden
3. Bericht der Abteilungsleiterin Rudern
4. Kassenbericht des Kassenwartes und Bericht der Kassenprüfung
5. Aussprache über die Berichte
6. Entlastung des geschäftsführenden Vorstands und des Kassenwartes
7. Neuwahl des Bootshauswartes, Fahrzeugwartes und Getränkewartes
8. Abstimmung über den Neuentwurf der Satzung
   Nach Rückmeldung des Finanzamts entspricht unsere aktuelle Satzung in einigen Formulierungen nicht den Vorgaben der Abgabenordnung. Um unsere Gemeinnützigkeit zu verdeutlichen, findet ihr daher anbei eine überarbeitete Satzung, über die wir bei der kommenden JHV abstimmen werden.
9. Beschlussfassung über vorliegende Anträge
   Aktuell liegen noch keine Anträge vor. Anträge müssen bis zum 30.01.2020 bei unserem Schriftführer Roland Möhle eingereicht werden: r.moehle@posteo.de oder postalisch an RC Protesia; c/o Schriftführer, Osterbekstr. 79, 22083 Hamburg.
10. Verschiedenes

Wir wünschen allen Mitgliedern eine schöne Vorweihnachtszeit und einen guten Start ins neue Jahr.
Im Namen des Vorstands grüßt herzlichst

Roland Möhle, Schriftführer

## Protokoll zur Jahreshauptversammlung am 24.01.2019

Begrüßung der Mitglieder um 19.05 Uhr durch Peter ECKMANN und Eröffnung der Jahreshauptversammlung. Es war satzungsgemäß und fristgerecht eingeladen worden, die Beschlussfähigkeit der Versammlung war gegeben.
Die Anwesenheitsliste ergab 30 Mitglieder.
Punkt 2 der Tagesordnung.
Es folgte der Bericht des Vorstandes, des 1. Vorsitzenden Peter ECKMANN.
Es wurde erklärt welche Schwierigkeiten es gab und damit zu dem Stopp des Hallenneubaus. Seit etwa 1,5 Jahren geht es mit dem Bezirksamt Hamburg Nord Fachamt Sozialraummanagement Sportreferat um die Unterzeichnung eines neuen Sportrahmenvertrages. Hier ist das Problem die Flurstückerweiterung bis an die gegenüberliegende Hausnummer 82 (kurz vor der Sackgasse Johannes-Passek-Park). Dieser Teil ist für den Verein so gut wie nicht nutzbar verursacht aber durch Baumpflege und besonders, für die zusätzliche Länge von ca. 40 m., erhebliche Kosten für Gehwegreinigung. Eine Einigung soll erzielt werden, wenn das besagte Flurstück vollständig vom Buschwerk geräumt und eine Baumpflege vorgenommen wurde. Z.Zt. leider nicht absehbar.
Die Personalentwicklung: wir verzeichnen derzeit 138 Vereinsmitglieder.
Die Vereinszugehörigkeit von Mitgliedern wird erwähnt, besonders wird Dieter Selke genannt, der 70 Jahre dazu gehört. Vorgesehen ist eine Feier um dieses zu würdigen. Die Ruderzeiten, Kilometerleistungen Wander- und Tagesfahrten wurden erwähnt.
Gesprochen wurde über den Bootspark und damit auch über die Anzahl der aktiven Ruderer- innen im Verein. Die Anzahl der erfolgreichen Teilnehmer am Fahrtenwettbewerb ging zurück.
Die Anzahl der Getränke und der ges. Umsatz für die Bierkasse nahm dank Gabi Leifels zu.
Punkt 3.
Daniel Fechner als Ruderwart übernahm zu dem Thema Ausbildung.
Die Aufnahme von Anfängern soll zielgerichteter erfolgen.
Punkt 4 und 5.
Kassenbericht und Bericht der Revisoren.
Der Kassenbericht lag vor und war verteilt worden. Nach Durchsicht und Erklärungen durch Gabi Störmer und Peter Eckmann gab es keine Fragen.
Die Revisoren Meike Lohmann und Jan Zamow bedankten sich für die Arbeit der Kassenwartin Gabi Störmer und erklärten, Einnahmen und Ausgaben auch Belege waren geprüft und eine ordnungsgemäße Buchführung wurde bestätigt
Peter Eckmann kam auf die Sonderumlage für den Hallenneubau zu sprechen. Eine Abstimmung hierüber erfolgte, 14 Stimmen waren für die Weiterzahlung dieses Sonderbeitrages, 9 Stimmen dagegen bei 7 Enthaltungen.
Punkt 6.

Jan Zamow bedankte sich für die Arbeit des geschäftsführenden Vorstandes und der Kassenwartin und bat um Entlastung.
Durch Handzeichen ergab es eine einstimmige Entlastung.
Punkt 7.
Peter Eckmann. Bevor es zu den Wahlen kam umriss Peter den Werdegang des Vereins
seit Beginn seiner Mitgliedschaft im Jahr 1983. Mit den Höhen und Tiefen, bis zu dem Stand heute, wo der Verein sich in im sportlichen und wirtschaftlichen Bereich etabliert hat.
1. Vorsitzender: Vorschlag Daniel FECHNER, keine weiteren Vorschläge, die Wahl per Handzeichen, einstimmig, keine Gegenstimmen, keine Enthaltung.
Schriftführer: Vorschlag Roland MÖHLE, kein weiterer Vorschlag, die Wahl einstimmig, keine Gegenstimme, keine Enthaltung.
2. Vorsitzende: Katrin OHLTMANN stellte sich zur Wahl, sie nahm die Wahl an mit 2 Enthaltungen, keiner Gegenstimme.
Kassenwartin: Meike LOHMANN stellte sich zur Wahl, sie nahm die Wahl an mit 1 Enthaltung, keiner Gegenstimme.
Abteilungsleiter Rudern: Jule Marie CLAUSEN übernahm diese Aufgabe nachdem sie mit einer Enthaltung gewählt wurde.
Wanderruderwart: Jochen DIESTEL stellte sich zur Wahl, er nahm die Wahl an, einstimmig ohne Gegenstimme und Enthaltungen.
Breitensportwart: Christoph LUCKS wurde einstimmig gewählt, er stellte sich auch als Bootswart zur Wahl und wurde mit 2 Enthaltungen gewählt.
Pressewart: Jan ZAMOW stellte sich zur Wahl, er wurde bei einer Enthaltung gewählt.
Revisoren: Marleen de BLECOURT und Mira POLLAK stellten sich zur Wahl und wurden einstimmig gewählt.
Jugendwart: Finn Ole SELCHOW war am 21.01.2019 in der Jugendabtlg. gewählt worden, er wurde durch die Mitgliederversammlung einstimmig bestätigt.
Erwachsenensprecher: Nick BRODINA sowie Hagen OHLTMANN (in Abwesenheit) stellten sich zur Wahl und wurden einstimmig gewählt.
Punkt 8.
Ein Antrag, durch den geschäftsführenden Vorstand, der sich mit der Auflösung des Vereins und damit der Einstellung des Sportbetriebes befasst hätte, wurde durch die Wahl eines neuen Vorstandes abgewendet.
Weitere Anträge waren schriftlich nicht eingegangen.
Punkt 9.
Verschiedenes, es ergaben sich keine Fragen.
Beendigung der Jahreshauptversammlung um 20.10 Uhr.

