



**Treppchenkletterer**  
blau-weißer Vierer gewinnt bei JtfO!

**Pedaltreter**  
Ruderer auf dem Rennrad

**Medaillensammler**  
6 Saisonberichte aus 2016

Berlin, 07.12.2016

Hallo liebe RVHler,

wenn man ganze Nachmittage mit Plätzchenbacken verbringt, beim Fahrrad fahren auch mal unvermittelt geradeausfährt, obwohl Abbiegen geplant war, und die Boote im Großen und Ganzen in der Halle liegen, dann ist es Zeit für die RVH-Mitgliederversammlung. Und damit für die Winter-Auslage. Und damit für einen kleinen Rückblick auf das vergangene Jahr. Zum Glück haben wir letztes Jahr die Saisonrückblicke eingeführt. Das hilft der Erinnerung noch einmal auf die Sprünge (bzw. hilft mir, überhaupt erstmal rauszukriegen, was so passiert ist). 6 Stück sind es dieses Mal schon, und es ist wirklich einiges an lesenswerten Erlebnissen dabei.

Dazu gehören erstmal die tollen Ergebnisse bei LE, BW, und Jugend trainiert für Olympia! Aber es auch schön, zu lesen, wie eine Mannschaft oder auch ein einzelner Ruderer sich über die Saison findet und entwickelt.

Davon handelt auch der Bericht über den Damen-Masters-Vierer, der dieses Jahr zur World-Rowing-Masters-Regatta nach Kopenhagen gefahren ist. Eine tolle Entwicklung, die bei der 100-Jahre-RVH-Feier ihren Ausgang genommen hat.

Neben Kopenhagen hat es den RVH dieses Jahr auch nach Rouen ver-

schlagen, wo zwei von uns gemeinsam mit dem RVB am Défi Seine Achterrennen auf der Seine teilgenommen haben. Ganz schön international inzwischen, dieser Verein.

Nicht in einem Saisonbericht festgehalten, aber auf jeden Fall ein Highlight: Ein Gewinner-Vierer bei Jugend trainiert! Ein großartiger Erfolg für den RVH, dem natürlich auch das Titelbild gewidmet ist.

Ansonsten besuchen wir weiterhin fleißig all die Regatten, die schon seit Jahren fester Teil des Terminkalenders sind. Und Sommerfest war auch. Darüber hinaus wird im Winter natürlich wieder einiges an ruderlosem Sport betrieben: Radrennen fahren, oder der einfach mach eine Runde Ruder-Winter-Fünfkampf: Da wird sogar am Computer gepaddelt, Hauptsache kein Rudern - naja, bis auf das obligatorische Ergo-Fahren. So ganz können wir halt auch im Winter nicht aus unserer Haut.

Aber so gut man sich im Winter auch anderweitig beschäftigen kann - aufm Wasser ist es doch am Besten. Also noch ein bisschen durchhalten und dann geht es wieder raus! Bis dahin erstmal frohes Lesen.

*Kilian*

---

**INHALT**

---

<b><i>EDITORIAL</i></b>	<b><i>1</i></b>
<b><i>INHALT</i></b>	<b><i>2</i></b>
<b><i>RVH ON TOUR</i></b>	<b><i>3</i></b>
Landesmeisterschaften in Wolfsburg	3
Schillerregatta 2016	4
Attention - Grün! World Rowing Masters Kopenhagen	4
SRVN-Regatta auf dem Maschsee	8
Bundesfinale Jtfo	9
Endspurtregatta des RVB	11
Radrennen der Ruderer rund um den Brelinger Berg	12
Défi Seine Rouen - Achterduell auf der Seine	13
Langstrecke Hildesheim	15
Die Saisonberichte 2016	16
<b><i>INSIDE RVH</i></b>	<b><i>23</i></b>
Sommerfest	23
Herbstsprintregatta	23
Der neue Schülervorstand stellt sich vor	25
Winter-Ruderer-5-Kampf	27
<b><i>DIE NEUEN / WIR GRATULIEREN!</i></b>	<b><i>29</i></b>
<b><i>DERMINE DERMINE DERMINE!</i></b>	<b><i>29</i></b>
<b><i>EIN LETZTES</i></b>	<b><i>30</i></b>
<b><i>BERNIS NUDELBRETT</i></b>	<b><i>31</i></b>

## Landesmeisterschaften in Wolfsburg

Am Freitag dem 20. August fuhr die Juniorengruppe vom RVH nach mehr oder weniger schnellem und konfliktfreiem Aufladen zum Werdersee in Wolfsburg, der dem ein oder anderen schon vom BW bekannt war. Die eigentlich am Abend geplante Trainingseinheit fiel aufgrund einer Sperrung des Sees leider aus und wurde durch gemeinsames Pizza essen ersetzt. Dann ging es für uns auch schon in unsere Zelte an der Regattastrecke, um am nächsten Morgen ausgeschlafen für die frühen Vorläufe zu sein. Am Samstag war die Regatta als Sprintmeisterschaft ausgeschrieben, die



Strecke war also 400m lang und für uns alle eine relativ ungewohnte Distanz. Max und Aaron und Helena und Caro in ihren jeweiligen Zweiern hatten aufgrund der wenigen Gegenmeldungen keinen Vorlauf und sicherten sich in ihrem Finale einen zweiten und einen dritten Platz. Lisa im leichten Einer wurde Zweite im Vorlauf und Toni

und Mareike im Zweier Dritte, sodass beide Boote sich fürs Finale qualifizierten. Hier konnte Lisa sich einen dritten Platz errudern, Toni und Mareike belegten den sechsten Platz. Nach den Rennen waren zwar alle ziemlich kaputt, aber einen Besuch im Outlet



wollten wir uns trotzdem nicht nehmen lassen. Also fuhren wir mit Gunhild und Sacks, die zum Zugucken gekommen waren zum Abschluss des Tages shoppen. Wieder an der Regattastrecke hieß es essen, schlafen, aufstehen, wieder essen und ab aufs Wasser für die 1000m Rennen. Hier hatten nur Toni und Mareike Vorläufe, der Rest startete direkt im Finale. Max und Aaron gewannen ihr Finale, Helena und Caro legten kurze Zeit später nach und sicherten sich auch die Medaille. Toni und Mareike wurden Zweite in ihrem Vorlauf und in ihrem Finale dann Vierte. Als letzte startete Lisa im Einer und kam als Dritte über die Ziellinie, womit unser Regattawochenende beendet war. Sehr müde und kaputt war nach kurz Boote aufladen angesagt und dann ging es endlich nach Hause. Ich denke ich spreche für alle, dass das



Wochenende uns viel Spaß gemacht hat und es eine tolle Erfahrung war, mal auf einer Landesmeisterschaft mitfahren zu können.

*(Mareike Sack)*

### **Schillerregatta 2016** **auch ein Erfolg für den RVH**

Die Schillerregatta am 10. September 2016 am Maschsee war auch ein Erfolg für den RVH, da dieser einige Medaillen holen konnte.

In allen möglichen Bootsklassen hatte der RVH bei vielen Rennen die Nase vorn. Es waren wieder viele verschiedene Vereine aus vielen verschiede-



nen Städten und Bundesländern am Start.

Auffällig war, dass sehr oft die Ansa-ge erfolgen musste, einen bestimmten Bootssteg bitte nicht zu betreten, da seine Belastbarkeit eingeschränkt war. Leider wurde das von manchen Personen bzw. Vereinen nicht eingesehen bzw. ignoriert.

Trotzdem war es doch eine sehr schöne Regatta ohne größere Zwischenfälle. Die Regatta war gut organisiert und daher konnten die Rennen ohne allzu große Verspätungen starten.

*(Lars Pieper)*



### **Attention – Grün** **World Rowing Masters Regatta in** **Kopenhagen vom 7.-11.9.2016**

Noch im Juli hätte Kopenhagen nicht weiter entfernt für uns sein können: unser Boot „Dornröschen“ in der Werft, keine Skulls für die Regatta, Regattaformalitäten, Bootstransport, Mannschaftsanreise und Unterkunft ungeklärt, keine einheitliche Rennkleidung, eine Doppelvierermannschaft nur noch aus drei Frauen, dafür mit Rückenschmerzen - und vor allem: keine Ahnung wie das alles noch hinzubekommen sein könnte...

