



Gemütlichkeit

Badespaß in der Spree und sonstiges Rumhängen auf
der Wanderfahrt in Berlin

Unschlagbarkeit

RVH feiert wieder große Erfolge bei BW und Jtfo

Großzügigkeit

Tolle Unterstützung für den RVH durch den Förderverein
der Humboldtschule

Berlin, 04.12.2018

Hallo liebe RVHler,

Jedes Jahr Anfang Dezember das gleiche Spiel: Die Einladung zur Mitgliederversammlung trudelt ein (zugegeben: Ich wusste es auch vorher schon) und in meinem inneren Terminkalender beginnt eine kurze Kettenreaktion, die in blanke Panik mündet: Eine Auslage? Jetzt? Wie? Um mich herum Leute, die schon so Sachen wie Weihnachtsgeschenke besorgt haben - keine Ahnung, wie die das machen. Aber ich schau mir auch einfach viel lieber an, was mein Lieblingsruderverein in dieser Saison und insbesondere seit dem Sommerfest so getrieben hat, und da war schon wieder einiges los. Zum Einstieg erstmal ein paar schnelle Zahlen aus der Kilometerstatistik:

Gesamt-RVH-Kilometer: 20.573

Das ist eine halbe Erdumrundung! Bzw. 343 Mal die Breite des Saarlandes! Bzw. 195.933 Fußballfelder (also der Länge nach, is klar, wa?! Ganz schön viel auf jeden Fall.

Die Kilometerfresser-Top-Drei sind:

1. Yannick Mauritz: 1.542 km
2. Felix Krimm: 1.445 km
3. Teresa Raschke: 1.175 km

Irgendwie nicht mit erfasst:

Der Setzer: 10 km

Da kommt ganz schön was zusammen, und gelohnt hat es sich auch. Schon wieder holt der RVH beeindruckende Erfolge bei BW (s. auch Sommer-Auslage) und JtfO! Und auch die Herbstregatten verliefen wieder sehr zur Zufriedenheit von SportlerInnen, wie auch TrainerInnen. Davon zeugen auch die Saisonberichte, die einen schönen Einblick geben, wie so eine Saison als Einer-, Zweier- oder (chaotische) Vierer-Mannschaft abläuft.

Auf Wanderfahrt war der RVH natürlich auch wieder, und sogar quasi bei mir vor der Haustür. Aber wie das so ist - ich habe mich natürlich lieber aufopferungsvoll um die Sommer-Auslage gekümmert, als mich in die Sommerfrische zu begeben. Soll aber schön gewesen sein.

Der Förderverein der Humboldtschule hat uns ein paar vorzeitige Weihnachtsgeschenke beschert und ein Schülerruderverein braucht natürlich auch einen Schülervorstand. Der wurde neu gewählt und stellt sich vor. Tja, und jetzt: Kekse essen und lesen!

Kilian

INHALT

<i>EDITORIAL</i>	1
<i>INHALT</i>	2
<i>RVH ON TOUR</i>	3
Wanderfahrt in Berlin	3
Landesmeisterschaft in Wolfsburg	7
RVS-Regatta	9
SRVN-Regatta	10
RVH/RVB-Regatta	11
Bundesentscheid Jugend trainiert für Olympia	11
DRJ-Lehrgang in Ratzeburg	13
LRVN-Langstreckentest in Hildesheim	17
<i>REGATTASTATISTIK</i>	19
<i>INSIDE RVH</i>	21
Sommerfest	21
Ja ist denn schon Weihnachten?	22
Schülvorstandswahlen	22
Der Schülvorstand stellt sich vor	23
<i>SAISONBERICHTE</i>	25
Vicco und Leonard	25
Oskar und Carl	26
Lisanne	26
Tom	28
Der Chaoten-Vierer	29
Der Tussenvierer	32
<i>DIE NEUEN</i>	33
<i>DERMINE DERMINE DERMINE!</i>	33
<i>EIN LETZTES</i>	34
<i>BERNIS NUDELBRETT</i>	35

Wanderfahrt in Berlin vom 02. - 07.08.2018

Donnerstag - Anreise

Es war endlich soweit!

In der letzten Ferienwoche, am 02.08.2018, machten sich die Kinder ab dem Jahrgang 2004, die Junioren und auch Ehemalige des RVHs nach Berlin zur Wanderfahrt auf. Treffpunkt war unter dem Schwanz. Es war aber überraschend, dass alle überpünktlich da waren und wir so noch relativ viel Zeit hatten, bis unser Zug kam.

Die einen gingen sich also noch etwas zu essen oder die zu Hause vergessenen Sachen holen, die anderen blieben am Treffpunkt, um sich über die Ferien auszutauschen oder schon mal Wünsche für die kommenden Tage zu äußern. Nachdem alle Erledigungen getätigt waren, gingen wir zum Gleis, an dem wir uns ein weiteres Mal niederlassen durften. Wie Ruderer halt sind, gab es natürlich viel Musik und auch der ein oder andere hässliche Sticker schmückt jetzt die Galerie bei Snapchat. Als wir dann irgendwann auch in den Zug einsteigen konnten, war bei manchen das Entsetzen groß, denn unsere reservierten Plätze waren schon besetzt. Aber auch dieses Problem wurde dann irgendwann behoben und wir konnten uns hinsetzen. Während bei den Jungs als Musik eher Party und Malle gewählt wurde, haben die Junioren-Mädels ihre Depri-Musik

ausgetauscht und gespielt. Nichtsdestotrotz kamen alle gut gelaunt nach ein paar Mal Umsteigen am Bootshaus, welches uns freundlicherweise die paar Tage aufgenommen hatte, an. Der Empfang war eher nicht so freundlich, denn wir standen vor einem verschlossenen Zaun. Manche der Ruderer wollten einfach drüber springen, aber durch einen schmerzhaften Vorfall am vorherigen Tag (Grüße gehen raus an Philipps Tasche) konnte ich darauf gerne verzichten und war deshalb ganz froh, als uns der Bootswart rein ließ. Nächster Punkt war dann die Zimmeraufteilung. Es gab ein großes Zimmer



oben und ein kleines für 5 Personen unten. Da wir genau 5 Junioren Mädchen waren, haben wir beschlossen, dass wir runter gehen. Als dies dann geregelt war, ging es dann ans Abladen und Aufriggern der Boote. Kurz darauf ging es dann mit einem Zweier und vier Vierern aufs Wasser, um ein bisschen die Gegend zu erkunden. Es war eine insgesamt 14-km-Tour mit kleiner Badepause. Zum Abend hin wurde es dann auch ruhiger und wir trafen uns zum Abendessen und klei-

ner Besprechung unten und rundeten den Tag dann auch mit einem netten Beisammensein ab.

(Saskia Oertling)

Freitag - die Salzstangenfrage

Am zweiten Tag der Wanderfahrt mussten wir schon früh aufstehen, da die Zimmer gereinigt werden mussten und weil wir eine ganz schön lange Etappe vor uns hatten (also ungefähr 30 km). Nach dem Frühstück wurden erstmal die Boote ausgelastet und dann ging es auch schon los.