Arno Kallies

Protokollführer
Hamburg 27.01.2019

# Satzung

§1 Der R.C. Protesia von 1907 e.V. mit Sitz in 22083 Hamburg, Osterbekstr. 79, verfolgt ausschließlich und unmittelbar gemeinnützige Zwecke im Sinne des Abschnitts „Steuerbegünstigte Zwecke“ der Abgabenordnung. Zweck des Vereins ist die Förderung des Sports. Der Satzungszweck wird verwirklicht insbesondere durch die Förderung sportlicher Übungen und Leistungen.
§2 Der Verein ist selbstlos tätig, er verfolgt nicht in erster Linie eigenwirtschaftliche Zwecke.
§3 Mittel des Vereins dürfen nur für die satzungsgemäßen Zwecke verwendet werden. Die Mitglieder erhalten keine Zuwendung aus Mitteln des Vereins.
§4 Es darf keine Person durch Ausgaben, die dem Zweck der Körperschaft fremd sind oder durch unverhältnismäßig hohe Vergütung begünstigt werden.
§5 Bei Auflösung des Vereins oder bei Wegfall steuerbegünstigter Zwecke fällt das Vermögen der Körperschaft an den Hamburger Sportbund, der es unmittelbar und ausschließlich für gemeinnützige Zwecke zu verwenden hat. Vorzugsweise sind die Mittel für die Förderung des Sports zu verwenden.
§6 Mitglied kann werden, wer die Satzung und die Beschlüsse der Vereinsorgane anerkennt. Die Aufnahme als Mitglied erfolgt aufgrund eines schriftlichen Aufnahmeantrags an den geschäftsführenden Vorstand. Dieser entscheidet nach freiem Ermessen. Bei Antragsablehnung ist der geschäftsführende Vorstand verpflichtet, dem Antragsteller/der Antragstellerin die Gründe innerhalb von 14 Tagen mitzuteilen. Der Beitritt Jugendlicher bis zur Volljährigkeit bedarf der schriftlichen Zustimmung der Erziehungsberechtigten oder der gesetzlichen Vertreter. Die Mitgliedschaft im Verein kann schriftlich jeweils drei Monate vor Quartalsende gekündigt werden. Die Kündigung ist an den geschäftsführenden Vorstand zu richten. Mit sofortiger Wirkung erlischt die Mitgliedschaft beim Tod oder Ausschluss durch den geschäftsführenden Vorstand.
§7 Eine Freigabe von aktiven Sportlern bei Ihrem Austritt erfolgt nur, wenn keine Beitragsrückstände des Mitglieds vorliegen und sein entliehenes Sportgerät bzw. Sportkleidung zurückgegeben wurde.
§8 Den Sportbetrieb regeln die einzelnen Abteilungen durch den während der Jahreshauptversammlung gewählten Abteilungsleiter. Die Abteilungsleiter haben die Satzungen des Fachverbands bindend zu beachten.
§9 Die Jahreshauptversammlung wählt den Gesamtvorstand ohne den Jugendwart. Die Jugendversammlung wählt den Jugendwart. Dieser wird von der Jahreshauptversammlung bestätigt. Der Vorstand setzt sich wie folgt zusammen:

- Erste-/r Vorsitzende/-r
- Zweite/-r Vorsitzende/-r
- Schriftführer/-in
- Kassenführer/-in
- Jugendwart
- Pressewart
- Sowie die Abteilungsleiter

Vom Vorstand gehören zum geschäftsführenden Vorstand der/die erste Vorsitzende und der/die Schriftführer/-in. Beide vertreten den Verein im Sinne von §26 BGB gerichtlich und außergerichtlich einzeln. Die Amtszeit des Vorstands beträgt zwei Jahre. Der Vorstand bleibt jedoch so lange im Amt bis die nächste Vorstandswahl stattgefunden hat.
§10 Stimmberechtigt sind alle Mitglieder, die im Sinne des Gesetzes volljährig sind. Bei der Wahl des Jugendwartes steht das Stimmrecht allen Mitgliedern des Vereins vom vollendeten 12.

Lebensjahr bis zur Volljährigkeit zu. Das Stimmrecht kann nur persönlich ausgeübt werden. Gewählt werden können alle volljährigen und voll geschäftsfähigen Mitglieder des Vereins.
§11 Das Geschäftsjahr ist das Kalenderjahr.
§12 Die Jahreshauptversammlung wird vom geschäftsführenden Vorstand einberufen und hat bis spätestens zwei Monate nach Schluss des Kalenderjahres stattzufinden. Termin und Tagesordnung sind den Mitgliedern vier Wochen vorher durch Aushang oder in sonstiger geeigneter Weise bekannt zu geben. Anträge sind zwei Wochen vorher beim geschäftsführenden Vorstand schriftlich einzureichen. Die Tagesordnung muss folgende Punkte enthalten:

1. Bericht des Vorsitzenden und der Abteilungen
2. Kassenbericht des Kassenwartes und Bericht der Kassenprüfung
3. Entlastung des geschäftsführenden Vorstands und des Kassenwarts
4. Wahlen, soweit diese erforderlich sind
5. Beschlussfassung über vorliegende Anträge

Eine außerordentliche Hauptversammlung muss innerhalb von vier Wochen vom geschäftsführenden Vorstand einberufen werden, wenn das Vereinsinteresse es erfordert oder wenn die Berufung von 10% der Mitglieder, unter Angabe des Zweckes und der Gründe, vom geschäftsführenden Vorstand schriftliche verlangt wird.
§13 Von der Jahreshauptversammlung sind drei Kassenprüfer zu wählen, die verpflichtet sind, die Kasse zu prüfen. Diese Kassenprüfung kann zu jeder Zeit stattfinden und hat mindestens einmal im Jahr zu erfolgen.
§14 Die Beschlüsse und Wahlen der Jahreshauptversammlung sowie der Vorstandssitzungen haben mit einfacher Stimmenmehrheit der anwesenden Mitglieder zu erfolgen. Geheime Abstimmung erfolgt nur auf Antrag eines Stimmberechtigten. Die Sitzungen des Vorstands werden vom Vorsitzenden einberufen. Der Vorstand ist beschlussfähig, wenn mindestens fünf Mitglieder des Vorstands anwesend sind. Die in der Jahreshauptversammlung gefassten Beschlüsse sind für den Vorstand und den geschäftsführenden Vorstand bindend und sind schriftlich niederzulegen. Sie sind vom geschäftsführenden Vorstand zu unterschreiben.
§15 Die Vereinsbeiträge bestimmen die Mitglieder in der Jahreshauptversammlung. Diese werden unbar, wahlweise des Mitglieds viertel-, halb- oder ganzjährig erhoben. Mitglieder können durch Beschlüsse der Mitgliederversammlung verpflichtet werden, dass Abgeltung von Leistungen wie Arbeitsdienst, Gebühren oder Umlagen über den Beitrag hinaus per Einzugsermächtigung eingezogen werden können.
§16 Verstöße und grobe Verletzungen, die dem Ansehen des Vereins schaden, werden vom Vorstand mit dem sofortigen Ausschluss geahndet. In einfachen Fällen kann ein Verweis erteilt werden.
§17 Bei Anträgen auf Satzungsänderungen ist die ¾-Mehrheit der anwesenden stimmberechtigten Mitglieder erforderlich.
§18 Bei Anträgen auf Vereinsauflösung ist eine ¾-Mehrheit der stimmberechtigten Mitglieder erforderlich. Die Auflösung des Vereins kann nur auf einer außerordentlichen Mitgliederversammlung beschlossen werden. Auf der Tagesordnung darf nur der Punkt „Auflösung des Vereins“ stehen. Diese wird auf Antrag von ¾ der stimmberechtigten Mitglieder durch den geschäftsführenden Vorstand einberufen. Die Abstimmung muss namentlich erfolgen. Die Auflösung des Vereins kann nicht stattfinden, solange noch drei stimmberechtigte Mitglieder für das Weiterbestehen stimmen.

Die vorstehende Satzung wurde von der außerordentlichen Hauptversammlung am 06.05.1988 und am 24.10.1988 genehmigt, auf der ordentlichen Hauptversammlung am 18.01.1996 ergänzt und auf der ordentlichen Hauptversammlung  am XXXX an die Vorgaben der Anlage 1 zu §60 Abgabenordnung angepasst.