Doch wer in einer Märchenprinzessin rudert, kommt offenbar auch in den Genuss eines märchenhaften „Happy Ends“. Alle offenen Punkte konnten

rechtzeitig geklärt werden, auch die Materialsorgen verfliegen dank unterstützender Helfer und vor allem: Birgit Schrader aus Freising sprang spontan ein und vervollständigte unser Team. So ruderten wir (Suse – Susanne Diener, Anja Noack, Ossi – Sabine Siegmund und Susi – Susanne de Vries) an einem Dienstagabend Anfang September mit Dornröschen zum Booteverladen zur RG Angaria, denn für den Bootstransport nach Kopenhagen hatten wir einen hannoverschen Gemeinschaftshänger organisiert. Beim Aufladen gab es ein unerwartetes Wiedersehen mit Hendrik Schlaab vom HRC, der vor 25 Jahren mit RVH-Mitglied Willi Haak erfolgreich Riemenzweier gefahren war und im Einer nach Kopenhagen wollte. Noch

ein letztes Mal zuhause schlafen, dann ging es für uns drei (Anja konnte leider nicht mitfahren) am Mittwochmorgen mit dem Männerteam des RV Linden zusammen im Kleinbus Richtung Dänemark. Birgit und ihr Mann Michael Schrader, beide als ehemalige Humboldtruderer Mitglieder des RVH sowie der RG München, waren bereits seit ein paar Tagen in Dänemark. Sie hatten unsere Prinzessin schon fast fertig aufgeriggert, als wir nach staudominierter Fahrt endlich eintrafen. Mit dem letzten Licht gingen wir noch für eine Runde Boot und Wasser testen (beides fühlte sich gut an), dann ging ein langer Tag zu Ende.

Da unser Rennen erst am Freitag war, verbrachten wir den Donnerstag an der Regattastrecke, feuerten die



anderen hannoverschen Mannschaften an und feierten den souveränen Sieg des Frauenachters: eine Renngemeinschaft mit DRC- und Angaria-Beteiligung, auf Schlag die mehrfache Olympiateilnehmerin Elke Hipler. Dann kam der Freitag, es wurde ernst und die Aufregung wuchs. Doch Michael, unser Mentaltrainer und rasender Reporter, hatte alles gegeben und uns gut eingestellt. Als wir am Freitagmorgen (Startzeit 9:13 Uhr!) dann zum Start fuhren, wurde ein Traum Wirklichkeit. Leichter Dunst, fast glattes Wasser, die Sonne ging über dem See auf und wir vier RVH-Damen saßen tatsächlich zusammen im Boot und waren als Renngemeinschaft DRC/RGM auf dem Weg zu unserem ersten FISA WM-Rennen. Das war 100% Freude. Im Frauen-Doppelvierer der Altersgruppe C (unser Durchschnittsalter wird nicht verraten ;-)) hatten über 40 Boote gemeldet, unsere Abteilung bestand aus sieben Booten. In der Startzone lief alles wie am Schnürchen, aufrufen („Zulu two: Germany“) Ampelstart und los ging es. Das intensive Üben mit Trainer Robin hatte sich gelohnt, nach 250 Metern lagen wir richtig gut. Das konnten wir leider nicht über die restlichen 750 Meter halten, im Ziel waren wir fünfte, dem Boot aus Großbritannien haben wir im Schlusspurt noch fast eine Länge abgenommen und die USA lagen schon nach dem halben Rennen deutlich hinter uns. Siegerinnen waren die Niederländerinnen. Als wir an der Tribüne vorbeifuhren brandete für uns

starker Applaus auf (danke RV Linden, thank you Bristol Ariel!). Die Stimmung war herausragend, einfach zum Genießen... Nachmittags spazierten wir mit dem abgeriggerten Dornröschen durch den Wald zum Hänger, danach fuhren wir zurück in das Zentrum Kopenhagens. Am Abend stießen wir in einer Bar noch auf unser Rennen an, danach fielen wir alle erschöpft und glücklich ins Bett.

Samstag war für uns ein regattafreier Tag, den wir zum Sightseeing nutzten. Bei strahlendem Sonnenschein und hochsommerlichen Temperaturen machten wir eine Bootstour (was sonst!) durch die Stadt und trafen uns am frühen Abend mit den anderen Ruderern zu einem sehr netten, fröhlichen Abend im englischen Stil (früh anfangen, früh nach Hause gehen), zu dem sich neben unseren Freunden aus Linden und Bristol auch noch Ruderer aus Chile, Rumänien und Ägypten gesellten. Am nächsten Morgen hieß es Abschied nehmen, Birgit und Michael brachen in Richtung Süddeutschland auf, wir anderen drei fuhren nach einem märchenhaften Wochenende mit dem Bootstransport nach Hannover und ruderten unser Boot in der untergehenden Sonne vom RV Linden zurück zum Club.

Was bisher geschah:

2013 – Der Grundstein wird gelegt...  
100 Jahre RVH: ein tolles Wiedersehen am Bootshaus mit netten Gesprä-



chen und ein Jubiläums-Rennen im Boot reichen aus, dann ist der Funke übergesprungen...

...und ein Feuer neu entfacht: nach über 20 Jahren Ruderpause bildet sich eine neue Mannschaft: Susi, Anja, Ossi und Suse

Gunthers motivierende Worte zeigen Wirkung: Es folgen noch im Herbst in Q erste Runden auf dem Maschsee, dann geht's zum RVH-Wintertraining in die Humboldtschule

2014 – Sonnenschein-Rudern

Endlich Frühling: weiter geht das Rudern im RVH-Doppelvierer auf dem Maschsee

Anjas Schichtdienst: der DRC als Lösung

Leinehead: Suse und Ossi im Rieme-

nachter erstmals dabei

Herbstsprintregatta: das erste Doppelvierer-Rennen und gleich Medaillen (danke Gunther ;-)

Die Schlagzahl wird erhöht: RVH-Wintertraining und Winterrudern auf der Ihme

2015 – Ein Trainer und ein Boot

Rudern wird gelb: der DRC küsst das alte „Dornröschen“ wach aus seinem Riemenboot-Schlaf, nun wird die Prinzessin ein ungesteuerter Doppelvierer

Im Frühling heißt es arrogant statt Hände weg und ruhig: die neue Technik will gelernt sein

Wanderfahrt auf der Wakenitz: ein Wochenende bei RVH-Mitglied Esther Überschar in Lübeck

Rudern, rudern, rudern: Andrea Rau





vom DRC unterstützt das Team als Ersatzfrau, nun kann noch mehr gerudert werden...

Alle 5 in einem Boot: Leinehead im Tausendfüßler und Herbstregatten auf dem Maschsee im gesteuerten Doppelvierer

Deutschland ein Wintermärchen: RVH-Wintertraining und immer wieder Dornröschen

2016 – Anfang gut, alles gut

Unterwegs mit dem RVH: Sisis Stippvisite im Trainingslager Hankensbüttel und Suse, Susi, Andrea und Ossi machen Pfingsten „Back to the roots“ im Zeltlager in Kassel

Rückenschmerzen, Boots- und Teamprobleme: der Dornröschen-Express gerät ins Stocken

RVH-Connection als Renngemeinschaft: Birgit Schrader aus Freising springt für Andrea ein und vervollständigt damit das Kopenhagen-Team

Dornröschen nimmt Maß: neue passgenaue Doppelausleger und schlandfarbige Concept2-Skulls bringen neuen Schwung

Trainer unser: Robin sorgt für softes Blattführung und einen schnellen Start  
Ein Traum wird Wirklichkeit: Suse, Birgit, Ossi und Susi starten im Doppelvierer bei der WM Regatta in Kopenhagen

Kopenhagen zieht Kreise: Birgit Flohr von Angaria organisiert das Achterteam „Erfahrung siegt“ mit Susi, Ossi, Suse und Astrid Bellgrau vom DRC, einer weiteren Angarin und drei HRC-

Damen (darunter auch Bismäck Krausi). Der Name wird Programm, es folgt ein souveräner Sieg beim Leinehead 2016 in der Kategorie Masters Frauen.

Duell im Doppelzweier: Suse und Susi gewinnen zum Saisonabschluss bei der RVH-Regatta gegen die jungen RVH-Altdamen

Und 2017?

Geht's hoffentlich so weiter: mit vielen schönen gemeinsamen Stunden im Doppelvierer und einem Saisonhöhepunkt bei der nächsten WM in Bled

*(Susanne de Vries)*

### **SRVN-Regatta auf dem Maschsee**

Der elfte September 2001. Ein Tag der in die Geschichte einging. Doch auch der elfte September 2016 ging durch weltverändernde Ereignisse in die Geschichte ein. So hatten nicht nur etliche Schüler wieder die Möglichkeit an der alljährlichen Verbandsregatta teilzunehmen, nein, sogar ich durfte, wie ich widerwillig zugebe, nach langer Zeit einmal wieder eine Medaille um den Hals tragen. Das ist auch ehrlich gesagt das einzige was ich noch weiß, ist dieses augenübergehenden und niemanden-kalt-lassenden Ereignis schon zweieinhalb Monate her. Aber genug der Pseudo-Neologismen und Füllwörter, um diesen Text in die Länge

zu ziehen und viel Spaß beim Lesen hoffentlich wirklich wichtiger Informationen.