Nach ca. 15 km rudern und einer etwas längeren Badepause haben wir dann bei einem Bootshaus kurz gehalten, um Mittag zu essen und uns ein wenig auszuruhen. Es gab zwar nur, was man sich vom Frühstück mitgenommen hat, aber geschmeckt hat es trotzdem. Nach der Pause ging es auch schon wieder über den Großen Müggelsee (auch mit einer Badepause) und entlang der Regattastrecke zurück zu unserer Unterkunft.

Und dort gab es dann auch nach nicht so langer Zeit ein leckeres Abendessen. Nach dem Essen haben wir alle noch ein Spiel von Caro gespielt. In dem Spiel wurden wir in Gruppen eingeteilt und mussten darauf die anderen Gruppenmitglieder und uns selbst in den verschiedensten Fragen einschätzen. Eine war zum Beispiel wie viele Salzstangen in den Mund passen (also 40 passen schon in Björns Mund). Es war ein sehr lustiges Spiel aber leider auch schon das Ende des Tages.

(Tom Czorny)

Samstag - in der Großen Stadt

Am Samstag, dem dritten Tag der Wanderfahrt, sind wir früh morgens mit der Bahn in die Stadt gefahren. Als erstes besuchten wir da einen Bunker aus dem zweiten Weltkrieg, in dem wir viel über die Menschen, die in der Zeit gelebt haben und über den Krieg lernten.



Nach dem Verlassen des Bunkers sind wir dann alle zusammen zum Brandenburger Tor gefahren und haben da ein Gruppenfoto gemacht. Danach teilten

wir uns in zwei Gruppen auf. Die eine Gruppe ging etwas essen, die andere hatte das Ziel KDW und das 360-Grad-Panorama-Haus, das Berlin vor dem Fall der Mauer zeigt. Nachdem beide Gruppen ihre Pläne verfolgt hatten, trafen wir uns vor dem Brandenburger Tor wieder (das die Gruppe, in der ich war, nur über Umwege erreichte). Als wir uns wieder getroffen hatten, beschlossen wir, den Rückweg zum Bootshaus anzutreten und dort einen ereignisreichen Tag nach dem Abendessen ausklingen zu lassen

(Lars Pieper)

Sonntag - Pokémon Go à la RVH

Für den Sonntag hatten wir uns etwas Besonderes ausgedacht. Die Tages-

etappe sollte in zwei Gruppen absolviert werden. Die eine Hälfte rudert die 20km in Richtung Berlin-Innenstadt und die andere wieder hinaus. Soweit der Plan. Es wusste jedoch keiner so recht, wo es Möglichkeiten zum Wechseln gibt. So wurde die zweite Gruppenhälfte zu Pokémon Go Spielern, indem sie die anderen in ihren Booten gesucht haben. Björn (erste Gruppe) hat an Caro (zweite Gruppe) via Google Maps seinen Livestandort geschickt. Die zweite Gruppe ist dann in die S-Bahn gestiegen und dem Standort gefolgt. Gefunden haben sich dann beide Gruppen am Treptower Park, dort wurde mit ein bisschen Akrobatikarbeit getauscht. Einige Teilnehmer sind auch beide Etappen gefahren, damit kein Boot unterbesetzt fahren musste. Als alle wieder, ein bisschen kaputt, am



Verein angekommen sind, hat Yannic mit ein paar Freiwilligen Curry gekocht. Wir haben den Abend mit zwei Filmen ausklingen lassen. Zuerst wurde „Who am I“ dann „The Philosophers - Wer überlebt?“ geschaut. Beim zweiten Film entstand dann auch der Insider „Ich bin Hebamme, ich sehe das“.

(Carolin Albrecht)

Montag - Jagd nach Mr. X

Nachdem wir um 9 Uhr mit einem ausgiebigen Frühstück in den Tag gestartet sind, gingen wir um kurz nach 10 Uhr aufs Wasser. Im Gegensatz zu den vorherigen Tagen nahmen wir uns für heute eine eher kürzere Strecke vor. Da schönes Wetter war legten wir viele Pausen ein, in welchen wir meis-



tens kurzerhand ins Wasser sprangen, um uns abzukühlen. Da es die letzte Strecke war und wir am nächsten Tag abreisen würden, genossen wir alle noch die letzten 20 Kilometer, welche noch zu absolvieren waren. Nachdem wir alle angelegt hatten und noch ein bisschen gegessen hatten, starteten

wir ein Spiel. Es nennt sich Mr. X oder auch Scotland Yard, es war aber nicht die Spielbrett-Version, sondern so dass jeder auf dem Handy den Standpunkt der Mitspieler auf einer Karte sehen konnte und der Standpunkt von Mr. X wurde in gewissen Zeitabschnitten sichtbar. Wir teilten uns also in Gruppen auf und fingen an den Mr. X zu suchen. Mr. X versucht sich solange zu verstecken bzw. vor den suchenden Gruppen wegzulaufen, bis die Spielzeit um ist. Nach einigen gelaufenen Kilometern und gespielten Runden, aßen wir alle zusammen Würstchen, Fleisch und diverse Salate. Den Abend beendeten wir mit einem Film.

(Teresa Raschke)

Dienstag - Abreise

Abreise:

Schließlich war der letzte Tag da. Die einen fanden es sehr schade, andere aber freuten sich nach den anstrengenden Tagen auch mal wieder auf Zuhause. An diesem Tag konnten wir alle ein wenig länger schlafen, da wir nicht nochmal aufs Wasser gingen. Trotzdem hieß es für Caro und mich, früher als alle anderen aufzustehen, da ich ihr dabei half, die letzten Erledigungen mit dem Auto zu machen. Das führte aber dazu, dass ich jetzt kein gern gesehener Gast mehr beim REWE in Grünau bin. Denn der REWE-Mitarbeiter musste nicht nur einmal den Pfandflaschenautomaten aus-

leeren, während er versuchte mich mit seinem Killerblick (aka willst du mich verarschen-Blick) zu töten. Pünktlich zum Frühstück waren wir dann wieder da und Caro nutzte die Gelegenheit des Beisammenseins, um den Plan für den Tag zu besprechen. Die nächsten Schritte waren dann: Sachen packen, Zimmer aufräumen, Boote abriggern und die letzten Sachen sortieren. Danach hieß es Abschied zu nehmen, von den Leuten die mit dem Bootstransport nach Hannover fuhren. Der Abschied fiel aber nicht so groß aus, da wir uns ja schon am nächsten Tag zum Abladen der Boote wiedersehen würden. Dann ging es mit den restlichen RVHlern zum Bahnhof, wo wir uns in drei Gruppen aufteilten, damit eine immer bei dem Gepäck blieb. Meine Gruppe war in verschiedenen Essensläden und bei Rossmann, wo schon Pläne für den nächsten Einkauf in Hannover gemacht wurden. Am Gleis angekommen hatten wir schon den Verdacht, dass es wieder irgendwelche Probleme mit der DB geben würde. Dieser Verdacht wurde dann bestätigt, da wir unter anderem durch eine Sperrung unsere Sitzplätze nicht beziehen konnten. Als wäre das nicht schlimm genug, gab es auch noch technische Schwierigkeiten und wir mussten für 45 Minuten anhalten. Als wir weiter fuhren dachten wir, dass wir jetzt ohne Probleme nach Hause kommen würden. Leider falsch gedacht. Der nächste Halt und eine Durchsage die uns darüber informierte, dass es einen Suizidgefährdeten