## Peters Übersicht des Ruderjahres

**RCP Fahrtenpreis 2018**

Die Teilnahme an diesem Vereinsinternen Fahrtenwettbewerb war mit 18 Teilnehmern am Tiefpunkt angelangt. Davon haben nur 3 Mitglieder die geforderten 15 verschiedenen Fahrtrouten absolviert. In 2018 waren das: Gabriele Störmer, Wolfgang Demel und Gabi Leifels. Aufgrund mangelnder Interessen wird der Wettbewerb 2019 eingestellt.

**AAC/NRB Wanderruder Fahrtenpreis und „Auf dem Wasser zu allen Vereinen" 2018**

Hier geht es erstens um die geruderten Kilometer auf Wanderfahrten. Das sind mehrtägige Fahrten oder Tagesfahrten mit mehr als 30 Kilometern. Und zweitens um die Teilnahme möglichst vieler Sportler an den Sternfahrten in Hamburg. Leider wurden bisher keine Ergebnisse von unserem Landesruderverband veröffentlicht.

**Winter Cup 2018/2019**

Hier geht es um die vom 01. November bis 31. März geruderten Kilometer. Um auch den kleineren Vereinen eine Chance zu geben wird die Platzierung nach einer Formel berechnet, in der auch die Zahl der Gesamtmitglieder und der die Anzahl der in diesem Zeitraum rudernden Aktiven eingeht. In der Saison 2018/2019 konnten wir uns von Platz 12 auf Platz 11 verbessern.

**13. April Anrudern und Sternfahrt zum Wilhelmsburger R.C.**

Das Anrudern 2019 fand leider ohne RCP Teilnahme statt. Das sollte eigentlich nicht mehr passieren

**27. April Dove Elbe Rallye**

Es scheint leider zur Regel geworden zu sein, dass wir nicht in der Lage sind ein Vereinsboot zu dieser Traditionsregatta zu melden. So war es erneut ich in Renngemeinschaft mit dem Biller RC und dem Hammerdeicher RV, der in Bergedorf an den Start ging. Im Männer-Gig-Doppelvierer mit Steuermann MDA 55 Jahre belegten wir in 55:31 den vierten Platz.

**25. Mai Sternfahrt zu den Hamburger Ruderinnen**

Zu einer kurzen Spritztour von der Protesia machten sich, in der Osterbek Roland, Daniel und Jochen, auf dem Weg. Ich wählte den weiten Weg und stieß mit einer großen Schar vom Biller RC hinzu.

**15. Juni Staffelrudern**

In diesem Jahr starteten wir erneut in der traditionellen NRB Renngemeinschaft mit dem Biller RC und der RVg. Bille. Dazu kamen erneut Ruderfreunde von der roten Frankfurter RG Sachsenhausen. In unserem fünfzig köpfigen Team waren wir mit nur 9 Aktiven vertreten (so wenig waren wir noch nie) (BRC 13, RVgB 12, RGS 7). Mit 37 Runden belegten wir von 23 teilnehmenden Teams Platz 13. Damit belegten wir in der Klasse mit mehr als 30 Teilnehmern in diesem Jahr den dritten Platz.

**29. Juni Sternfahrt zum Biller RC**

In diesem Jahr schafften wir es nur mit einem Boot an der Sternfahrt auf der Bille teilzunehmen. In der Frau Carstens machten sich Bettina Strauer, Gabi Leifels,

Nick, Daniel und ich auf den Weg. Das Kuchenbuffet beim BRC konnte es erneut mit jeder Konditorei aufnehmen.

**10. August Sternfahrt zum RC Süderelbe**

Auch zur Süderelbe bekamen wir nur ein Boot flott. Diesmal wurde die Frau Carstens von Joachim und Gaby Störmer, Gabi Leifels, Meike Lohmann und mir vorangetrieben.

**24. August Sternfahrt zu den Wikingern**

Zu den Wikingern schafften wir es, mit Unterstützung von 15 Ruderern/-innen aus Frankfurt von der blauen RG Sachsenhausen, drei Vierer und einen Zweier voll zu bekommen und auf die Veddel schicken. Geleitet wurden die Frankfurter von Jochen, Roland und mir.

**12. Oktober Matjesregatta**

Mit ihren 4 Kilometern ist die Matjesregatta die wohl kürzeste Langstreckenregatta und damit auch interessant für nicht so trainierte Aktive. Wie gingen wie im Vorjahr mit vier Booten an den Start. Im Männer-Gig-Doppelvierer mit Steuermann waren wir mit zwei Booten vertreten. In Renngemeinschaft mit dem Appenrader RV und RC Bergedorf starteten Jochen, Roland, Wolfgang und Gerd Larssen sowie Steuerfrau Heidi Moritz. Sie belegten in 17:20 Platz 28. Mit ihrem Durchschnittsalter von 60 Jahren bedeutete dieses Platz 10 in der Formel S Wertung. Ich war wieder mit der Renngemeinschaft Biller RC und Hammerdeicher RV unterwegs. Wir benötigten für die 4km 17:05 was Platz 24 bedeutete. Mit unserem Durchschnittsalter von 59 Jahren reichte es dann für Platz 9 in der Formel S Wertung.

Im Mixed-Gig-Doppelvierer mit Steuermann gingen Jule, Marleen, Nick und Daniel mit Steuermann Westendorf an den Start. Sie benötigten 17:08, was den 5 Platz bedeutete. Mit ihrem Durchschnittsalter von 41 Jahren bedeutete dieses Platz 13 in der Formel S Wertung. Schließlich ging noch ein Frauen-Gig-Doppelvierer mit Steuermann von uns an den Start. Gabi Leifels, Gaby Störmer, Claudia Beer, Barbara Raatz und Steuerfrau Meike Lohmann benötigten 18:35 was Platz 11 bedeutete. Mit ihrem Durchschnittsalter von 47 Jahren bedeutete dieses Platz 10 in der Formel S Wertung.

**19. Oktober Abrudern und Sternfahrt zum RV an den Teichwiesen**

Auch das Abrudern fiel aus Protesia Sicht eher spartanisch aus, denn nur ein Zweier mit Daniel, Jule und Meike vertrat die Farben der Protesia.

**02. November Fari-Cup**

Im Männer-Gig-Doppelvierer mit Steuermann MDA 55 Jahre ruderte ich erneut in Renngemeinschaft mit dem Biller RC und Hammerdeicher RV. Für die 4,2km vom ARV Hanseat bis zum RC Favorite Hammonia benötigten wir 18:38 was nur einen siebenten Platz bedeutete. In diesem Jahr waren wir auch noch im Mixed-Gig-Doppelvierer mit Steuermann vertreten. Jule, Marleen, Nick, Daniel und Stf. Gabi L. benötigten für die Strecke 18:05, was einen tollen zweiten Platz bedeutete. Jan und Katrin wählten in diesem Jahr erneut den Achter als Bootsklasse aus. In Renngemeinschaft mit dem RV Wandsbek, RC Bergedorf, RG Hansa und dem Segeberger

RC benötigten sie für die 7,5km vom RV Wandsbek bis zum RC Favorite Hammonia 32:54, was im Mixed-Gig-Achter der Altersklasse C einen Sieg bedeutete.