Gerade unsere jüngeren Sportler waren einmal wieder sehr erfolgreich, aber auch unsere A- und B- Junioren haben viel geleistet, was uns auf eine Gesamtpunktzahl von 115 bringt und zum Zweitplatzierten dieser Regatta macht. Danke an alle Ruderer, die für unseren Verein gekämpft und ihr Bestes gegeben haben.

*(Benjamin Gas)*

„augenübersehend“ ist kein Neologismus. Noch nicht mal pseudo.



## **Bundesfinale Jtfo 2016**

Dieses Jahr ging in Berlin bei Jtfo „nur“ ein Boot der Humboldtschule an den Start. Der Jungen-Gig-Doppelvierer mit Steuermann, bestehend aus Malte Engelbracht, Franz Reitzler, Ole Peter, Tobi Schiefer (alle beim DRC) und Steuermann Felix Krimm, gewann schon den Landesentscheid auf dem Maschsee souverän sowohl im Gig- als

auch im Rennboot. Weshalb sich die Mannschaft letztendlich für den Gig-Vierer entschied lag daran, dass so einmal der RVB mit seinem Rennboot starten konnte und dass erfahrungsgemäß die Konkurrenz beim Bundesfinale im Gig-Boot deutlich kleiner ist, als im Rennboot. Vor der Abreise trainierte die Mannschaft nur ein einziges Mal in voller Besetzung, was, wie sich später herausstellte, auch reichte. In Berlin wurden wir von Herrn Sack und Kurby, einem Trainer des DRC, betreut. Am Sonntag, den 18.9.2016 um 13:21 nahmen wir den ICE nach Berlin, wo wir uns direkt im Bahnhof akkreditierten. Hier erhielten wir eine Fahrkarte für die gesamte Zeit, mit der wir, da wir noch genügend Zeit hatten, erst einmal ins Hostel fuhren. Von dort fuhren wir anschließend zur Landesvertretung, die alle Niedersächsischen Sportler, die bei Jtfo teilnahmen, mit einem Buffet begrüßte. Da es danach schon recht spät war, fuhren wir in das Hostel und gingen schlafen. Am Montag fuhren wir schon recht früh zur Regattastrecke, um dort das Boot aufzuriggern und ein bisschen zu trainieren. Da der Nachmittag noch lang war, stand die Frage im Raum, ob wir uns die Stadt anschauen wollten oder besser einfach im Park an einem Fluss die Sonne genießen sollten. Da der Park einstimmig gewann, verbrachten wir den Rest des Tages am Fluss. Am Dienstag fand um 10:00 Uhr der Vorlauf statt, in dem sich bereits ein erster Erfolg abzeichnete: Das Boot der Hum-

boldtschule entschied den Vorlauf mit einem sehr guten Rennen ganz klar für sich, weshalb der Hoffnungslauf nicht mehr nötig war. An diesem Tag schafften es auch Yannick Mauritz, Leon Pläsier, Leon Gerke. Max Krimm und Benjamin Gas nach Berlin, die zusam-



men mit den Ruderern aus dem Vierer im Achter beim Schüler-Achter-Cup starten wollten. Alle riggerten gemeinsam den Achter auf und trainierten ein letztes Mal, um sich optimal auf das am nächsten Tag stattfindende Rennen vorzubereiten. Am Abend spielten

wir noch ein wenig Billard im Hostel, wonach auch dieser Tag geschafft war. Am Mittwoch war ein sehr frühes Aufstehen angesagt, weil der Achter schon um 9:00 Uhr seinen Vorlauf absolvieren musste. Um 11:10 Uhr fand das Finale des Gig-Vierers statt. Super



Rennen - 3:21.63 - Bundessieger. Was soll man da noch sagen? Ach ja, die eingangs erwähnte Bismarckschule konnte sich mit ihrem Rennvierer ebenfalls für das Finale qualifizieren und erreichte hier den vierten Platz. Den Mittwoch verbrachten wir noch einmal



an der Regattastrecke, wo Das Finale des Achters stattfand. Am Abend fand dann noch die alljährige Abschlussfeier statt, in der noch einmal alle Sieger, sowie zweite, und dritte Plätze geehrt wurden. Diese zog sich mit dem ganzen Tralala drumherum natürlich recht lange hin, weshalb einige schon direkt nach unserer Ehrung, in das Hostel fahren, um dort zu feiern. Irgendwann fuhr dann auch der Rest ins Hostel, wo dann nach einiger Zeit alle schliefen. Am Donnerstag um 11:49 Uhr ging es nach einer erfolg- und spaßreichen Zeit zurück nach Hannover.

*(Felix Krimm)*



Re. 1 JG 99-01 4x+ Gis Ju FA			
1	2	NI Humboldtschule	3:21.63
2	6	HE Goetheschule W	3:27.51
3	1	BY Deutschhaus-Gv	3:28.40
4	4	NW Gesamtschule B	3:33.54
5	11	BB Friedrich-Schi	3:34.42
6	3	BE Poelchau-Obers	3:35.47

## Endspurt-Regatta des RVB

Diese Regatta war, wie jede Regatta wo der RVH antritt, spannend und aufregend. Alle Rennen die an diesem Tag gefahren wurden, waren sehr fair und erfolgreich. Dank eines großen Feldes an Sportlern und vielen Eltern, Geschwistern und weiteren Zuschauern, waren wir auch am Steg mit guter

Lautstärke der Anfeuernden vertreten, so wie das muss. Da kommt jedes Mal wieder ein tolles Mannschaftsgefühl auf, so dass man sich richtig aufgenommen, wie in einer Familie, fühlt. Gerade die neueren RVHler konnten sich noch besser in die Gruppe integrieren und wieder mal nach und nach den Regattaalltag am Maschsee erkunden. Sowohl die Zusammenarbeit und Unterstützung der anderen, als auch die eigene Rennerfahrung und das gemeinsame „Rumhängen“ zwischen den Rennen muss gelernt sein und geübt werden. Somit sind sie mit einer schönen Regatta in die Winter-saison gegangen, um nächstes Jahr



voll durchzustarten. Doch auch die älteren hatten Mal wieder Spaß daran, sowohl die kleineren zu unterstützen, als auch ihre eigenen Rennen zu starten.

Nicht nur die Stimmung war gut, sondern wir hatten auch Glück mit dem Wetter. Es war warm und sonnig. Das, was den Tag noch schöner gemacht hat, waren die leckeren Kuchen und die saftigen Bratwürstchen. Auch das ist typisch für die jedesmal wieder



schönen Regatten an unserem Schülerbootshaus. Doch zum Schluss muss man auch noch mal festhalten, dass der RVB nicht annähernd so gut in der Organisation ist, wie der RVH. So zum Beispiel gab es deutlich mehr Zeitverzug als bei uns. :D

*(Kevin von Berg)*



### **37. Radrennen der Ruderer Rund um den Brelinger Berg**

Das Radrennen der Ruderer, organisiert und ausgerichtet durch die Rudergemeinschaft Angaria, fand dieses Jahr am Samstag, den 01.10.2016, statt. Endlich mal nicht am Regatta-wochenende des RVH und RVB. Die Strecke setzt sich aus drei Runden á 17km um den Brelinger Berg in der Wedemark zusammen. Gestartet wird in 4er-Teams. Als Teamzeit wird am Ende die Zeit des dritten Fahrers einer Mannschaft gewertet.

Der September kam uns hier mit dem verlängerten Sommer sehr entgegen, sodass wir uns bei guten Bedingungen

schon im Voraus auf das Radrennen vorbereiten konnten. Die einen mehr, die anderen weniger - Lars konnte sein geliehenes Rad erst am Montag vorher in Empfang nehmen und musste dieses auch noch in einer Hau-Ruck-Aktion fahrbar machen.

Trotzdem packten wir die Räder am Samstagmorgen gut gelaunt ins Auto und fuhren nach Brelingen. Leider war das Wetter pünktlich zum Renntag wieder schlechter geworden und es hatte die Nacht zuvor ordentlich geregnet. Da wir zu früh dran waren, fuhren wir die Strecke nochmal in aller Ruhe ab, konnten aber keine neuen Erkenntnisse gewinnen. Eine Stunde vor dem



Start kamen dann auch die Angaren zur Strecke und machten sich an den Aufbau. Nach einer kurzen Obleutebesprechung, die eigentlich nur aus dem Satz: „Fahrt vorsichtig, die Kurven sind nass und rutschig.“ enthielt, machten wir uns warm und probten zum ersten Mal Windschattenfahren mit der ganzen Mannschaft.