auf den Gleisen gäbe, hinderten uns daran weiter zu fahren. Wir wurden darum gebeten, Geduld zu haben, aber das Wort Geduld kannten die Ruderer zu diesem Zeitpunkt nicht mehr und so entstand dann unser Insider „Wenn die Deutsche Bahn so weiter macht, gibt es gleich zwei Suizidgefährdete!“ zustande. Doch wir erreichten nach einer Stunde Verspätung auch noch unser Ziel und wir konnten alle erschöpft nach Hause fahren.

(Saskia Oertling)



Landesmeisterschaft in Wolfsburg

Nachdem sich alle superpünktlich morgens am 25. August beim DRC getroffen und ein paar letzte Dinge am Hänger fertig gemacht hatten, ging es im Nu nach Wolfsburg. Als die Boote aufgeriggert waren, sind dann auch schon die ersten Rennen gestartet. Bei der 400 Meter Strecke sind Felix

und Yannick im Vorlauf sowie Finale Erste geworden, Lars im Vorlauf 3. und im Finale 6. Caro und Helena sind im Vorlauf als Erste ins Ziel gerudert, im Finale dann als 4. Insgesamt war es ein guter Regattatag, später unglücklicherweise wie auch am Folgetag etwas windig. Am Samstagnachmittag sind einige noch ein bisschen in die Wolfsburger Outlets gestieft, bei Lindt wurde wohl am meisten Geld gelassen. Aufgrund von Missverständnissen durften die Outletgänger dann noch einen wunderschönen Spaziergang zur Unterkunft machen. Nach einem leckeren Abendessen, für das unterschiedliche Lokale aufgesucht wurden, sind dann alle erschöpft und zufrieden auf ihren Isomatten in der Turnhalle eingeschlummert.

(Helena Kreysler)



Am Sonntag sind wir RVHler so aufgestanden, dass Yannick und Felix noch genug Zeit bis zu ihrem Rennen hatten. Das war auch nötig, denn als wir den Parkplatz der Turnhalle verlassen wollten, standen wir vor geschlossene



nen Türen. Zum Glück dauerte es nicht allzu lange bis uns der Hausmeister aufgeschlossen hat. An diesem Tag wurden die 1000m bestritten. Im Landesmeisterschaftsrennen Junioren-Zweier B belegten Yannick und Felix im Finale einen guten vierten Platz, in einer Zeit von 04:07.96. Lars gewann sein Rennen Junioren-Einer B in 04:24.69. Helena und ich konnten uns in unserem Feld leider nicht durchsetzen. Das Rennen wird nicht im Regattaergebnis aufgeführt, deswegen gibt



es keine Zeitangabe. Yannick und Felix sind noch mit zwei DRClern gestartet. Mit der Steuerfrau Johanna und den Ruderern Imran und Piet konnten sich die beiden, in 03:30.83, den Landesmeistertitel sichern. Als auch der

RVS und der DRC ihre letzten Rennen absolviert hatten, wurde der Hänger beladen und die Rückreise angetreten. Da wir nur mit drei Booten gereist sind, verlief das Abladen problemlos und schnell. Vielen Dank an Philipp für die Organisation.

(Carolin Albrecht)

RVS-Regatta

An einem sonnigen Samstag, den 08.09.2018, fand die RVS Regatta am Maschsee statt. Auf dieser traditionellen Regatta wurden wieder mal viele neue Zusammensetzungen ausprobiert, aber auch die gewohnten Besatzungen gefahren. Viele der neueren Mitglieder des RVH, sowie auch die äl-



teren Junioren, fuhren eine Menge erfolgreiche Rennen, trotz des ebenfalls wieder gekommenen Konkurrenten „Carolinum“. Das letzte Rennen des Tages war der Mixed-Gig-Doppelachter, in dem der RVH ebenfalls mit einer Mannschaft von fast allen BWlern



an den Start fuhr. Dieses spannende Rennen konnte der Achter dann auch für sich entscheiden und so erstmalig einen Sieg für den Verein in dieser Bootsklasse für sich errudern. Insgesamt entschied der RVH 16 Rennen für sich, was uns alle sehr erfreut hat.

(Lisanne Wehde)



SRVN-Regatta

Direkt im Anschluss an die RVS Regatta fand am 09.09.2018, einem Sonntag, die SRVN-Regatta statt. Der Tag zeigte sich ebenfalls von seiner besten Seite, was sich allerdings auch als negativ beim Boote Einsetzen und Herausnehmen, sowie An- und Ablegen herausstellte. Dies sollte aber nicht weiter stören und es wurden trotzdem wieder viele verschiedene Rennen gefahren. Sowohl im Rennboot als auch im Gigboot errangen wir viele Siege, wie auch zweite Plätze, sodass wir mit nur einem Punkt Abstand den insgesamt 3. Platz in der Gesamtwertung erruderten. Ebenfalls an diesem Tag fuhr der RVH auch ein Mixed-Gig-Doppelachter-Rennen, wieder mit einer Besetzung der meisten BWler und ge-



wann dies auch, nachdem das Ratsgymnasium Osnabrück disqualifiziert wurde, da ein männliches Besatzungsmitglied zu viel im Boot saß. Dies war dann auch ein erfolgreicher Abschluss der Regatta und führte zum 16. Punkt der Siege dieses Tages.

(Lisanne Wehde)



RVH / RVB Regatta

Am 22. und 23. September fand die alljährliche RVH- und RVB-Regatta statt. Die Regatta des RVH startete bereits früh mit den Vorbereitungen, bei denen alle ordentlich mithalfen. Das Wetter



war eher durchwachsen, weshalb sich alle in die Räumlichkeiten begaben. Es gab wie jedes Jahr wieder ein leckeres Buffet, sowohl draußen, als auch drinnen. Natürlich wurden auch wieder



viele Medaillen gesammelt und gerade die neueren RVHler konnten den Regattaalltag kennenlernen, mit allem was dazu gehört.

Am nächsten Tag erschienen alle dem Wetter entsprechend: Regendicht ge-

kleidet und müde. Trotz der Kälte waren alle gut gelaunt und fuhren wieder einige Siege ein. Beim Gruppenkuscheln in der Bootshalle wurde sich für die anstehenden Rennen aufgewärmt, während andere die warmen Plätze nutzten, um fehlenden Schlaf nachzuholen. Am Ende des Regatta-wochenendes konnte wieder viel Geld für die Vereinskasse eingenommen werden, welches für die Anschaffung von neuem Bootsmaterial und andere anstehende Zahlungen genutzt werden kann.