Peter

## Sternfahrt zum Biller RC

Wie jedes Jahr ging es im Juni wieder mal zur Sternfahrt beim Biller RC, dem Verein mit dem besten Kuchenbuffet. Trotz etwas verspäteter Meldung versicherte uns Michael Otto, dass der Kuchen für alle reichen würde, Jochen, unser Ruderwart wäre ja dieses Mal nicht mit dabei. Auch ein rechtzeitiger Start war uns dieses Mal vergönnt und es regnete nicht, so dass wir auch nicht vor der Rathausschleuse warten mussten. Allerdings war uns schon bewusst, dass diesmal die Tiefstack-Schleuse das Nadelöhr sein würde, da nur jede Stunden geschleust werden würde. Nun will ich nicht anderen Vereinen die Schuld für unsere unfreiwillige Pause zuschieben, aber manche Vereine kommen beim Schleusen einfach nicht aus dem Quark. Allerdings hätten auch wir nach der Rathausschleuse noch einen Tick mehr Gas geben können. Warum ich das alles erzähle? Etwa 500 m vor dem Kraftwerk Tiefstack sahen wir, wie sich die Schleusentore langsam schlossen. Der Schleusenwärter musste uns gesehen haben, sagte aber zur Sicherheit per Lautsprecher durch, dass die nächste Schleusung erst in einer Stunde erfolgen würde. Da guckten wir alle etwas dumm aus der Wäsche. Aber es blieb uns nichts anderes übrig, wir mussten die Zeit möglichst sinnvoll nutzen und so machten wir uns auf Peters Initiative hin auf den Weg durch den Holzhafen und die Alte Dove-Elbe. Die anschließende Schleusung verlief ohne Probleme. Da aber zwei Leute am gleichen Tag noch etwas vor hatten, blieb beim Biller RC nur wenig Zeit für die Stärkung und die Stern fahrt hatte mehr den Charakter eines Anstandsbesuches. Der Rückweg verlief ebenfalls reibungslos. Sorry Otto, nächstes Mal bleiben wir länger.

Daniel

## Wanderfahrt nach Apenrade

Wieder so ein Klassiker. Ähnlich dem weltbesten Kuchenbuffet ging es dieses Jahr auch wieder zum Städtchen an der dänischen Ostseeküste. Zwar hat unser Betreuer Gerd mittlerweile den Verein gewechselt, doch ließ er es sich nicht nehmen, uns auch dieses Jahr wieder am Bootshaus zu besuchen und auf das angenehmste und ausgiebigste zu unterhalten. Der erste Abend endete mit dem üblichen Barbecue. Auch der nächste Tag verlief zunächst wie gewohnt mit der Tour zum

Deutschen Ruderverein Norderharde. Jochen war schwer enttäuscht, weil der Wellengang geradezu langweilig war. Allerdings sollte es noch interessant werden. Während sich ein Vierer mit Jule, Meike, Nick und mir noch ein Wettrennen mit Peter, Gaby S., Gaby L., Roland und Jochen lieferte bauten sich über unseren Köpfen ganz passable dunkle Wolken auf. Während wir uns noch ärgerten, das inoffizielle Rennen verloren zu haben, öffnete Petrus seine Schleusen. Der letzte Kilometer reichte locker, damit wir alle völlig durchnässt wurden. Es war auch nicht mehr ganz einfach, den Steg anzupeilen. Egal, der Guss hinderte uns nicht daran, im Anschluss ein Bad in der Ostsee zu nehmen und Jule startete mit Nick zu einer spontanen Tour im Coastal-Zweier. Ihr Fazit: Rudern mit Coastal-Booten ist wie Fahrradfahren mit Mountain-Bikes, man kommt locker durch jede Welle. Nach dem zweiten Grillabend probierten wir am nächsten Tag nochmal die schicken See-Gis aus und kamen dabei in den Genuss, mal wieder Riemen in der Hand zu halten. Insgesamt mal wieder eine runde Sache.

Daniel

## Der Fari-Cup, ein Boot, zwei Sichten

### Fari-Cup mit Amateuren

Zwar führt die Regattastrecke direkt vor unserem Club entlang, aber seit ich im Verein bin, war ich bei dem Rennen noch nicht dabei. Nach der Matjes-Regatta fragte ich mich bei Nicks Vorschlag, ob es klug sei, ohne Training gleich noch ein Rennen zu bestreiten. Also erstmal Zucht und Ordnung in den Laden bringen: Wenn wir nicht wenigstens zweimal vor dem Rennen ins Boot steigen, spiele ich nicht mit. Wider Erwarten kamen die zwei Termine mit Jule, Marleen und Nick aber tatsächlich zu Stande und mit Hagen fand sich sogar noch ein erfahrener Steuermann. Das mit der Startzeit war dann so eine Sache. Denn irgendwie stand im Internet etwas anderes, als uns bei der Anmeldung bestätigt worden war. Am Start war man dann etwas ungeduldig aber wir mussten wenigstens nicht warten. Dem armen 1. Vorsitzenden ging mal wieder alles zu schnell und der bat daher Nick um eine Verringerung der Schlagzahl. Bestimmt wären wir ansonsten auch erster geworden. So waren wir nach Aussage von Marleen auf dem 4. Platz von 28 Booten. Wenn man sich mit den ältesten vergleicht, steht man am Ende auch gut da. Egal, es war ein sehr schöner Tag, zumal sich während der Siegerehrung im völlig überfüllten Eingangsbereich der Fari auch noch Jan und Katrin einfanden. Obwohl der Fari mit Beginn der erstmals geplanten Party das Bier ausging, ließen wir uns den weiteren Abend nicht verderben. Nächstes Jahr wieder?

Daniel

### Fari-Cup 4x+ MW

Daniel, Marleen, Nick und Jule sind in diesem Jahr beim Fari-Cup angetreten. Bei 2 Konkurrenten in der gleichen Altersklasse belegten sie den zweiten Platz. Geschlagen wurden wir von einem kraftstrotzenden Vierer der WSAP. Nach einer kurzen Enttäuschung über die Zeit lockte die statistische Auswertung des vierten Platzes insgesamt im Mixed-Rennen noch Freude hervor. Genauso freudig war der Vierer über die Spitzenleistung von Steuermann Hagen.

Glücklicherweise hörte der Regen während des Rennens auf. Der begann dann allerdings auf dem Fahrradweg zur Fari. Das Rennen und der Ablauf waren durch die Fari top organisiert. Die Wurst schmeckte akzeptabel und das Bier reichte immerhin bis abends um 20:00. Im Verglich zur Matjesregatta dann aber 1:0 für den RV Bille für die zuverlässigere, ehrenamtliche Absicherung des leiblichen Wohls ;-) Vielen Dank an Hagen für das Steuern!

Jule

## Mein erstes Mal mit der Protesia → Ein Regattabericht.

Nach einer langen Ruderabstinenz und einer gescheiterten Vereinsmitgliedschaft in der Hansa. Hatte ich das Glück Katrin und Jan kennenzulernen, die mit meinem Bruder während des Studiums schon so einige Regatten bestritten haben.
Ich für meinen Teil hatte mich zu dieser Zeit dem Triathlon verschrieben. Zum jährlichen Hamburg Triathlon, besuchte mich dann mein Bruder, der sich wiederum mit den besagten Verdächtigen verabredete.
Nun nahm alles seinen Lauf, erst ein vorsichtiges abtasten von Seiten der Beiden ob denn noch Interesse am Rudern besteht, dann wurde schnell die Leistungsfähigkeit überprüft und als beides zu stimmen schien ging es auch schnell zur Sache. Ich wurde umworben und es wurde mir geschmeichelt. So ähnlich wie beim Blitzdating war schnell klar was beide Seiten wollten: Katrin und Jan einen potentiellen Kandidaten für einen Vierer, ich wieder zurück zu meiner geliebten Sportart dem Rudern. Nur mit dem Match klappte es nicht so richtig und so verstrich noch ein ganzes Jahr und ein weiter Hamburg Triathlon bevor wir zusammen kamen. Dann war es aber klar und ich gab dem „Drängen" nach, da ich auch nicht mehr wiederstehen konnte…
So kamen wir zusammen und ich lernte noch Hagen kennen, der als Vierter das Boot komplettierte. Nach einigen Ausfahrten mit dem Holdi, war schnell klar, dass es nicht bei ein paar Trainings bleiben sollte. Wir wollten alle mehr!!!
Leider gab es da nur ein paar Probleme, Hagen hatte gerade eine OP hinter sich, Katrin und Jan machten ein Rudersabbatical und ich, naja ich war nach vielen Jahren Ruderpause einfach nicht mehr fit. Das hinderte uns aber nicht daran Pläne zu schmieden und der erste war, wir müssen natürlich eine Regatta fahren.
Aber unter diesen Umständen? Ja klar, es muss nur eine sein die klein genug ist, dass es nicht gleich ganz so peinlich ist und unsere Motivation vernichtet wird.
Gesagt getan, ein Blick in den Regattakalender ernüchterte schnell. Aber was war das? Otterndorf! Otterndorf habe ich noch nie gehört. Da soll man rudern können? Für mich, der es gewohnt war auf großen Gewässern unterwegs zu sein war es nicht wirklich vorstellbar, dass eine Regatta auf einem dünnen Kanal und einer Kuhweide stattfinden kann.