Dann ging es zum Start. Auf den ersten Kilometern zeigte sich dann doch recht schnell, dass wir eigentlich Was-

sersportler sind. Man kann fast von kopflos sprechen, wie wir das Rennen viel zu schnell angegangen sind, und nach 5km Adrian bereits zum zweiten Mal wieder verloren hatten und uns nun zu dritt arrangieren und zusammenbleiben mussten. Gerade beim Windschattenfahren wurde doch der Abstand zwischen den Rädern teilweise etwas sehr klein. Von Runde zu Runde kamen wir immer besser in Tritt und auch die Führungswechsel im Team klappten am Ende recht reibungslos. Nach der dritten Runde erlöste uns dann die Ziellinie.

Unserem Teamnamen „Dead and Last“ nicht gerecht werdend und unsere angepeilte Zeit von maximal 90min für

die 51km doch deutlich unterbietend, sind wir am Ende mit knapp 82min und 37er Schnitt über die Strecke gegangen. Selbst Adrian schaffte es als Einzelkämpfer noch einen 30er Schnitt auf den Asphalt zu zaubern. Am Abend wurden die müden Beine bei Angaria auf der Tanzfläche ausgeschüttelt.

*(Philipp Schiefer)*

### **Défi Seine Rouen** **Achterduell auf der Seine**

Dieses Jahr fuhr der RVB zur „Défi Seine“, einem Achterrennen über 7 Kilometer, das auf der Seine in Frank-



reich aufgrund der Städtepartnerschaft zwischen Hannover und Rouen veranstaltet wurde.

Da der RVB es jedoch nicht schaffte, alleine einen Achter zusammenzukriegen, mussten sie (mal wieder) auf die Hilfe des RVH zurückgreifen. Dadurch hatten Benjamin und ich (Aaron) das Glück, im Achter mitfahren zu dürfen.

Nach etlichem Hin und Her hatten wir endlich einen Termin zum Trainieren gefunden (am Tag der Abreise), was sich aufgrund einiger Missverständnisse, wo denn das Boot (oder die eine Hälfte) und ob die richtigen Riemen jetzt beim HRC, Schülerbootshaus oder DRC liegen, etwas verschob und dann doch irgendwann beim DRC stattfand.

Am selben Abend reisten wir dann mit einigen älteren Mannschaften vom DRC und HRC ab und kamen am nächsten Tag exakt zur geplanten Zeit in Rouen an.

Da dort noch etwas Zeit bis zum Einlass in das Hotel war, hatten wir etwas Zeit, durch Rouen zu schlendern und erstmal (ganz wichtig) etwas zu essen. Am Abend wurden die hannoverschen Vereine sowie ein Paar andere auf einem sehr niedrigen Boot von dem Vereinsleiter und einigen anderen empfangen und fuhren damit die Regattastrecke des nächsten Tages ab.

Am nächsten Tag gab es am Morgen die Möglichkeit, an einer kleinen Stadtrundführung teilzunehmen. Gegen Mittag wurden einige Vereine offiziell im Rathaus empfangen und ein Mann-

schaftsfoto aller Hannoveraner in weißen Poloshirts gemacht (ach nee, wir hatten ja keine, da man uns zu spät dafür angemeldet hatte).

Am Nachmittag fand dann die eigentliche Regatta statt, bei der die erste Hürde war, überhaupt das Boot ins Wasser zu bekommen, da das Wasser ca. einen Meter unter der Betonwand am Ufer war. Der Start war überraschenderweise auf Französisch, weshalb wir erst kurze Zeit später begriffen, dass das wohl ein „Los“ war.

Die ersten 3,5 km gingen soweit ganz gut, bis der Wenderichter uns mit irgendwas auf Französisch zubrüllte, was wir jedoch nicht verstanden. Die zweite Hälfte ging ebenfalls relativ gut, aber wir könnten das Boot vor uns leider nicht mehr einholen.

Beim Anlegen war der Wasserstand inzwischen so weit gestiegen, dass es bis über die Betonplatten reichte und man mühelos Anlegen könnte (wenn da nicht ein paar seeehr gemütliche Franzosen gewesen wären).

Später fand dann die Siegerehrung statt und wir wurden insgesamt Dritte. Da der DRC die größte Gesamtpunktzahl erreicht hatte, gewann die Mannschaft ein neues Concept 2 Ruderergometer.

Am Abend gab es dann noch eine Abschlussfeier mit Menü am Anfang und noch ein paar kleine Reden, sowie die Fotos des Tages.

Der letzte Tag bestand eigentlich nur noch aus der Rückfahrt und anschließendem Boot wegbringen.

Insgesamt war es eine nette Erfahrung, mal eine internationale Langstreckenregatta mitfahren zu dürfen und auch mal außerhalb der gewohnten Gewässer zu rudern.

*(Aaron Wehde)*

### Langstrecke Hildesheim

Am 13.11.2016 ging es für Benjamin & Max, Mareike, Ellen & Solanyi, Aaron, Lisa & mich nach Hildesheim. Als Trainer waren Philipp und Frau Lincke dabei. Außerdem ist auch Caro mitge-



kommen. Die Boote haben wir schon am Freitag davor aufgeladen, also konnten wir direkt um ca. 8:30 Uhr losfahren.

Die Langstrecke ging über 6000m und wurde auf dem Stichkanal gerudert. Die Boote wurden gleich nach der Ankunft aufgeriggert. Nacheinander sind die Mannschaften, die von Philipp und Frau Lincke mit dem Fahrrad betreut wurden, ihre Strecken gefahren. Den Schluss der gesamten Regatta bilde-

ten Benjamin und Max, die von fünf Motorbooten und unseren Trainern begleitet durch das Ziel ruderten. Da es gefühlt 0° C war, waren alle froh, dass die Rennen gegen Mittag gelaufen waren. Dann gab es für alle Nudeln die auch mehr oder weniger gegessen wurden. Später wurden die Boote aufgeladen. Als auch der HRC, mit dem wir uns den Hänger geteilt hatten fertig war, konnten wir endlich zurück nach Hannover aufbrechen. Mit dem Abladen der Boote war der Regattatag dann auch schon vorbei.

*(Antonia Froneck)*





## **Saisonberichte**

Als wir letztes Jahr die Rubrik der Saisonberichte eingeführt haben, gab es zum Auftakt den Bericht des letztjährigen JtfO-Vierers. Damit war die Messlatte für dieses Jahr zwar niedrig, aber immerhin vorhanden: Mehr als einer sollte es schon werden. Als dann in den letzten Wochen aber ein Bericht nach dem anderen eintrudelte, und wir es am Ende auf 6 (!) Saisonberichte brachten, war ich doch mittelmäßig begeistert. Es bedeutet ja auch ein bisschen Arbeit, sich nach der Saison hinzusetzen, und das Ganze noch einmal aufzuschreiben. Aber anscheinend macht es auch genügend Spaß, sich die eigenen Heldentaten noch einmal vor Augen zu führen. Aber lest selbst:

### **LG-Einer 13 Jahre**

#### **Saisonbericht von Yannick Mauritz**



Mein Jahr 2016 begann im Januar mit dem Ergocup beim DRC. Danach folgte der Ergocup in Osnabrück. Nach den beiden Ergocups ging es dann

auch bald schon wieder nach draußen. Im März waren wir zusammen mit der Schillerschule im Trainingslager in Hankensbüttel. Zur Vorbereitung auf den LE bin ich die meiste Zeit Einer gefahren. Im Mai folgten dann die Regatta in Bremen und das, wie immer, lustige Pfingstlager in Kassel. Zwei Tage nach Kassel ging es auch schon zum LE nach Otterndorf. Die Boote standen auf einer Kuhweide und man musste aufpassen, dass man nicht in „Kontakt“ mit den ganzen Kuhfladen kam. Mein Erfolg in Otterndorf war der Landessieg auf der Kurz- und Langstrecke. Das war nice!!!

Ende Juni war es dann endlich soweit. Das Highlight: der BW in Salzgitter! Richtig cool! Ich bin Bundessieger auf der Langstrecke geworden. Auf der Kurzstrecke leider „nur“ Zweiter. Durch den Sieg auf der Langstrecke gab es von der deutschen Ruderjugend eine Einladung nach München zum Ruderlehrgang. Ende September durfte ich mit Max, Benjamin und einigen vom DRC zum Schülerachtercup nach Berlin. Sehr tolle Erfahrung!!!

Direkt im Anschluss an die Herbstferien war es dann soweit: Lehrgang in München! Lars und Fabi waren auch mit dabei. Täglich recht hartes Training, unter anderem mit Marcel Hacker. Wir wussten schon gar nicht mehr, an welcher Stelle kein Muskelkater war. Trotzdem war es insgesamt sehr, sehr cool!!!!!!