(Charlotte Wende)

Jugend trainiert für Olympia Bundesentscheid in Berlin

Gemeinsam mit Frau Lincke ging es am Sonntag, den 23.09.2018, mit dem Zug nach Berlin. Nach einer langen Fahrt kamen wir endlich im A&O Hostel an und bezogen unsere Zimmer. Unsere Trainingseinheit am Montagmorgen war vor allem von kalten Temperaturen, starkem Wind und hohen, (tsunamiartigen) Wellen geprägt. Wieder im Hostel angekommen, beratschlagten wir über die Pläne für die kommenden Stunden, während Herr Sack genüsslich ein Nickerchen in der Sonne hielt. Nach einem Eis machten wir uns auf den Weg zum Länderempfang.

Den Dienstagvormittag verbrachten wir an der Regattastrecke, wo die Vorläufe stattfanden. Bevor wir am Nachmittag ins Madame Tussauds gingen, erreichte uns die Nachricht, dass aufgrund eines Fehlers im Hoffnungslauf die Vorläufe anstelle des Halbfinals wiederholt werden mussten. Dies sorgte bei uns jedoch nur für ein wenig Aufregung, verursachte aber keine großen Komplikationen. Der Tag endete mit vielen lustigen Fotos und Herr Sack traf sogar auf sein Idol - Meister Yoda!

Nun war der finale Tag gekommen. Nachdem wir uns am Vormittag für das A-Finale qualifizierten, stieg die Aufregung und so langsam wurde es ernst. Im Sackmobil bereiteten wir uns mental mit Musik und Essen auf das bevorstehende Rennen vor. Mit reichlich Motivation gingen wir schließlich aufs

Wasser. Die Renntaktik ging vollkommen auf und so konnten wir dieses Rennen souverän nach Hause fahren. Die Freude war bei uns und den Trainern riesig. Bei der Abschlussfeier am Abend hatte Nils seinen großen Auftritt und repräsentierte uns in der Max-Schmeling-Halle.



Am nächsten Tag traten wir die Rückreise nach Hannover an.

Nach den Herbstferien fand der JuM-Lehrgang in Ratzeburg statt. Genau-



res zum Lehrgang könnt ihr in einem Extra-Bericht nachlesen.

Da wir nun in den Juniorenbereich wechseln und unter die Fittiche von Philipp kommen, möchten wir uns noch einmal ganz herzlich vor allem bei Herrn Sack und Frau Lincke bedanken, die uns die letzten Jahre trainiert, unterstützt und an uns geglaubt haben. Ohne euch hätten wir lang nicht so viel erlebt, hätten nicht so viel Spaß an der Sache gehabt und wären nicht so erfolgreich gewesen. Auch danken wir allen die uns ebenfalls unterstützt und mitgefiebert haben. (Auch ein Dankeschön geht an alle die, die bis hierher gelesen haben.)

(Tussenvierer)

DRJ-Lehrgang Ratzeburg

Sonntag, 14.10.2018

Am Sonntag fuhren wir Tussen mit dem Zug um 10:40 los, in Richtung Celle, wo wir umgestiegen sind. Dann sind wir von Celle aus nach Lüneburg gefahren, wo wir nochmal umgestiegen sind. Dort haben wir, während wir auf unseren Zug gewartet haben, andere Ruderer getroffen, die auch nach Ratzeburg gefahren sind. Als wir in Ratzeburg angekommen sind, haben schon 2 Leute von der Deutschen Ruderjugend auf uns gewartet. Als dann schließlich alle da waren, haben wir um 14 Uhr Kuchen gegessen und Kakao getrunken. Danach wurden wir in



Gruppen aufgeteilt und eine Rallye durch Ratzeburg gemacht, wo wir Aufgaben machen und Fragen beantworten mussten. Nachdem die Rallye vorbei war, haben wir zu Abend gegessen und Kennenlernspiele gespielt.

(Anna Schiefer)

Montag, 15.10.2018

Nachdem wir am Montag gefrühstückt haben, hat Nils Meyer einen Vortrag über Rudertechnik gehalten. Nils Meyer ist ein Bundestrainer im DRV. Während des Vortrags hat uns Nils Meyer die Theoretiker aus Hannover genannt, weil wir immer Theorien über die Technik aufgestellt haben. Danach wurden wir in 2 Gruppen eingeteilt. Die eine ist aufs Wasser gegangen, während der anderen Gruppen das Umsetzen mit einer Langhantel erklärt wurde. Dann haben die Gruppen getauscht, als wir mit dem Mittagessen fertig waren. Am Abend sind alle die wollten noch in die Halle gegangen und haben Spiele gespielt.

(Anna Schiefer)

Dienstag, 16.10.2018

Der Tag startete wie immer um 8 Uhr mit dem Frühstück. Danach ging es in den Hörsaal, wo uns Nils Meyer das Riemen erklärte, von dem wir Theoretiker aus Hannover keine Ahnung hatten. Die erste Einheit saßen wir je-

doch in verschiedenen Doppelvierern, während Nils seiner Berufung folgte und einen Achter steuerte. Nach dem Mittagessen stiegen Anna und Freya jeweils in die Achter und Teresa und ich in die Zweier ohne, um das Riemen zu erlernen. Die anschließende Videoauswertung verlief für uns alle gut, da wir positives Feedback von den Teamern bekamen. Als Abendprogramm ging es in die Turnhalle, wo wir Hannoveraner uns beim Zombieball gegen das inoffizielle Team aus Hamburg, Berlin und Hamm behaupten konnten. Am Ende des Tages gingen wir alle müde ins Bett um für den nächsten Tag fit zu sein.

(Finja Bleyl)

Mittwoch, 17.10.2018

Der Tag begann wie immer um 8 Uhr mit dem Frühstück. Danach gingen wir in zwei unterschiedlichen Doppelvierern und einem Doppelzweier aufs Wasser. Als wir ablegten, war die Sicht durch relativ starken Nebel begrenzt, was uns jedoch nicht daran hindert hat, abzulegen und zu trainieren. Pünktlich zum Mittagessen legten wir wieder an. Nach dem Mittagessen absolvierten wir einen Workshop zum Thema Kinderschutz. Danach beschäftigten wir uns alle - die einen mit Musik, die anderen mit einer kurzen Einheit auf dem Ergo. Wie jeden Tag aßen wir um 18:30 Uhr Abendessen. Nach dem Essen bekamen wir in der

Turnhalle die T-Shirts vom Lehrgang und machten gleich ein paar Fotos. Mit ein paar Aufwärmübungen und Staffelläufen beendeten wir die Einheit und den Tag.