Aber ich sollte eines Besseren belehrt werden. Schnell war die Meldung raus und der Bootstransport organisiert. Freundlicherweise konnten wir den Holdi beim Ruderclub Wandsbek mitgeben, die im besagten Otterndorf auch an den Start gingen. Am Regattatag hieß es dann früh aufstehen. Wir fuhren durch das alte Land quer Feld ein immer weiter und weiter und dann waren wir da, in Otterndorf, auf der Kuhweide an einem kleinen beschaulichen Kanal. Es gab einen sehr schönen Ruderclub, der auch eine ordentliche Größe hatte und zu meinem Erstaunen war die Kuhweide voll mit Bootshängern, Booten und Vereinen, die an der Regatta teilnahmen.
Vor Ort angekommen wurde der Holdi flott gemacht und im Anschluss erst einmal die Regattastrecke in Augenschein genommen. Es war wirklich ein kleiner Kanal, hier können maximal 3 Boote nebeneinander fahren und er hat auch noch einen Knick. Das was mich aber am meisten beeindruckte war, dass die Rennen aus beiden Richtungen auf eine gemeinsame Zielzone zuliefen. Von links kamen die 500 m Rennen und von rechts die 1000 m Rennen. Da muss man Vertrauen auf die Organisatoren haben. Ich glaube auch, dass man mir meine Verstörtheit ansah, damit hatte ich nicht gerechnet!

Wir hatten 3 Rennen gemeldet, von denen ich an zweien teilnehmen durfte. Einen offenen Vierer auf 500 m und 1000 m und einen Mixvierer auf 500 m.
Das erste Rennen war der offenen Vierer auf 500 m unsere Gegner Favorite Hammonia Boot 1-3. Wir bekamen Boot 3 zugelost. Am Start protzen die 3 Vierer ordentlich und meinten sie würden eine Vereinsmeisterschaft aus diesem Rennen machen und wir wären ja mit einer Schlagfrau besetz. Also keine Konkurrenz. Das konnten wir nicht auf uns sitzen lassen. Am Start konnten wir uns direkt vom Gegner absetzten und uns einen guten Vorsprung von drei Bootslängen errudern, so dass nach ca. 300 m klar war wer als Erster von links nach rechts über die Ziellinie fahren würde.
Wer hätte das gedacht, das erste Mal Protesia, die erste Regatta seit Jahren und gleich der erste Sieg.
Unser zweites Rennen war dann von rechts nach links über 1000 m. Gegen eine hoch motivierte A Junioren Mannschaft, die sich das Regelwerk so auslegten, dass ein reiner Vereinsvierer auch eine Renngemeinschaft sein kann. Ich postuliere jetzt mal, dass es die Jungs bei den anstehenden Abiturprüfungen eher etwas schwer

hatten… Aber naja der Veranstalter hat es auch nicht bemängelt und wir wollten ja einen Gegner, sonst wäre das Rennen ausgefallen. Am Start standen wir jetzt in einer Kurve. Ähnlich wie in einem Leichtathletikstadion, trotzdem aber komisch, da man den Gegner nicht sehnen konnte. Unser Ziel war es die Jungs doch ein wenig zu ärgern und so konnten wir nach dem Start doch einiges Gutmachen und neben uns sehr beunruhigende und aufgeregte Stimmen hören. Erst durch einen ausgedehnten Zwischenspurt bei 500 m konnten sie sich von uns absetzen, ihre Führung sichern und somit kamen wir als zweite ins Ziel.
Das dritte Rennen war dann wieder ein 500 m Rennen jetzt aber als Mix mit einer Ruderin aus Elmshorn, die für mich in den Holdi stieg und auch hier war unsere Mannschaft erfolgreich und erruderte einen deutlichen Sieg.

Nach so viel Aufregung konnten wir uns jetzt dem üppigen Kuchenbuffet und dem frisch zubereiteten Grillgut widmen als erstes musste so eine Bratwurst her. Der Grillmeister pries sie als die beste und wohlschmeckendste Wurst an, die hier aus der Region käme und nur in einer ganz kleinen Stückzahl hergestellt wurde. Also war es klar, es musste sich um eine Otterwurst handeln, warum sollte den sonst dieser Ort hier so heißen und Kühe gab es ja nicht, auf den Weiden standen ja die Ruderer. Anfangs noch etwas skeptisch in Gedanken an die possierlichen Otter hielt die Wurst aber das was sie versprach. Hinzu kam auch noch, dass sie satt machte und das war ja der eigentliche Grund weswegen wir eine wollten.

Frisch gestärkt konnten wir jetzt den Holdi wieder reisefein machen und verladen. Als das dann erledigt war und wir die Heimfahrt antreten konnten. Widmeten wir uns dann noch dem Kuchenbasar, der keine Wünsche offen ließ. Das hatten wir uns jetzt auch verdient, abgesehen davon sollten wir ja auch genug Kalorien verbraucht haben.
Mit diesem Abschluss, den vielen schönen Erfahrungen und Erfolgen machten wir uns dann auf dem Heimweg, wieder zurück in die Metropole weg vom idyllischen Otterndorf.
Schön war's, das erste Mal mit der Protesia in Otterndorf! Hoffentlich nächstes Jahr wieder…

Andreas

## Wir waren bei den ODMM!

Den was? Hinter dieser Abkürzung stehen die „Offenen Deutschen Mastersmeisterschaften" (Masters=alle Ruderer ab 27 Jahren). Sie fanden 2018 erstmals in Brandenburg/Havel statt. Dieses Jahr sollten vor unserer Haustür, auf der Regat-

tastrecke in Allermöhe, die Medaillen ausgefahren werden. Prima! Da wollten wir hin! Ein Männervierer war fit und unser erfolgsverwöhnter Mixedvierer mit unserer Ruderfreundin aus Elmshorn kam nach eineinhalb Jahren Abstinenz auch schnell wieder auf die Spur. Da Cornelius an dem Wochenende familiär gebunden war, musste ein Ersatz her. Der war schnell gefunden. Bremen ist ja fast auch Hamburg, Holger hat sich gefreut mal mit Jan, Hagen und Andreas ins Boot zu steigen.
Zwei Trainingstermine waren angesetzt worden an denen Holger mit dem Motorrad extra anreiste. Im Sommer rudern in Hamburg, Frühabends ja immer eine Katastrophe. Aber am ersten Abend kam zu dem üblichen Wahnsinn auch noch Wind dazu. Es stand eine riesige Welle auf unserem kleinen Teich, unglaublich, zum Seekrank werden!
Auch der Mixedvierer traf sich einige Male vorher und fühlte sich super gut an. die Regatta konnte kommen, wir waren heiß. Apropos heiß, eingeheizt wurde auch von außen, es sollte das heißeste Wochenende überhaupt werden. Nachdem unsere Schiffe netterweise von der WSAP mitgenommen wurden, ging es gleich am Freitagabend in die Vorrennen. Bei leichtem Schiebewind schlug sich die Männercrew mit Hagen, Jan, Andreas und Holger wacker und qualifizierten sich mit einem dritten Platz im Vorlauf für das Finale am Samstag. Katrin hat sich spontan zu einer Renngemeinschaft mit WSAP, Dresdenia und Hansa breitschlagen lassen. Leider konnten sie sich im Vorlauf nicht für das Finale am Samstag qualifizieren, was nicht ganz so schlimm war, da Katrin am Sonntag noch im Einer gemeldet hatte.
Am Samstag war das Finale des Männervierers. Die Jungs waren gut drauf. Leider hat Jan seinen ersten Regattalebenskrebs gefangen und es wurde nach einem spannenden Rennen ein knapper fünfter Platz, knapp hinter Würzburg, eine zehntel Sekunde. Das Rennen wurde analysiert, für gut befunden und die Keksrolle von Holger wurde vernichtet.