Jetzt im Dezember geht es noch zum Ergocup nach Minden. Das wird be-

stimmt lustig.

So, alles in allem war die Saison schon ziemlich gut. Ich wünsche jedem von euch, auch so tolle Erfahrungen machen zu dürfen.

(Yannick Mauritz)

### Mädchen LG-Doppelzweier 13/14 Saisonbericht von Sophie Klaus und Hannah Gollek (DRC)



Das erste Mal zusammen gefahren sind Hannah und ich bei einem Probetraining beim DRC. Wir haben uns von Anfang an gut verstanden und es lief schon bei der ersten Einheit relativ gut. Als erstes waren wir zusammen ein paar Tage im Trainingslager des DRCs, welches in Osnabrück war, und danach einige Tage im Trainingslager des RVHs, welches in Hankensbüttel war. Dort trainierten wir für unsere erste gemeinsame Regatta in Berlin, wo wir zusammen mit dem DRC hinfuhren.

Als dann der Tag kam, an dem wir gemeinsam mit der S-Bahn nach Berlin fuhren, waren Hannah und ich schreck-

lich aufgeregt. Besonders Angst hatten wir vor der Langstrecke, da wir davor noch nie mehr als 2000m Belastung im Training gefahren waren. Da wir am Vorabend sehr schlecht geschlafen hatten und unser Rennen schon sehr früh morgens war, waren wir sehr müde und unmotiviert. Für uns standen an diesem Tag einmal die 3000m Langstrecke mit Wende und einmal 1000m an. Bei der Langstrecke konnten wir einen guten 2. Platz mit 0,8 Sekunden Abstand zum 1. Platz machen. Auf der Kurzstrecke wurden wir ebenfalls 2.. Einen Tag danach standen noch ein weiteres Mal 1000m für uns an. Dort konnten wir den 1. Platz erreichen.

Zwei Wochen nach Berlin ging es für uns auch schon weiter nach Bremen zur nächsten Regatta. Anders als in Berlin starteten hier der DRC und der RVH. Im Gegensatz zu Berlin, war es in Bremen sehr warm, was hieß, dass wir im Einteiler und T-Shirt starten konnten (in Berlin hatten wir beide gefühlte 100 Schichten an :D). Was sich noch von Berlin unterschied, war, dass die Langstrecke nur 2500m (2200m) und die Kurzstrecke nur 750m lang waren. Auf der Langstrecke konnten wir den 1. Platz erreichen.

Am Sonntag war dann die Kurzstrecke. Zuerst starteten wir im Mädchenvierer mit Solanyi und Emma. Dort konnten wir ebenfalls mit einer Bootslänge Vorsprung den 1. Platz erreichen. Das Kurzstreckenrennen unseres Zweiers wurde abgesetzt, da es zu windig war.

Als nächstes war das Trainingslager in Kassel an der Reihe. Dort trainierten Hannah und ich für den Landesentscheid, welcher auch schon bald vor der Tür stand. Im Nachhinein kann ich wirklich nur sagen, dass das Trainingslager sehr viel Spaß gemacht hat und ich wirklich nur jedem empfehlen kann, wenn die Möglichkeit besteht, dort mitzufahren :D.

Auf der 700m-Strecke bei der Schülerregatta in Kassel wurden Hannah und ich 1..

Kurz darauf kam dann der wohl wichtigste Wettkampf des Jahres für Hannah und mich: Der Landesentscheid. Es war nun an der Zeit, alles zu zeigen, was wir in den letzten 2 Monaten gelernt hatten. Trotz der Tatsache, dass wir nur einen Gegner hatten, waren wir sehr aufgeregt. Ich weiß noch genau, als eine halbe Stunde vor dem Start der Langstrecke mein Stemmblett rausgerutscht ist und ich total in Panik geriet :D. Dementsprechend kamen wir so spät zum Start, dass wir gar keine Zeit mehr hatten, uns auszurufen oder noch etwas zu besprechen, sondern direkt losfahren mussten. Diesen Umständen entsprechend lief unsere Langstrecke nicht sehr gut. Dafür konnten wir bei der Kurzstrecke nochmal zeigen, dass unser Boot doch ganz gut vom Fleck kommt :D. (Übrigens sind wir bis zu diesem Zeitpunkt mit H2O gefahren) Nach der Kurzstrecke wurde uns dann noch mitgeteilt, dass wir von nun an mit Alea (Boot vom DRC, welches baugleich zu NN

ist) fahren und wir nur noch beim DRC trainieren.

Bei den Trainingseinheiten nach dem LE lief unser Zweier schon um einiges besser als davor. Ich glaube wir hatten nun mehr Motivation durch das neue Boot und aufgrund der Tatsache, dass wir zum BW kommen würden.

Die vorletzte Regatta, die Hannah und ich noch zusammen fuhren, war die SRVN Regatta auf dem Maschsee, wo wir im Zweier auf 500m 1. wurden. Außerdem sind wir noch mehrmals Vierer mit Solanyi und Emma gefahren, worin wir auch sehr erfolgreich waren.

Dann kam auch schon der BW. Viel vorgenommen hatten wir uns ehrlich gesagt nicht, wir wollten einfach nur unser Bestes geben und Spaß haben :). Vor der Langstrecke, die 3000m lang und mit Wende war, waren wir sehr aufgeregt, da es unsere letzte gemeinsame Langstrecke sein sollte. Obwohl wir nach 350m fast gekentert sind (aufgrund der Wellen), war es bis jetzt unsere beste Langstrecke. Unsere Trainerin Johanna war so wie wir, auch sehr zufrieden.

Wir erreichten den 7. Platz auf der Langstrecke und waren somit 1. im B-Finale. In unserer Abteilung wurden wir 2.. Auf der Kurzstrecke konnten wir dies bestätigen und wurden somit 1. im B-Finale und insgesamt 7. von 13 gestarteten Booten.

Insgesamt war die Saison sehr erfolgreich für mich und ich habe es sehr genossen, mit Hannah Zweier fahren zu

dürfen. Ich habe alle meine Ziele und Wünsche für dieses Jahr erreicht und wünsche mir, dass die nächste Saison genauso schön wird wie diese. :)

(Sophie Klaus)

### Doppelzweier 13/14 Saisonbericht von Emma Bieniek und Solanyi Lovermann



Alles begann in den Sommerferien 2015, in denen wir aus Spaß zusammen Zweier gefahren sind. Da wir uns sehr gut verstanden haben und die Trainer auch mit der Idee einverstanden waren, wussten wir schon relativ früh, dass wir die nächste Saison zusammen fahren werden.

Wir wurden von Julia betreut, die sich immer super um uns gekümmert hat. Auch hier nochmal Danke für alles!

Unsere Saison 2016 startete mit dem Ostertrainingslager in Hankensbüttel, in dem wir schon fleißig für die anstehenden Regatten trainierten. Dort hatten wir kleine Startprobleme mit unserem Boot, doch am Ende des Trainingslagers hatten wir es geschafft uns

mit dem Boot anzufreunden.

Nicht mehr lange und es folgte schon unsere erste Regatta in diesem Jahr in Bremen, bei der auch paar Tränen flossen, weil es nicht ganz so gut lief wie wir es uns vorgestellt hatten.

Darauf das Wochenende stand aber auch schon das Trainingslager in Kassel an, das wir dafür nutzten, um uns intensiv für den darauffolgenden Landesentscheid vorzubereiten. Beim Landesentscheid in Otterndorf qualifizierten wir uns für den Bundeswettbewerb und hatten somit unser Saisonziel erreicht. Dort verkündete uns Julia, dass wir ab sofort ein neues Boot fahren dürften. Wir haben uns beide sehr darüber gefreut, weil das einfach unser Traumboot war.

Um gut für den BW vorbereitet zu sein, trainierten wir 5 Mal die Woche und hatten manchmal auch zwei Trainingseinheiten, die auch echt viel brachten, da wir das Boot immer besser zum Laufen brachten und uns auch immer steigerten.

Beim Bundeswettbewerb in Salzgitter kamen wir ins A-Finale und belegten letztendlich einen 4. Platz. Doch wir konnten uns einfach nicht über das gute Ergebnis freuen. Wir waren viel zu traurig, weil unsere gemeinsame Saison nun langsam zu Ende ging und das beschäftigte uns sehr.

Nach den Sommerferien fanden auch schon die Herbstregatten statt, welche ich in vollen Zügen genoss, weil es meine letzten im Kinderjahrgang waren.