(Teresa Raschke)

Donnerstag, 18.10.2018

Nach dem Frühstück begann dann wieder das Training, für den Großteil von uns im Mixed-Achter. Der Rest begab sich in einen „ultra-interessanten“ Vortrag über allgemeines Doping im Sport, und nach dem Mittagessen wurden die Gruppen getauscht. Leider hatte einer unserer Betreuer einen Unfall, deshalb mussten wir den Zeitplan einmal außen vor lassen und warten, bis der Krankenwagen ihn ins Krankenhaus gebracht hat. Aufgrund

dieser besonderen Vorkommnisse hat sich einiges geändert und wir machten viele Pausen, da es doch ein ziemlicher Schock für uns alle war. Dennoch wurden wir nach dem Abendessen von den restlichen Trainern in der Turnhalle mit Spielen vergnügt. Am gleichen Abend reisten noch 2 neue Betreuer an, als Ersatz für den ausgefallenen Trainer und eine, die am nächsten Tag abreisen sollte.

(Freya Glenewinkel)

Freitag, 19.10.2018

Der Freitag begann wie immer mit Frühstück, und dem Abschlussrudern sowie anschließendem Abriggern und Aufladen der Boote. Nach der Mittagspause startete der (laut Betreuer) Höhepunkt der Woche: Die theoretische



Prüfung des Rudersportfertigkeitss- abzeichens (RSFA). Wir hatten also 1 Stunde Zeit, um das silberne (bzw. für Nils: das bronzene) Abzeichen zu bewältigen. Nachdem dies geschafft war, hatten wir Freizeit, die mit einem Gang zu Edeka genutzt wurde. Im Anschluss an das Abendessen hieß es wieder Hallensport, zwischendurch kam der Anruf, dass 2 von den Athleten in die Nachprüfung müssen... Zum Glück niemand von uns Tussen. Damit endete der Tag dann auch schon, und wir freuten uns auf den nachfolgenden Tag, den wir in Lübeck verbrachten.

(Freya Glenewinkel)

Samstag, 20.10.2018

So langsam häufte sich aufgrund der nächtlichen Aktivitäten die Zahl der Verschlafenden. Trotzdem konnten wir pünktlich Richtung Lübeck aufbrechen wo wir dann nach ca. 1 Std. beim Wheelsocket (Fußball im Rollstuhl) ankamen. Die Regeln wurden uns kurz erklärt (euch hier aus platzsparenden Gründen nicht), und schon ging es los. Nach einiger Zeit voller Spaß und Lachen kam dann auch jeder mehr oder weniger gut mit dem Rollstuhl zurecht. Trotzdem war man am Ende durchaus froh auch wieder aufstehen zu können und darum großen Respekt vor den Leuten, die damit ihren ganzen Alltag bestreiten. Danach fuhren wir zum Schwarzlichtminigolf, wo es noch etwas zu essen gab. Eigentlich hat es

sehr viel Spaß gemacht, wir hatten allerdings alle riesigen Hunger. Am Ende kauften sich dann noch manche ein Eis, um die Fahrt zu meistern. Nachdem es dann um 20:00 Essen gab, haben manche von uns noch ein paar Spiele gespielt und sind dann ins Bett gegangen. Natürlich ahnten die Betreuer, dass wir nicht schlafen würden, und so beschlossen sie, um 0:30 Uhr eine 8km-lange Nachtwanderung um den Kückensee zu machen, wonach die Mehrheit erschöpft schlafen ging.

(Nils Köhn)

Sonntag, 21.10.2018

Alle trafen mehr oder weniger pünktlich am Frühstückstisch ein und ließen es sich nochmal schmecken. Anschließend ging es in den Hörsaal und alle bis auf einen bekamen das Ruderabzeichen verliehen. Die letzten Stunden bevor wir alle nach Hause fuhren, verbrachten wir mit Quatschen und auch ein wenig Trauer, da es nun Abschied nehmen hieß. Wir fuhren zusammen mit einer Sportlerin aus Hamm zurück nach Hannover.

Alles in allem war es ein klasse Lehrgang mit echt tollen Leuten und ich glaube jeder hat etwas dazu gelernt und neue Leute kennengelernt, die man hoffentlich auf irgendwelchen Regatten wieder trifft.

(Nils Köhn)

LRVN Langstreckentest in Hildesheim

Am 10.11.2018 hieß es um 07:30 Uhr Abfahrt bei Philipp für die Tussen, Felix und meine Wenigkeit (Yannick). Um 07:45 Uhr dann für Tom am Maschsee, wo wir dann noch den Bootshänger abholen mussten. Als der Hänger dann am Auto war ging es nach Hildesheim zum 6 km Langstreckentest. Als wir vor Ort angekommen waren, kam Lisanne dazu und wir haben den Hänger abgeladen und die Boote aufgeriggert. Als wir damit fertig waren, haben wir noch ein bisschen gehillt, bis Tom und ich uns fertig machen mussten. Als wir uns fertig gemacht hatten, hat Philipp noch einmal mit allen gesprochen und dann sind Tom und ich im Einer auch schon aufs Wasser gegangen, um zum Start der 6 km zu fahren. Als wir erschöpft im Ziel angekommen waren musste Felix losfahren zu seinem Start. Nach und nach ist dann auch Lisanne zum Start gefahren und auch die Tussen haben sich fertig gemacht und sind in ihren Zweiern aufs Wasser gegangen. Während die anderen zum Start ihres Rennens gefahren sind, haben Tom und ich unsere Boote schon einmal abgeriggert. Als wir damit dann fertig waren, waren auch schon alle ins Ziel gekommen. Dann hieß es für mich auf zum Stabilisationstraining im Krafraum des Hildesheimer Ruderclubs, dies war der Anfang des Lehrgangs nach der Langstrecke. In der Zwischenzeit sind Fin-



ja, Tom und Felix mit Nadine und Frau Lincke, die als Betreuer dabei waren, nach Hause gefahren. Als ich dann fertig war, haben mich die Mädchen abgelöst und sie waren an der Reihe. Als dann alle fertig waren, haben wir mit allen Lehrgangsteilnehmern zusammen zu Abend gegessen. Nach dem Essen gab es dann noch einen Vortrag, den wir uns anhören mussten. Nachdem der Vortrag zu Ende war, sind alle todmüde auf ihre Isomatten gefallen und haben auch schnell geschlafen. Am nächsten Morgen mussten wir dann um kurz nach 6 Uhr wieder aufstehen und haben zusammen gefrühstückt. Nach dem Frühstück hieß es dann warme Sachen anziehen und ab aufs Wasser. Alle sind in irgendwelchen neuen Besetzungen Vierer gefahren, eine Einheit am Morgen und nach dem Mittag, wo es Lasagne gab, dann noch eine zweite. Die Einheiten waren zu Ende und wir haben die Boote abgeriggert und alles aufgeladen. Nun konnte es wieder nach Hause gehen. Wir waren alle froh, als wir dann wieder in unseren Betten lagen und schlafen konnten.