Am Sonntagvormittag stand Katrins Einer in der Altersklasse B auf dem Meldeergebnis. Scheint ein regattafauler Jahrgang zu sein. Es waren zunächst nur zwei Meldungen in diesem Rennen. Das hat sich dann eine aus einer gut besuchten Altersklasse auch gedacht und noch spontan umgemeldet. Somit ging es mit drei Booten auf die Strecke. Es war ein leichter Gegenwind aber dennoch wahnsinnig heiß. Der RCP setzte sich nach dem Start erstmal an die Spitze des Feldes. Sie konnte das leider nur bis zu Hälfte der Strecke halten. Es gab einen Führungswechsel, gefolgt von einem Endspurt von Katrin, der Regattasprecher überschlug

sich fast , es war alles sehr knapp, aber leider reichte am Ende der Endspurt nicht aus, oder die Strecke war doch zwei, drei Meter zu kurz. Somit wurde es nach einem sehr spannenden Rennen ganz knapp leider nur ein dritter Platz, aber mit einem tollen Rennen.

Insgesamt ein tolles Format diese Veranstaltung, zumal parallel noch die Deutschen Hochschulmeisterschaften und die Deutschen Großbootmeisterschaften stattfanden. Es war eine großartige Veranstaltung mit tollem Wetter….bis hierhin. Es fehlt ja noch der Mixedvierer. Gemeldet war ein volles Feld. Die Mannschaft mit Hagen, Jan, Carina und Katrin war motiviert bis in die Haarspitzen. Ca. eine Stunde vor dem Rennen ging es in die Vorbereitung. Warm laufen (bei 34 Grad im Schatten…), Mannschaftsbesprechung, Skulls zum Steg tragen….alles wie immer. In der Zwischenzeit wurde es immer windiger. Man hat sich schon gefreut, Schiebewind! Das ist unser Ding, wir werden über die Strecke fliegen!! Dann kam die Durchsage: „die folgenden Rennen finden nicht mehr statt. Abbruch der Regatta". Fassungslosigkeit machte sich breit. Wohin mit dem Adrenalin? Was für eine Enttäuschung. Wir waren heiß auf dieses Rennen, voller Siegeswillen, bereit alles zu geben um auf dieser Regatta vor diesem Meisterschaftsschild stehen zu dürfen…und dann das! Hamburg macht seinem Ruf alle Ehre.
Kopf hoch, Krönchen richten, in 2020 finden die ODMM in Krefeld statt. Dieser Termin ist fest eingeplant. Wir werden es einfach noch mal versuchen!

Katrin

## Head of the River Leine

Während wir in den Alpen auf dem Balkon die Aussicht genossen, kam ein Anruf aus Bremen: Uns fehlen noch zwei für den Leine-Head! Leine-Head? Jubb, fahren wir mit! Dann erst mal schnell gegoogelt, auf was haben wir uns da eingelassen?

Mitte September ging es nach Hannover. Nachdem wir eine kurze Trainingseinheit auf der Weser bei Bremen absolviert haben galt es nun einen Mix-Rennachter über eine 4km Strecke zu bringen. Die Leine zeigte sich als recht eng und kurvig, Herausforderung für Ruderer und Steuerleute zugleich. Es gehen pro Block immer acht Achter aufs Wasser, schön der Reihe nach. Am Ende der Leine, sprich am Wehr wird umgedreht und nun, entsprechend dem Startplatz im Block, der

Baum am Ufer gesucht, der den entsprechenden Buchstaben trägt. dort hält sich der Steuermann solange fest, bis man zum fliegenden Start gerufen wird. So etwas habe ich zuvor noch nicht gesehen. Die Strecke ging dann mit 32-34er Schlagzahl recht zügig weg.
Nachdem wir unseren geliehenen Karl (so hieß der Achter vom RV Lingen) wieder abgelegt hatten, konnten wir uns den Grill-, Salat, und Kuchenbuffets widmen.
Am Ende sprang dann noch ein Ticker, ein Pokal und eine Flasche Sekt für unseren Sieg im Mix-D Achter heraus.
Tolle Veranstaltung, gerne wieder, wenn uns jemand will, egal wo wir gerade sitzen….

Jan

## Auf anderen Fährten, mit dem Rennrad in den sommerlichen Alpen

In diesem Sommer war ich endlich wieder in den Ötztaler Alpen zum Rennrad fahren, ein Hobby das ich neben dem Rudersport sehr liebe. Vor ein paar Jahren war ich bereits einmal in der Gegend zu einem sehr beliebten Radmarathon, aber diesmal ohne Wettkampf-Charakter, einfach nur Radfahren.
Das Hotel, Ferienclub Silbertal, das ich mir diesmal aussuchte lag etwas außerhalb von Sölden auf 2020 m Höhe im herrlichem, ruhig gelegenen Bergpanorama. Die letzten 400 Höhenmeter auf 3,5 km verteilt führen auf einem einspurigen Kies- und teils Geröllweg, also nicht für das Rennrad geeignet, auch für Mountainbiker recht anspruchsvoll.
Aber es gab bergab zu Beginn der asphaltierten Strecke einen hoteleigenen Parkplatz sodass ich morgens mit dem Auto bis dorthin runter gefahren bin um von dort meine Radtouren zu starten.

**Montag:**

Der erste Tag sollte über das Timmelsjoch hinunter nach St. Leonhard in Südtirol gehen, nach der Fahrt hinunter durch Sölden geht es rechts ab Richtung Obergurgl, auf halben Weg dorthin stellte ich fest das ich vor lauter Aufregung meine

Trinkflaschen im Auto vergessen hatte, also nochmal zurück, macht nichts bin ja zum Radfahren hier.
Nun also auch mit flüssiger Nahrung ausgestattet geht es in Obergurgl links ab auf die Timmelsjocher Hochalpenstraße. Es war ein sonniger und warmer Tag in der Hochzeit der Sommerferien, ja, aus diesem Grund war ich nicht alleine unterwegs, andere Radfahrer gab es bloß wenige, mehr jedoch auf dem Motorrad und einige Auto-

fahrer, die, das möchte ich betonen, fast alle rücksichtsvoll und vorsichtig überholt haben.
Ich wählte eine recht ruhige Geschwindigkeit, mein Wattmesser zeigte 210 Watt, ich kam dadurch relativ gut zum Gipfel auf 2509m Höhe. Die Abfahrt hinunter nach St. Leonhard ist atemberaubend schön, nach einem längerem Tunnel zu Beginn hat man einen fantastischen Blick auf das weit untenliegende Tal, nun heißt es die folgenden 29 km und 1800 Höhenmeter hinunter zu genießen.
Unten im Tal wollte ich mich gar nicht lange aufhalten, das Thermometer zeigte tatsächlich 37 Grad an, nichts für mich, also schnell noch im Getränkeshop Wasser holen und auf hinein in den Berg. Auf dem nun folgenden Rückweg möchte ich nicht länger warten. Okay, zugegeben, ich bin es nicht mehr gewohnt so lange in eine Richtung berghoch zu fahren, doch ich passte meine körperliche Verfassung den Umständen an um auch den Aufstieg genießen zu können.
Im Hotel angekommen nahm ich mein Rad das auf den Namen „Sofa" hört ( ab nun an also „Sofa") grundsätzlich mit ins Hotelzimmer und putzte und pflegte dieses, In der Zwischenzeit zog ziemlich schnell ein Gewitter auf. Willkommen in den Hochalpen! Die Gewitter sollten mich noch häufiger begleiten.