Diese Saison war definitiv mit Abstand meine schönste. Wir waren für uns ein perfektes Team und sind in dieser kurzen Zeit so sehr zusammengewachsen. Jede einzelne Trainingseinheit hat mir sehr viel Spaß bereitet und wenn es mal nicht so gut lief, haben wir uns immer gegenseitig motiviert und ermutigt.

Ich habe in dieser Saison und generell im Kinderjahrgang so viele Erfahrungen gesammelt, für die ich sehr dankbar bin und ich freue mich, wenn ich sehe wie sehr ich mich in der gesamten Zeit entwickelt habe.

*(Solanyi Lovermann)*

### Doppelzweier 12/13 Saisonbericht von Lars Pieper und Fabian Bartkowiak (RVS)



In der letzten Saison bin ich mit Fabian vom RVS Zweier gefahren. Wir haben uns gut verstanden und oft zusammen trainiert. Das Training hat uns viel Spaß gemacht und einiges haben wir auch erreichen können.

So haben wir z.B. den Landesent-

scheid gewinnen können. Auch beim BW hatten wir viel Spaß, obwohl wir hier nicht den ersten Platz holen konnten.

Natürlich gab es auch Momente, in denen wir keine besonders große Lust auf Training hatten. Am Ende haben sich aber die vielen Trainingseinheiten für uns ausgezahlt.

*(Lars Pieper)*

### LG-Doppelzweier 13/14 Saisonbericht von Felix Krimm und Mathis Gromberg (DRC)



Unsere Saison startete mit dem Trainingslager des DRC in Osnabrück. Dort und danach auch im Trainingslager des RVH lernten wir uns besser kennen und trainierten erstmals intensiv zusammen, um uns für die kommenden Regatten vorzubereiten. Die Trainingslager haben uns deutlich weiter gebracht und wir lernten beide im jeweils anderen Verein viele nette Leute kennen. Die erste Regatta bestritten wir in Berlin und besetzten sowohl auf der Langstrecke als auch auf der

Kurzstrecke Plätze im Mittelfeld. Dies hing sicher mit der starken Konkurrenz und den, für ein erstes Rennen ungeeigneten, Bedingungen zusammen. In Bremen war dann sehr warmes Wetter welches mit relativ viel Wind zusammenhing, sodass die Kurzstrecke am zweiten Regatta-Tag leider abgesagt werden musste. Die Langstrecke am ersten Tag lief dafür aber sehr gut und wir gewannen das Rennen mit einigem Abstand. Darauf folgte das Trainingslager in Kassel vom RVH an Pfingsten. Dort hatten wir eine sehr schöne Zeit gemeinsam, sodass wir uns gut auf den bevorstehenden Landesentscheid in Otterndorf vorbereiten konnten. In Otterndorf traten wir gegen das nahezu selbe Feld wie in Bremen an und wieder gewannen wir die Langstrecke und waren somit für den Bundeswettbewerb, welcher in Salzgitter stattfinden sollte, qualifiziert. In die Kurzstrecke starteten wir mit einem Zusammenstoß mit dem Ufer. Wir sahen das Rennen schon verloren, doch gewannen wir nach einem ansonsten sehr guten Rennen auch dieses Mal. Der BW rückte immer näher und wir hatten mittlerweile unseren Haupttrainingsort auf den Maschsee verlegt. Wir trainierten sehr intensiv und hatten somit das Ziel, das A-Finale zu erreichen. In Salzgitter lief dann die Langstrecke eher mittelmäßig bis gut, sodass wir uns knapp nicht für das A-Finale qualifizieren konnten. Auch im B-Finale konnten wir kein leichtes Rennen erwarten, da das Feld um uns

sehr eng gestaffelt war. Am nächsten Tag kamen wir nicht richtig in das Rennen über 1000m rein, welches dann den letzten Platz im B-Finale zur Folge hatte. Obwohl wir uns etwas mehr erwartet haben, können wir trotzdem mit dem Verlauf der Saison zufrieden sein und danken dafür allen Trainern, die uns mit viel Einsatz trainiert haben, ganz herzlich.

*(Felix Krimm und Mathis Gromberg)*

### **Doppelvierer 1999 und jünger** **Saison-Bericht des Mädchenvierers**



Saison 2016: Ein Jahr mit vielen Zielen und einer knappen Entscheidung, die alles beendete. Jugend trainiert für Olympia in Berlin war unser größtes Ziel. Gemeinsam wollten wir im Vierer, mit Lisa (Schlag), Sophie (Vizeschlag), Carolin (Vizebug), Antonia (Bug) und Fritz als Steuermann, den Landesentscheid auf dem Maschsee gewinnen. Im Winter haben sich die Trainer (Philipp und Herr Sack) einen ersten Eindruck von unseren Leistungen durch einen Ergotest gemacht. Je-

doch war dieser noch nicht entscheidend, sondern auf dem Wasser haben wir Mannschaftskombinationen auch mit Jana ausprobiert. Danach wurde die oben genannte Mannschaft gebildet. Ab diesem Zeitpunkt übernahm Philipp unsere Vorbereitung für die Landesmeisterschaften, ein Ziel das wir alle hatten und gemeinsam erreichen wollten. Wie in jedem Boot, gab es auch bei uns Phasen, in denen es nicht so gut lief. Das haben wir dann manchmal mit heimlicher Musik im Boot behoben (Philipp hat uns aber schnell durchschaut ;) ). Als dann das entscheidende Wochenende bevorstand, waren wir alle sehr aufgeregt und hatten Angst, dass es dieses Mal nicht reichen könnte. Für Lisa, Sophie und Caro war es die letzte Möglichkeit, bei Jugend trainiert für Olympia teilzunehmen, da sie mit hoher Wahrscheinlichkeit nach diesem Schuljahr die Schule verlassen werden. Wir traten im Gig- und Rennvierer an, um möglichst hohe Chancen auf einen Sieg, oder auf zwei zweite Plätze (mit denselben Siegen), zu haben. Die ersten beiden Vorläufe waren wir gefahren, bei beiden hatten wir uns für das Finale qualifiziert. Zuerst kam das Finale des Rennvierers, fünf Boote gingen an den Start, darunter RVH, Osnabrück, Bramsche, Bismarck und Emden. An das Rennen kann ich (Caro) mich nicht mehr erinnern, es war ein einziger Rausch, ich weiß nur noch, dass wir durchs Ziel gefahren sind und das Zielsignal gehört haben, doch hatten wir auch

gewonnen? Aus unserem Boot wusste es keiner, Emden war parallel zu uns gewesen, doch welche Bugspitze war zuerst durchs Ziel gegangen? Wir hörten nur die Moderation von Owen, er kannte den Sieger auch nicht, es musste also das Zielfoto zur Auswertung herangezogen werden. Und dann kam das Ergebnis: Emden hatte gewonnen. 3:37.09 (Emden) zu 3:37.38 (RVH). Unser Traum war geplatzt. Wenn ich das gerade schreibe, frage ich mich wieder, hättest du nicht einen Schlag mehr ziehen können? Aber es ist vorbei, das Rennen kann nicht mehr rückgängig gemacht werden. Doch das Gigboot-Finale stand noch bevor, wenn wir das gewinnen würden, könnten wir doch noch nach Berlin. Jedoch war schon vorherzusehen, dass wir kaum noch Kraft hatten und so haben wir auch dieses Finale nicht gewonnen. Die Stimmung war am Tiefpunkt, wir würden nicht nach Berlin fahren. Jeder verarbeitet dieses Ergebnis auf eine andere Art und Weise. Doch auch dieses Ergebnis konnte unser Mannschaftsgefühl nicht brechen, die Saison hat aus uns fünf ein Team gemacht. Vielen Dank an alle, die uns in dieser Saison unterstützt haben und unser besonderer Dank gilt unserem Trainer Philipp.

*(Lisa Wende, Sophie Friedebold, Caro Albrecht, Antonia Froneck)*

## Sommerfest

Wir versuchen, uns jetzt nochmal daran zu erinnern, was wir auf dem Sommerfest alles so gemacht haben. Wenigstens wissen wir noch, dass das Sommerfest am Nachmittag des 13. August 2016 stattfand. Ist ja immerhin etwas. Naja und zuerst haben wir alle zusammen, nachdem wir dort angekommen sind und uns in die festliche Atmosphäre eingestimmt haben, am Buffet bedient. Dort gab es Kuchen, Salate Würstchen und noch vieles mehr. Ungefähr eine Stunde später begann dann das Rennen des Deutschen Ruder-Achters in Rio, was wir natürlich



geschaut haben. Leider hat die deutsche Mannschaft nur den Zweiten Platz belegt, was aber sehr spannend war, da die Niederlande eine sehr gute Aufholjagd gefahren sind. Aber eine Silber-Medaille bei den Olympischen Spielen ist ja auch richtig gut.