(Yannick Mauritz)



Platz	Name	1. Plätze	2. Plätze	3. Plätze	Weitere
1.	Finja Bleyl	19	1		
2.	Teresa Raschke	18	1	1	
3.	Anna Schiefer	17	2	1	
4.	Freya Glenewinkel	17	2	1	
5.	Lisanne Wehde	13	3	2	1
6.	Mattes Bachmann	12	2	2	2
7.	Lenny Holley	11	2	2	4
8.	Carl Marcinczak	9	5	1	2
9.	Thies Glenewinkel	9	3	2	2
10.	Tom Czorny	7	5	4	3
11.	Lena Köhn	7	5	2	1
12.	Sean Schablack	7	3	3	4
13.	Per Czorny	7	2	1	1
14.	Yannick Mauritz	6	1	2	
15.	Felix Krimm	5	2	2	1
16.	Hanna Scherenberg	4	8	1	
17.	Hannah Matthiesen	4	4	2	4
18.	Marie Klar	4	3		4
19.	Oskar Krimm	4	2	3	3
20.	Clara Zielke	3	3	3	2
21.	Fabio Hagin	3	1	2	4
22.	Lars Pieper	2	5	1	
23.	Mareike Sack	2	5		1
24.	Carolin Albrecht	2	3		1
25.	Vicco Engel	2	2	3	1
26.	Justus Jahnke	2	2	1	3
27.	Nora Mo Meyer	2		1	1
28.	Antonia Froneck	2			
29.	Franz Reitzler	2			
30.	Aaron Wehde	1	3	2	
31.	Lisa Wende	1	3	1	

Platz	Name	1. Plätze	2. Plätze	3. Plätze	Weitere
32.	Fynn Moldenhauer	1	2		
33.	Fritz Marcinczak	1	1	1	1
34.	Maximilian Krimm	1	1	1	
35.	Ben Waßmus	1	1	1	
36.	Luis Parralejo-Lovrić	1		3	5
37.	Nils Köhn	1		2	4
38.	Timon Jamm	1		2	4
39.	Mats Wilde	1		1	3
40.	Ellen Engel		5		1
41.	Julian Lanz		2	4	3
42.	Hendrik Schweingel		2	3	3
43.	Helena Weiß		2		1
44.	Sophie Klaus		2		
45.	Hannes Pieper		1	4	
46.	Jan Trupp		1	2	
47.	Benjamin Gas		1	1	1
48.	Nele Mauritz		1	1	
49.	Samuel Neumann Catalán		1	1	
50.	Charlotte Wende		1		3
51.	Monika Bachmann		1		
52.	Stefan Mauritz		1		
53.	Michael Schablack		1		
54.	Jens Schiefer		1		
55.	Lennart Rudolph			2	2
56.	Florian Rendle			2	
57.	Björn Gerß			1	
58.	Adrian Makiela			1	
59.	Gregor Schneemann				4
60.	Noel Bartels Martinez				2
61.	Saskia Oertling				1
62.	Helena Kreysler				1

Das Sommerfest ...

... begann, wie immer, irgendwann nachmittags mit der Begrüßung durch den jeweiligen Vorstand von RVB, RVS und uns (dem RVH). Natürlich fanden wir RVHler die Rede von Herrn Sack und Frau Lincke mit Abstand am besten, aber so sind wir nun mal. Als dann ein wenig Ruhe eingekehrt war (es lag wohl daran, dass viele schon mit Essen, dieses Jahr herzhafte vom RVB und Kuchen etc. von den anderen Roten, beschäftigt waren), fingen die Vereine an, Boote zu taufen, noch mehr Reden zu halten, und ihre Sportler zu Ehren. Wie jedes Jahr fanden wir RVHler unsere Vorstellung am besten, die BWler bekamen Handtücher



geschenkt und alle waren gut gelaunt (okay, meine Geschenk-Verteilungs-„Rede“ hat das Ganze wohl ein wenig getrübt, aber nachdem der Schülervorstand 2017/2018 die Trainergeschenke auch losgeworden ist, konnte es weitergehen). Womit eigentlich weitergehen? Richtig, Regatten. Das Sommerfest ist wohl der Tag im Jahr, wo die meisten Ex-Aktiven dann doch



nochmal einen Fuß ins Boot setzen. Wer also nicht den RVH-Getränkestand überwachte, aß, trank, mit alten Bekannten quatschte oder ein Gigboot fuhr, wurde zum Steuern getrieben (und im besten Fall gab's danach ein Stück Kuchen ausgeben).

Gegen Abend wurde es ziemlich schnell leer, aber der harte Kern blieb natürlich am Bootshaus (natürlich nur um aufzuräumen, versteht sich von selbst;)). Und über den Verlauf des restlichen Tages legen wir lieber den Mantel des Schweigens. In diesem Sinne: Bis zum nächsten Jahr!

(Freya Glenewinkel)

RVH eine Wunschliste aufgestellt und nicht damit gerechnet, dass der Förderverein gleich alle Wünsche erfüllt. Somit dürfen sich die zahlreichen Ruderer an der Humboldtschule über ein neues Ruderergometer, ein Paar neue Kinderskulls, eine Coxbox und eine Schlagzahluhr für das Boot freuen. Diese Materialien werden vielen Ruderern über viele Jahre gute Dienste leisten und sicherlich mit viel Begeisterung und Eifer beim Training und im Wettkampf eingesetzt werden. Ein ganz herzliches Dankeschön für das vorzeitige Weihnachtsgeschenk des Fördervereins an den RVH!

(Anke Lincke)

„Ja ist denn schon Weihnachten?“

In diesem Jahr hat der RVH einen Förderantrag für die Anschaffung von Materialien beim Förderverein der Humboldtschule Hannover e.V. gestellt. Der Förderverein der Schule unterstützt Kulturveranstaltungen, Sport- und Schulfeste sowie Wettbewerbe für Schülerinnen und Schüler und stellt dafür Materialien und finanzielle Mittel zur Unterstützung der Arbeit in der Schule sowie der Gestaltung des Freizeit- und AG-Bereichs zur Verfügung. Da die Zahl der Ruder-AG-Teilnehmer auf mittlerweile 80 Ruderinnen und Ruderer pro Woche angestiegen ist, ist natürlich auch der Bedarf an Trainingsmaterial gestiegen. Somit hat der

Schülervorstandswahlen

Dieses Jahr fand die Wahl am 14. September statt, also saßen nach dem Training 26 Schlümpfe + Herr Sack in der Cafeteria und wurden von der zu dem Zeitpunkt noch 1. Vorsitzenden Solanyi begrüßt. Dies änderte sich auch relativ schnell, denn nach einem kurzen Saisonrückblick der besagten Person und der Verkündung des aktuellen Standes der Kilometer- bzw. Regattastatistik durch Freya wurde der Schülervorstand der Saison 2017/2018 auf Antrag von Ellen einstimmig entlastet.