**Dienstag:**

Am folgenden Tag startete ich mit! Getränkeflaschen in Richtung Rettenbachgletscher, das bedeutet nicht erst nach Sölden den Berg runter rollen, sondern gleich links ab den Berg hoch. Nach 12,2 km und 728 Höhenmeter folgte die Mautstation, wie alle Mautstationen in den Alpen ist die Durchfahrt für Fußgänger und Radfahrer kostenfrei. Auf dem darauffolgenden Stück ging es aufgrund einer Baustelle drei Kilometer über einen Kiesweg weiter, nicht einfach, da es teils mit 14 Prozent Neigung hoch ging. Der Ausblick entschädigt jedoch für alles, oben angekommen befindet sich der höchste asphaltierte Punkt der Alpen, auf 2800m Höhe.

Weiter geht es dann noch durch den höchst gelegensten Straßentunnel der Alpen, dem Rosi-Mittermaier-Tunnel, nach der Durchfahrt aber ist Sackgasse. Im Winter kann man von hier aus Skier-Abfahrt betreiben, für mich und Sofa heißt es aber, umdrehen und ab nach Hause. (ja, die Abfahrt war wieder saugeil)

**Mittwoch:**

Die beste Möglichkeit viele Kilometer in kurzer Zeit runter zu spulen ist einfach immer bergab zu fahren, das ist von Sölden aus wunderbar möglich, denn Sölden befindet sich auf 1360m Höhe. Also rauf aufs Sofa und erst mal runter bis Oetz, 32 km mit Durchschnittstempo 48, schaff ich sonst in Norddeutschland nicht.

In Oetz im Kreisel die erste Ausfahrt nehmen, aufs kleine Kettenblatt schalten, zurück lehnen und die nächsten 22 km bergauf zum Kühtai auf 2015 m Höhe genießen.
Oben angekommen, die Getränkeflaschen am Dorfbrunnen aufgefüllt und schnell in die Abfahrt hinunter bis Innsbruck. Ich möchte heute noch bis in die Region Nord-Östlich von Innsbruck in den Gnadenwald, dort fand im Vorjahr die WM der Profis statt, mit aufregenden Anstiegen und tollen Landschaften. Doch stellte ich fest dass das für eine Eintagestour von Sölden aus zu weit war.
Als ich in Innsbruck angekommen bin war ich bereits 3,5 Stunden unterwegs, doch benötige ich für den Rückweg erheblich mehr Zeit, die 800 Höhenmeter von Oetz bis Sölden lagen noch vor mir.
Das Abendessen im Hotel wollte ich heute außerdem nicht verpassen, also umdrehen und ab nach Hause, nach fast acht Stunden und 171 km auf dem Sofa reichte es für heute auch.

**Donnerstag:**

Ausgeschlafen und gut gefrühstückt machte ich mich mit Regenjacke und dicken Armlingen im Gepäck heute wieder auf den Weg über das Timmelsjoch, heute aber wollte ich noch ein gutes Stück weiter auf den Jaufenpass fahren.
Der Wetterbericht der die gesamte Woche sehr präzise war hatte auch heute recht, ab Mittag andauernder Regen und kühle Temperaturen. Ich schaffte es noch trocken den Timmelsjoch runter, unten in St. Leonhard begann es zu regnen und es sollte heute auch nicht mehr aufhören. Egal, ich bin zum Radfahren hier, da darf es auch mal feucht werden.
Auf dem Anstieg zum Jaufenpass überholte ich, bereits komplett durchnässt, ein paar radfahrende Briten, die auch nicht mehr glücklich aussahen. Ich drehte bald darauf um, der Rückweg war lang, bereits auf der noch recht kurzen Abfahrt vom Jaufenpass wurde es schon sehr kalt, doch unten angekommen ging es ja zum Glück die nächsten zweieinhalb Stunden bergauf zum Timmelsjoch.
Auf dem Weg gibt es einen Brunnen mit frischem Bergquellwasser und später, man ist da schon ziemlich weit oben, gibt es eine natürliche Quelle am Berghang an dem man ebenfalls seine Getränkeflaschen auffüllen kann. Ich trinke auf solchen Touren niemals nur reines Wasser, sondern habe dafür Portionsbeutel mit Pulver dabei, Kohlehydrate und Elektrolyte sind bei intensiver körperlichen Belastung sehr wichtig.

Schon in den letzten Tunneln vor dem Gipfel, das Timmelsjoch hat von Südtiroler Seite aus 12 oder 13 Stück, ich kann mich auch verzählt haben, wurde mir schon empfindlich kalt. Der Regen ist gnadenlos und das Thermometer

zeigte nur noch vier Grad. Nun also schnell in die Abfahrt, nach wenigen Kilometer kommt ein Gegenanstieg von 143 Höhenmeter, wenn man hier den Marathon fährt, eine Ewigkeit, heute freue ich mich darauf denn es ist eine Möglichkeit um wieder warm zu werden. Auch Ende Juli liegt noch Schnee in den oberen Lagen!
Hinter der Mautstation geht es weiter die Abfahrt hinunter, die Sicht ist schlecht, ich zittere so stark durch die Kälte das ich den Lenker kaum noch halten kann, wahrlich eine Grenzerfahrung. Doch wenig später fahre ich durch Obergurgl und Zwieselstein, in Sölden gleich die erste links hoch die die letzten 180 Höhenmeter zum Parkplatz, Sofa ins Auto, ab hoch zum Hotel unter die heiße Dusche. Essen, Trinken, Tag Revue passieren lassen und genießen, ein toller Urlaub! Das mein ich ernst.

**Freitag:**

Heute lass ich den Tag ruhig angehen, Zeit um am Sofa die Bremsbeläge zu wechseln, in Ruhe zu frühstücken, ein paar Seiten zu lesen. Nun aber los, ich bin schließlich zum Radfahren hier.
Heute möchte ich die nähere Umgebung erkunden. Zum einen fahre ich zum Kurort Vent, über herrlich einsame gut asphaltierte Straßen, Tunneln und toller Gebirgslandschaft. Anschließend fahre ich nach Hochsölden, im Sommer, ja richtig, ist da oben mal gar nichts los. Alles voller Hotels, Kneipen und Bars, aber nur in den Wintermonaten geöffnet. Macht nichts der Ausblick aufs Ötztal ist dafür unschlagbar, und, die Sonne scheint, es ist angenehm warm, krasser Gegensatz zu gestern.

**Samstag:**

Der Grund weshalb ich gestern lediglich eine recht lockere Ausfahrt unternommen habe war der, das ich heute nach dem Frühstück und der Fahrt mit dem Auto zum Hotelparkplatz mit dem Sofa die Strecke des Ötztaler-Radmarathon fahren möchte. Am Abend ließ mich die Vorfreude darauf kaum einschlafen.
Ich plante für die Tour 11 Stunden ein, inklusive mehrerer Tankstellenstopps zum Auffüllen der Energielieferanten. Die Eckpunkte des Tages. Vier Pässe: Kühtai, Brenner, Jaufenpass und Timmelsjoch, 5300 Höhenmeter auf 232 km. Der Tag wird wunderbar! Herrliches Sonnenscheinwetter, ja, eigentlich viel zu warm, man ackert sich die Berge hoch, der Körper arbeitet in der Zeit auf Hochtouren bei sommerlichen Temperaturen und die Sonne im Nacken.
Es ist mir viel zu warm, stehe ständig vor der Dehydration, am Ende des Tages habe ich 12 Liter getrunken und habe dennoch dabei jeden einzelnen Kilometer und jede Minuten genossen.
Am Fuß des letztes Passes, ja den kennen wir bereits gut, das Timmelsjoch, zog, eh klasse! ein Gewitter auf, da war es bereits halb sechs, zwischen 20 und 7 Uhr morgens darf man aus Sicherheitsgründen nicht über den Pass.
Ich fuhr bis das Gewitter begann sich zu entladen, ein italienischer Autofahrer überholte mich und hielt bei der nächsten sich bietenden Gelegenheit an und wollte mich mit über den Pass nehmen, was ich aber dankend ablehnte, ich wollte unbe-

dingt zu Ende fahren. Am nächsten Bushaltestellenhäuschen stellte ich mich unter und wartete das Gewitter ab. Anschließend setzte ich meine Fahrt fort, nun bei angenehmeren Temperaturen und je weiter ich gen Gipfel fuhr, es war mittlerweile bald 20 Uhr, ganz alleine unterwegs, ich war im Paradies.
Auf der anderen Seite war die Mautstation bereits geschlossen, doch kommt man auch später an der geschlossenen Schranke vorbei. Vor dem Dunkel werden war ich wieder am Auto, begrüßt von Kühen von der Alm die sich gern in den Abendstunden auf den Straßen aufhalten.