Außerdem fand an diesem Abend wieder eine Bootstaufe statt, diesmal aber vom RVB, die ihren Renn-Vierer auf den Namen Red-Shift taufen. Ne-

ben der Bootstaufe wurde auch das Jüngste RVH Mitglied begrüßt, welches ungefähr ein halbes Jahr alt ist. Anschließend fanden dann noch einige Spaßrennen statt, wo der RVH und RVB gegeneinander antraten. Am Ende sind dann einige noch zum Maschseefest gegangen, was auch sehr lustig war. Im Großen und Ganzen war es ein echt schöner und netter Abend, wo man zusammen sitzen konnte, essen und sich unterhalten konnte.

Mehr fällt uns jetzt nun wirklich nicht ein... aber das ist ja auch gar nicht so wenig.

*(Fritz und Fynn)*



## Herbstsprintregatta 2016

Am Samstag, den 24. September 2016 fand wie jedes Jahr die Herbstsprintregatta des RVH auf dem Maschsee statt. Dazu reisten viele Rudervereine aus teilweise sogar anderen Bundesländern zu uns nach Hannover, bei ei-



nigen waren wir uns nicht sicher, wo die überhaupt herkommen! Mittlerweile wissen wir aber, dass zum Beispiel der Zschornewitzer Ruderclub aus Sachsen-Anhalt kommt... Ebenfalls dabei waren Rudervereine aus Berlin, Cottbus, Hameln, Bückeberg, Aurich, Holzminden, Isernhagen, Nienburg, Wittenberg, Stolzenau und Weißenau. Der Bessel-Ruder-Club aus Minden gewann am Ende des Tages den



Gesamtpreis, sie führten mit ca. 130 Punkten Abstand auf die Zschornewitzer auf Platz 2.

Bei guter Laune und einigermaßen trockenem Wetter hatten die Organisatoren, also wir, viel zu tun, denn wer nicht beim Siegersteg oder als Läufer half, wurde als Cafeteria- bzw. Grilldienst eingeteilt. Durch das Verkaufen von Getränken und warmen sowie kalten Speisen hat der RVH wieder ein bisschen Geld in die Kasse bekommen, danke nochmal an alle freiwilligen Helfer, sowohl Eltern als auch Aktive bzw. Geschwisterkinder.

Mein Dank gilt auch Caro, Max, Lisa und Nadine, welche die Trainer tatkräftig bei den Rennbesprechungen unter-

stützten.

Da es allerdings schon Anfang November (und damit 1 ½ Monate nach dem wundervollen Ereignis) ist und ich den Artikel sehr kurzfristig schreiben sollte, fällt mir leider nicht mehr sonderlich viel zur eigentlichen Regatta ein. Etwas sehr Wichtiges weiß ich aber doch noch:

Wie so häufig haben wir im Großen und Ganzen wieder viele Siege ein-



gefahren und, was noch viel wichtiger ist, wir haben alle gute Leistungen gebracht, sodass am Ende sogar die Trainer mit einem zufriedenen Lächeln nach Hause gehen konnten.

*(Freya Glenewinkel)*



## Der neue Schülervorstand stellt sich vor

Am 28. September war es wieder so weit. Der Schülervorstand musste neu gewählt werden. Caro durfte das Amt der ersten Vorsitzenden leider nicht mehr weiterführen, da sie im Sommer die Schule mit dem Abitur verlassen wird. Nach einem ausführlichen Jahresbericht wurde der Vorstand entlastet und im Anschluss neu gewählt. An dieser Stelle möchte ich mich noch einmal ganz herzlich bei dem alten Vorstand für die gute Unterstützung im letzten Jahr bedanken! Mir als ehemaliger Bootswart hat es sehr viel Spaß mit euch gemacht. Caro, Mareike und Solanyi haben zumindest übergangsweise den Vorstand verlassen und ich habe nun für ein Jahr das Amt des 2. Vorsitzenden übernommen. Im Folgenden wird sich der neue Schülervorstand kurz vorstellen:



Ellen Engel (1. Vorsitzende)

Ich gehe in den 9. Jahrgang der Humboldtschule und bin 15 Jahre alt. Als ich

in der 6. Klasse die Ruder AG besuchte, war ich zwar etwas später dran als ein paar andere, wurde aber trotzdem schnell in den Verein integriert. Jedes Jahr trainierte ich etwas mehr, nahm an verschiedenen Trainingslagern teil und durfte zweimal zum Bundeswettbewerb fahren. Für das kommende Jahr freue ich mich darauf, mich als Schülervorsitzende in den Verein einbringen zu können.



Maximilian Krimm (2. Vorsitzender)

Ich gehe in den 11. Jahrgang der Humboldtschule und bin 16 Jahre alt. Seit ca. 10 Jahren spiele ich Rugby und Trompete. In der 5. Klasse habe ich angefangen, zweimal die Woche im RVH zu rudern. Einige Zeit lang stand bei mir das Rugbytraining viel mehr im Vordergrund, weshalb ich nicht früher angefangen habe, häufiger zu trainieren. Nun bin ich einer der Junioren aus Philipps Trainingsgruppe und kann fast alle Trainingseinheiten wahrnehmen. Ich habe immer wieder viel Spaß an den Trainingslagern in den Oster- und Pfingstferien sowie an der Wanderschaft im Sommer. An alle, die noch

nie dabei waren empfiehlt es sich sehr, mal mitzumachen. Für leistungsorientierte Ruderer gibt es viele Möglichkeiten, an bundesweiten Wettbewerben teilzunehmen. Die Stimmung in der Gruppe ist sehr angenehm, weshalb ich den Verein als 2. Schülervorsitzender unterstützen möchte. Später weitere Ämter zu übernehmen, kann ich mir in dieser gut funktionierenden Gemeinschaft vorstellen.



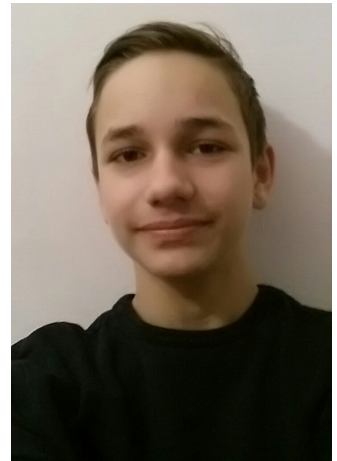
#### Freya Glenewinkel. (Regattawartin)

Ich bin 12 Jahre alt und gehe mittlerweile in die 7. Klasse der Humboldtschule. Eigentlich bin ich Schwimmerin und mache in meiner Freizeit Triathlon, doch als ich in der 5. Klasse von dem Ruderverein der Schule gehört habe, wusste ich bereits: Da muss ich hin!

Also fing ich in der AG bei Frau Lincke an und konnte mich seit dem nicht mehr von dem Sport abwenden. Ziemlich schnell bin ich dann auch in den Verein eingetreten, um an Regatten

und Trainingslagern teilzunehmen, denn ich habe hier nicht nur viele neue Freunde, sondern auch eine tolle Gemeinschaft gefunden.

Um mich in dieser wunderbaren, perfekt aufeinander eingespielten Gruppe besser einbringen zu können, möchte ich in diesem Jahr gerne den Schülervorstand und damit den RVH unterstützen. Ich bin gespannt, wie die Zusammenarbeit mit Ellen, Max und Fritz funktionieren wird, aber freuen tue ich mich auf jeden Fall darauf, und hoffe das ich meinen Posten und alle vorherigen Regattawarte gut vertreten kann...



#### Fritz Marcinczak (Bootswart)

Ich bin 15 Jahre alt und gehe auf der Humboldtschule in die 8. Klasse. Seit der 5. Klasse gehe ich zweimal in der Woche beim RVH zum Rudern. Nun freue ich mich, das Amt des Bootswartes von Max übernehmen zu dürfen. Allen, die noch nicht so lange dabei

sind möchte ich nochmal alle unsere Ruderfreizeiten empfehlen. Es ist immer sehr Spaßig und lustig.