Nach der alljährlichen Ämter-Erklärung und dem Entschluss, keine Geheimwahl zu veranstalten, wurde

Anna Schiefer mit 19/26 Stimmen zur neuen Regattawärterin gewählt. Im Anschluss gewann Fritz Marcinczak mit eindrucksvollen 23 Stimmen die Wahl zum Bootswart. Saskia Oertling setzte sich mit 19 Stimmen auf den Posten der 2. Vorsitzenden, und Freya Glenewinkel belegt durch 22 Stimmen zukünftig das Amt der 1. Vorsitzenden. Also Leute, von den Vieren werdet ihr bestimmt noch das ein oder andere hören, sei es eine Einladung für eine „Gruppenstärkende Aktion“, wie z.B. in den Heidepark, falls wieder Interesse besteht.

Danach ging es zu TOP 5 über, der darin bestand, dass Herr Sack Denkanstöße gab, wann/wie/warum Berichte geschrieben werden sollen. Letztendlich wurde noch über die WaFa2019 geredet, über den Wasserstand des Maschsees, die Renovierung der Turnhallen und über ein paar organisatorische Dinge in Hinsicht auf die anstehende RVH-Regatta.

Bevor das Ganze aufgrund lautstark geäußerter Meinungen zum Thema „Wieviele Runden laufe ich beim schulischen Spendenlauf und was mache ich, wenn ich Pauschalbeträge habe?“ eskalieren konnte, beendete Freya die diesjährige Wahl des Schülervorstandes.

*(Freya Glenewinkel,
im Namen des neuen
Schülervorstandes)*

Der neue Schülervorstand stellt sich vor

Freya Glenewinkel (2004).

1. Vorsitzende



Ich bin 14 Jahre alt und gehe mittlerweile in die 9. Klasse. Seit Anfang der 5. Klasse rudere ich im RVH, und es hat mir immer sehr viel Freude bereitet. Genau so die Arbeit im

und mit dem Schülervorstand, dem ich nun zum 3. Mal angehören darf. Bei all den gemeinsamen Stunden beim Training, bei Regatten, im Trainingslager oder einfach so in der Freizeit geht es immer lustig zu, und es macht riesig Spaß, Teil dieser tollen, großen Truppe zu sein! Auch in diesem Jahr freue ich mich auf eine gute und zufriedenstellende Zusammenarbeit mit Saskia, Fritz und Anna!

Saskia Oertling (2002).

2. Vorsitzende



Hey! Ich bin Saskia Oertling, 16 Jahre alt und gehe in die 11. Klasse der Humboldtschule Hannover. Mit dem Rudern habe ich in der 5. Klasse durch mei-

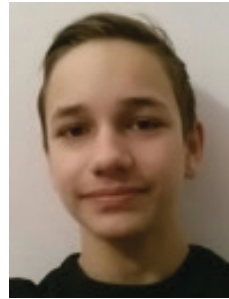
nen Bruder angefangen. Obwohl ich in diesem Sport keine großen Erfolge gefeiert habe, macht es mir immer noch Spaß und ich bin sehr gerne ein Teil des RVHs. Ich freue mich auf ein tolles Jahr und eine gute Zusammenarbeit mit euch.

Anna Schiefer (2004).
Regattawartin



Ich bin 14 Jahre alt und gehe in den 8. Jahrgang. Ich rudere schon seit der 3. Klasse bei Frau Lincke und Herrn Sack. Der Grund warum ich schon so früh angefangen habe zu Rudern ist, dass meine beiden Brüder mich mit Rudern infiziert haben. Herr Sack fragte daher, ob ich nicht schon früher damit anfangen wolle. Zu der Zeit habe ich noch Handball gespielt, doch das habe ich fürs Rudern aufgegeben. Ich bin mit dem Rudern aufgewachsen und habe dort meine 2. Familie. Außerdem sitze ich in einem tollen Vierer, in dem wir uns gegenseitig unterstützen und dadurch auch viel erreichen. Ich hoffe, durch meine Mitarbeit im Vorstand kann ich den Verein besser unterstützen und meine Ideen besser mit einbringen.

Fritz Marcinczak (2001).
Bootswart



Hallo, mein Name ist Fritz und ich bin 17 Jahre alt. Als Bootswart bin ich für die Instandhaltung des Bootsmaterials zuständig. Vor einem Jahr durfte ich das schon einmal machen und freue mich daher sehr, das für die kommende Saison wieder zu tun. Ich wünsche mir für das kommende Jahr, dass wir, als Schülervorstand, wieder viele tolle Aktionen organisieren können und jeder von uns uneingeschränkt seinen Job tut. Und immer dran denken: nach dem Training immer schon die Rollschienen putzen. Bzw. jetzt im Winter die Ergos ;)

Saisonberichte

Zum dritten Mal konnte sich die Redaktion dieses Jahr über eine Vielzahl schöner Saisonberichte freuen. Und auch dieses Mal gibt es wieder die ganze Bandbreite des Rudersports zu bewundern, von dramatischen Zusammenstößen bis zu größten Triumphen. Danke an alle, die sich die Mühe gemacht haben, ihre Saison noch einmal ausführlich zu beschreiben, und allen anderen viel Spaß beim Lesen.

Vicco und Leonard



Leonard und ich kamen dadurch zusammen, dass wir die einzigen Schwergewichte in unseren Vereinen waren. Am Anfang stand noch die Frage offen, ob ich nicht mit einem vom DRC fahren sollte, aber da Leonard vom RVB ist und am Schülerbootshaus trainiert, gestaltete sich dieses mit dem Training

viel einfacher. Als ich dann das erste Mal im Winter beim HRC trainierte, war ich ein bisschen aufgeregt. Als ich dann dort ankam, fühlte ich mich aber direkt aufgenommen. Ein paar Wochen danach kam auch schon der ErgoCup in Osnabrück, wo Leonard besser abschnitt als ich. Das erste Mal auf dem Wasser waren wir in Hankensbüttel, wo Leonard als einziger RVBler mitkam. Dort trainierten wir ab dann auf den LE hin. Zurück in Hannover wurden wir dann beim RVB von Raavi und Paul trainiert. Auf dem LE wurden wir 2x Zweite und 2x abgezogen vom HRC. Die Langstrecke auf dem BW lief etwas enttäuschend, da wir es nur ins D-Finale geschafft haben. Am Tag darauf kam die Kurzstrecke. Kurz vor dem Start hatten wir einen starken Zusammenstoß mit einem Boot aus Datteln, bei dem auch Teile deren Bootes kaputt gingen. Leonard und ich standen unter Schock, wir wussten nicht, ob es weiter geht. Nachdem wir mit einem Boot der Regattaaufsicht gesprochen hatten, konnte es dennoch weiter gehen. Am Start des Rennens lagen wir vorne, da wir aber auf der mittleren Bahn lagen, konnten wir nicht vom Windschatten der Tribüne profitieren. Das Rennen verlief sehr knapp, wir landeten aber leider nur auf dem letzten Platz. Zum Schluss stellte sich heraus, dass das Boot aus Datteln schuld war, da es falsch gewendet hatte.