**Sonntag**

Nun ging es weiter, hinaus aus dem Ötztal nach Nauders, 100km mit dem Auto, Nauders ist für seine Organisation des Raceacrossthe Alps begannt, ein Elite-Radrennen Nonstop über 540 km und 20 000 Höhenmeter.
Ich bin hier um eine kürzere aber dennoch reizvolle Strecke zufahren. Da ich erst um 14 Uhr eintraf und im Hotel eincheckte, machte ich heute nur noch eine kurze Ausfahrt über den naheliegenden Reschenpass mit Ausblick über den herrlichen See im Vinschgau.

**Montag:**

Tags darauf machte ich mich auf den Weg um die Strecke des Drei-Länder-Giro abzufahren, die Strecke führt auf 165 km und 3800 Höhenmeter über das Stilfser Joch, eines der längsten und schönsten Anstiegen der Alpen.

Auf dem Bild: Aufstieg zum Stilfser Joch.
Ich hatte einen sonnigen und warmen Tag erwischt, noch dazu hatten viele offensichtlich Urlaub, frei oder einfach früh Feierabend gemacht. Es war das erste und einzige Mal in meiner Zeit in den Alpen so richtig voll auf der Passstraße. Das erste Mal sah ich viele weitere Rennradfahrer, einige andere waren auf E-Mountainbikes unterwegs. Viele Autos, die aber nach wie vor recht rücksichtsvoll fuhren und leider viele nervige Motorradfahrer mit teils hoch motorisierten Sportmaschinen die allein vom Lärmpegel sehr störten. Die Landschaft: unbeschreiblich schön, die Fahrt zum Pass: herrlich, die Abfahrt vom Stilfser Joch zum Umbrailpass ist kurz aber rasant, die weitere Abfahrt weiter ins schweizerische Münstertal ist anspruchsvoll und macht riesen Spaß. Gern möchte ich den Umbrailpass mal hinauf fahren, ich hoffe das klappt in den nächsten Jahren. Unten in Santa Maria angekommen geht es links ab Richtung Ofenpass, eine breite, kaum befahrene Straße, erst mit nur lediglich 2 bis 3 Prozent Steigung über einige Kilometer hinweg aber eine zähe Angelegenheit, erreiche den Ofenpass und damit das Engadin. Über Zernez welches ich schon von der TransAlp wenige Jahre zuvor kennen-

lernte, am Sportplatz vorbei, an dem damals unsere Rennräder über Nacht aufbewahrt wurden, ging es mit flottem Rückenwind zurück Richtung österreichischer Grenze, den letzten Anstieg hinauf nach Nauders und zurück zum Hotel.
Nun war der diesjährige Radurlaub zu Ende, es war der erste Urlaub mit dem Sofa in den Alpen seit 2013.
Dieses Jahr war es mit acht Tagen auf dem Sofa recht kurz aber w-u-n-d-e-r-s-c-h-ö-n. Neben dem Rudersport, ich schreibe bewusst „Rudersport" denn für mich ist neben dem Rudern auf dem Wasser auch das ruderspezifische Krafttraining und das gelegentliche Ergo fahren wichtig, ist das Rennrad fahren mein Lieblingshobby.
Ich hoffe es folgen weitere Ereignisse.

Hagen.

## Einladung zur Wanderrudertour Ostfriesland

**Wohin geht es?**
Mit max. 15 Personen nach Emden (www.emderruderverein.de, ca. 245 km ab HH)
**Wann fahren wir?**
Freitag 15.5. - Sonntag 17.5.2020
**Welche Strecke rudern wir?**
Einen schönen 30-km-Rundkurs mit längerem Kaffee-Kuchen-Stopp auf halber Strecke am Binnensee „Großes Meer". Die reine Ruderzeit beträgt insgesamt etwa 3,5 Stunden, mit mehreren Pausen sind wir ungefähr 5,5 Stunden unterwegs. Start Sonnabend 11 Uhr.
**Wie teuer wird das?**
Pro Kopf und Tag im Boot 4 Euro, je Übernachtung und Kopf 6 Euro in der Gymnastikhalle des Vereins. Die Küchennutzung kostet 10 Euro/Tag, Endreinigung und Müllentsorgung pauschal 20 Euro. Dazu addieren sich Fahrtkosten und Verpflegung.
**Wie kommen wir hin?**
In Fahrgemeinschaften mit dem PKW/Spritumlage (die DB steuert Emden auch an). Dafür in die Liste eintragen, wer selbst fährt und ab wann und ab wo wie viele Plätze zur Verfügung stehen. Und wer bei wem mitfährt. Ankunft Fr. möglichst bis 21 Uhr (wegen gem. Abendessen).
**Wie organisieren wir die Verpflegung?**
Für den Freitag würde ich bei Bedarf Bolognese vorkochen und alle weiteren Zutaten wie auch Getränke besorgen (dafür errechne ich eine Umlage). Veggies bitte rechtzeitig melden, dann mache ich auch eine Alternative. Sonnabend grillen wir am Club. Für das Frühstück Sa/So und die Vergrillung kaufen wir am Sonnabendmorgen in Emden ein.
**Wann geht es zurück?**
Am Sonntag nach einem gemütlichen Frühstück.
**Das Revier**

Schleusen gibt es auf dem Rundkurs keine, Strömungen sind praktisch nicht vorhanden. Drei Binnenseen liegen auf der Strecke: Das „Kleine Meer" muss gequert werden, das flache „Große Meer" als Raststopp auf halber Strecke kann gequert oder bis zum Haltepunkt umfahren werden und das „Loppersumer Meer" ist ein Tümpel, der sich in Ufernähe passieren lässt.

**Sonstige Unterkunftsmöglichkeiten**

In der nahen Jugendherberge, in fußläufig zu erreichenden Hotels (mit einem hat der Emder Verein Sonderkonditionen), am Binnenhafen um die Ecke gibt es einen Womo-Stellplatz.

Gerald

## Termine in 2020

- 25.04. Dove-Elbe-Rallye Bergedorf
- 16.05. Zielfahrt Wilhelmsburger RC (125 Jahre WRC)
- 13.06. Zielfahrt RC Süderelbe
- 20./21.06 Wilhelmsburger Ruderregatta
- 15.08. Zielfahrt Biller RC
- 29.08. Zielfahrt WRG Die Wikinger
- 10.10. Matjes-Regatta
- 07.11. Fari-Cup
- 14.11. Auftakt Alster Ergocup

## Impressum

RUDER CLUB PROTESIA von 1907 e.V.
Bootshaus: Osterbekstraße 79, 22083 Hamburg
Telefon: (040) 270 29 70

Bankverbindung: Hamburger Sparkasse
IBAN: DE21200505501240121374
BIC: HASPDEHHXXX

www.rc-protesia.de

Kontakt:

| | | |
|---|---|---|
| 1. Vorsitzender | Daniel Fechner | vorstand@rc-protesia.de |
| Schriftführer | Roland Möhle | r.moehle@gmail.com |
| Kassenwartin | Meike Lohmann | mloh@outlook.com |
| Ruderwartin | Jule Clausen | juleclausen@gmail.com |

Redaktion: Jan Zamow