### Winter-Ruderer-5-Kampf

In diesem Jahr wurde erstmals eine neue Veranstaltung in den RVH-Kalender aufgenommen. Die Idee dafür entstand bei einem Trainer-C-Ausbildungslehrgang. Für das Erlangen des Trainerscheins muss jeder Teilnehmer eine Veranstaltung planen, durchführen und reflektieren. Da das Wintertraining manchmal sehr eintönig ist und sich viele Kinder nicht zutrauen, bei den Ergowettkämpfen des DRC oder in Osnabrück teilzunehmen, wollte ich versuchen, die jüngsten Ruderer mit einem Mannschaftswettkampf zu motivieren und an Wettkämpfe heranzuführen. 40 Teilnehmer der Kinderjahrgänge 2003-2006 hatten sich angemeldet und starteten in 8 gemischten Mannschaften. Anfänger, Fortgeschrittene und bereits erfahrene Regattaruderer sowie Mädchen und Jungen wurden möglichst gleichmäßig auf die Mannschaften verteilt. Am 18.11.2016 trafen sich dann zunächst die Junioren, die als Helfer bei dieser Veranstaltung tatkräftig mitwirkten und entweder als Stations- oder Mannschaftsbetreuer die Aktiven motivierten und unterstützten. Anschließend trafen sich alle Teilnehmer in der Halle, wurden in 8 Mannschaften eingeteilt und starteten mit ihrem persönlichen Zeitplan in der

Hand in den Wettkampf, um die 5 Disziplinen zu absolvieren.

Beim Krökelturnier stellte sich die Mannschaft mit Nick G., Nick L., Tim



und Carl als die beste heraus. Bis auf ein Unentschieden konnte diese Mannschaft vier alle Spiele, meist sehr deutlich, gewinnen. Da die Veranstaltung in der Schule und nicht am Maschsee stattfand, man aber auf den Wassersport nicht verzichten wollte, wurde auf eine virtuelle Version ausgewichen. Beim Kanufahren auf der Wii waren Finja, Leon, Nils, Adrian und Florian die Schnellsten und holten die Disziplinwertung. Die restlichen drei Disziplinen waren deutlich sportlicher und wurden von daher in der kleinen Halle absolviert. 18 Körbe wurden von Teresa, Thies, Clara und Yomar innerhalb von 6 min mit dem Basketball getroffen. Mit nur einem Korb Vorsprung konnten die vier Ruderer diese Disziplin für sich entscheiden. Beim Unterarmstützwettbewerb wurde eine regelrechte Rekordjagd betrieben. Oskars Rekord aus dem letzten Winter wurde zunächst von Tim verbessert, anschließend steigerten



erst Freya und dann auch ihr Bruder Thies die Haltezeit weiter. Allerdings wurde diese Zeit noch einmal um eine sagenhafte knappe Minute verbessert. Der neue Rekordhalter ist Bennet mit unglaublichen 7:23 min. Die stabilste Mannschaft an dieser Station war die Mannschaft 6 mit Freya, Sean, Felix, Marei und Hannes. Wie zu erwarten war, wurden auch auf dem Ruderergometer Kämpfe um die schnellste Zeit bzw. um die meisten Meter ausgetragen. Mit nur 1m Unterschied landete Yannick nach 4 min Fahrzeit vor Lars. Bei den Mädchen ging diese Wertung an Finja. Die schnellste Mannschaft auf dem Ergo bildeten Carolina, Silko, Mattes, Timon und Hannah. In der Gesamtwertung konnten sich Lars, Anna, Justus, Ben und Luca mit drei 2. und zwei 3. Plätzen durchsetzen und dürfen sich somit nun Sieger des ers-

ten Winter-Ruder-5-Kampfs nennen. Auf Platz zwei landeten Freya, Sean, Felix, Marei und Hannes vor Sophie, Vicco, Oskar und Lena, die auch noch einen der begehrten Plätze auf dem Treppchen ergatterten.

Insgesamt ist die Veranstaltung bei allen Beteiligten gut angekommen. Es wurde sich gegenseitig unterstützt und angefeuert. Dazu kamen die üblichen Kabbeleien und Rangeleien. Viel Spaß und Freude war in den Gesichtern zu erkennen. Ein Kind meinte auch zu mir, dass es im nächsten Jahr auf jeden Fall wieder mitmachen möchte. Mal gucken, ob wir diese Veranstaltung in Zukunft in unseren RVH-Kalender mit aufnehmen.

*(Anke Lincke)*



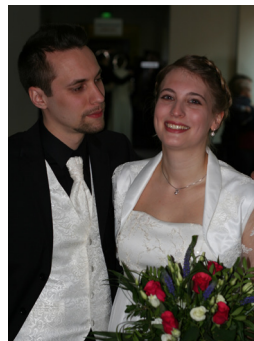
**DIE NEUEN / WIR GRATULIEREN!**

Die Rubrik „Die Neuen“ wird dieses Mal etwas weiter gefasst und um das „Wir Gratulieren!“ ergänzt.

Wir gratulieren nämlich den nächsten-beiden Hochzeitspaaren: Diana und Daniel haben am 24.11. in Leipzig Nä-gel mit Köpfen gemacht.



Lisa und Daniel haben schon am 02.04. in Han-nover vorgelegt. Und dann auch direkt nachgelegt: Finn wurde am 28.07. geboren.



Das konnten Lau-  
ra und Nils natürlich so nicht stehen lassen: Ida Marlene wurde am 21.11. geboren.

Ganz klar zwei zukünftige Top-Rude-  
rer, würde ich sagen. Alles Gute euch allen von der alten Tante Auslage!

**DERMINE DERMINE DERMINE!**

Und damit das so weitergeht, hier noch schnell alle Gelegenheiten, bis zum

Sommerfest 2017 andere RuderInnen kennenzulernen:

Januar	
21.	Ergocup DRC im ZfH

März	
03.	Basketballturnier des RVB
10.	Basketballturnier des RVH

April	
	Ruderfreizeit
08.-13.	Osterferien (Regattaruderer)

Mai	
25.-29.	Himmelfahrtslager in Kassel
29.	Schülerregatta in Kassel

Juni	
10.-11.	Landesentscheid J.u.M. in Hannover
11.-12.	Landesentscheid JtFO in Hannover
11.	Verbandsregatta in Hannover

August	
12.	Sommerfest

## Ein Letztes

Ist schon wieder spät geworden. Aber irgendwie kriegt man die Geschichte doch immer noch über die Bühne. Über mangelnde Artikelauswahl konnte ich mich mal wieder nicht beklagen, da hat sich der Schritt von drei auf zwei Ausgaben pro Jahr tatsächlich ausgezahlt. Besonders die Saisonberichte haben dieses Mal einiges an Futter gebracht und sind eine tolle Bereicherung für die Auslage.

Auch sonst haben wir wieder eine schöne Mischung an ArtikelschreiberInnen zusammenbekommen, die Zeiten, in denen die halbe Auslage von einzelnen Personen geschrieben wurde, scheinen wir hinter uns gelassen zu haben.

Ein großer Dank für das Einsammeln der Artikel geht dieses Mal an Max, der dafür gesorgt hat, dass viele sogar recht früh und die restlichen rechtzeitig eingetrudelt sind.

Die Oberleitung über das Team hat Sush wieder bravourös übernommen (machst du das eigentlich weiter?) und morgen versucht sich dann Yannic zum zweiten Mal an Drucker und Tacker.

Insofern also vielen Dank an alle Beteiligten, die es mir ermöglichen, dieses Heftchen hier in Berlin zusammenzubasteln, um es dann am Freitag in Hannover in den Händen zu halten. Ich freu mich schon auf die Mitgliederversammlung und hoffe, dass so viele wie möglich kommen. Dieses Jahr

werd ich sogar mal mit auf den Weihnachtsmarkt kommen! Ich wünsche euch allen eine ruhige Weihnachtszeit und einen guten Rutsch!

*Kilian*

### Impressum

Verantwortlich für Artikelauswahl und Zusammenstellung:

Kilian Allmann  
Sascha Meyer

Drucker, Toner und Papier:  
holistic-net GmbH

E-Mail:

[kilian.allmann@web.de](mailto:kilian.allmann@web.de)

Artikel bitte an:

[auslage@rvh-hannover.de](mailto:auslage@rvh-hannover.de)

Adresse:

RuderVerein Humboldtschule Hannover e.V.

Ricklinger Straße 95  
30449 Hannover

Web:

[www.rvh-hannover.de](http://www.rvh-hannover.de)

Bankverbindung:

Sparkasse Hannover

BLZ: 25050180

Kto.-Nr. : 900374462

Neu bei Berni: Neben Nudeln jetzt auch Lunten im handlichen 20er-Stapel. Und wenns mal nicht so läuft, beißt man eben ins Skull. Ästhetischer ist so ein paar BigBlades dann aber doch unangeknabbert.

Akrobatik wurde beim RVH immer schon groß geschrieben - heute mit der Disziplin „Synchroneinsteigen“. Klappt schon fast perfekt. Wer die Beine nicht so grazil synchronisiert bekommt, hängt sie halt einfach mal in den Maschsee.

Tja, und wer sich freiwillig ans Steuer eines Jtfo-Gewinnerbootes setzt, muss sich nicht wundern, wenn es nach dem Rennen eine ordentliche Flugeinlage gibt! Platsch...