(Vicco Engel)

Oskar und Carl



Bei den ersten Fahrten waren wir sehr unsicher, da wir noch nicht so oft gefahren sind. Mit der Zeit wurden wir schneller und sicherer. Was sich auch mit den ersten Herbstregatten bestätigt hat, da wir dort meistens gewonnen haben und mehr Regattaerfahrung hatten. Nach den Herbstregatten ging es in die Halle, wo wir einzeln trainiert haben. Nachdem wir das Hallentraining überstanden haben, sind wir wieder Zweier gefahren. Dann kam Bremen, unsere erste große Regatta, wo wir zusammen gefahren sind und entgegen der Erwartung unserer Betreuerin doch gewonnen haben. Nun hatten wir viel Zeit, um uns für den Landesentscheid vorzubereiten, wo wir die Langstrecke gewonnen haben und die Kurzstrecke durch einen unglücklichen Fehler am Start nicht gewinnen, sondern Zweiter wurden. Somit haben wir uns zum Bundeswettbewerb qualifiziert. Der Bundeswettbewerb war unsere größte Regatta. Wo wir dann leider nicht mehr so viel reißen

konnten, da dort die besten Boote aus ganz Deutschland waren. Trotzdem konnten wir bei der Langstrecke einen stolzen 16. Platz belegen und bei der Kurzstrecke im C Finale einen guten 4. Platz belegen. Als nächstes kamen die Herbstregatten, wo wir leider nicht mehr zusammen fahren konnten. Das war die Saison von Oskar und Carl.

(Oskar Krimm und Carl Marcinczak)

Lisanne



Meine Saison startete mit dem üblichen Wintertraining von Herrn Sack und Frau Lincke, beispielsweise mit dem Zirkel- und Krafttraining oder dem tollen Ergofahren. Auch ich habe mich, wie eigentlich alle 04er, durch die Tests gefahren und diese auch relativ gut gemeistert. Danach ging es dann auch schon wieder an die frische Luft und direkt auf die Hankensbüttler Ruderfreizeit. Nach dortigen sechs Tagen und dem danach folgenden Training auf dem Maschsee, ging es

auch schon mit der Regatta in Bremen weiter, welche schon mal eine kleine erste Einschätzung für den LE war und dafür ist sie auch ganz gut gelaufen. Ebenso im Mai fuhr ich auch mit auf das Pfingstlager in Kassel, welches ebenfalls mit dem Wetter und sonstigem sehr vergnüglich war. Die dortige Schülerregatta war dann auch schon die letzte vor dem LE und der wurde auch wieder ganz erfolgreich gemastert. Nach weiterem anstrengendem und diszipliniertem Training stand dann im Juni endlich der LE vor der Tür. Mit gutem Wetter ging es los auf die Langstrecke, welche mit einigen Hürden und Ärgernissen ganz ok lief und zu einem zweiten Platz wurde. Am nächsten Tag ging es dann auf die Kurzstrecke, wo ich mir nochmal viel vornahm, und dies dann auch erfolgreich in die Tat umsetzen konnte, und mir einen ersten Platz erruderte. Somit zog ich wie auch letztes Jahr das goldene Ticket zum Bundeswettbewerb in München. So trainierte ich auch die darauffolgenden Tage fleißig, um eine möglichst gute Leistung auf dem BW zu bringen. Kaum 11 Tage später war es dann auch so weit. Der BW begann schon sehr früh am nächsten Tag mit der Langstrecke. Dank des sehr ruhigen Wetters konnte ich diese Strecke sehr gut bewältigen, sodass ich sogar zufrieden damit war. Dank des nächsten, zwar sehr warmen, aber dafür nicht so anstrengenden, Tages hatten wir neben dem Zusatzwettbewerb nochmal etwas mehr Ruhe und konn-

ten uns von der Langstrecke erholen. Der nächste Tag startete für mich dann entspannt mit dem Anfeuern der anderen Boote und dem Warten auf mein eigenes Rennen. Als dieses dann startete, war es leider windiger als an den Vortage, was sich auch auf die Bahnen auswirkte, doch trotzdem erruderte ich mir einen guten fünften Platz. Später fand die Siegerehrung statt, welche nochmals sehr Spaßig und interessant war. Insgesamt war der BW ein sogar eher unerwartet doch willkommen großer Erfolg, wofür sich das lange Training wirklich gelohnt hat (sowie die Mühe der Trainer für alle BWler). Nach dieser Regatta wurde es dann langsam wieder entspannter. In der letzten Ferienwoche fuhr ich dann auch zum ersten Mal mit auf Wanderfahrt, was mir viel Spaß gemacht hat. Am Ende der Sommersaison fuhr ich dann noch die letzten Maschsee Regatten und dann fing auch schon die Wintersaison an. Insgesamt war das ein tolles, erfolgreiches letztes Kinderjahr und ich hoffe das ich mich weiterhin steigern werde.

(Lisanne Wehde)

Tom



Der Beginn meiner Saison war natürlich Hankensbüttel, wo ich auch zum ersten Mal Brigitte gefahren bin (das Boot, das ich die Saison über gefahren bin). Außerdem hat sich herausgestellt, dass Nadine mich die Saison betreut, was mich sehr gefreut hat. Nach ein paar Umstellungen, wegen der Höhe des Bootes, und einigen Kilometern zum Gewöhnen fing es an, richtig Spaß zu machen. Es war echt schön im Trainingslager. Aber dann kam auch schon Bremen. Da es mein erstes wichtiges Langstreckenrennen im Einer war, war ich sehr aufgeregt. Das Rennen an sich war ganz okay, aber dann bei der Siegerehrung war die Enttäuschung (zuerst) groß, da ich angeblich mit viel Abstand Letzter war. Klar war ich geknickt, aber zum Glück hat sich dann doch herausgestellt, dass das Zielgericht einen Fehler gemacht hat und mich verwechselt hat - heißt am Ende war ich dank Nadine, die mit dem Zeitnehmer geredet hat, Erster in meinem Lauf. Obwohl

sich das Ergebnis verändert hat, war ich im Kopf noch durcheinander und konnte mich nicht auf die Kurzstrecke konzentrieren. Dementsprechend war sie auch, obwohl ich Zweiter wurde. Dann kam auch schon der LE, vor dem ich natürlich auch aufgeregt war. Auf der Langstrecke wurde ich knapp Zweiter, aber die Kurzstrecke habe ich zum Glück gewonnen. Es war unglaublich, denn damit war klar, dass ich nach München fahre! Die Zeit verging schnell mit intensiven Trainingseinheiten und schon ging es los zum BW. Wir sind angekommen, wir haben was gegessen und ich habe mich wiegen lassen. Da war noch alles normal, aber dann bei dem Start der Langstrecke war ich so aufgeregt, wie noch nie zuvor. Leider bin ich in einen starken Lauf gekommen, das heißt, ich wurde Vierter in dem Lauf, aber Neunter insgesamt, womit ich (wieder nach ein paar Sorgen, weil ich dachte, ich wäre viel schlechter) sehr zufrieden war. Ich konnte somit im B-Finale starten. Es war sehr windig und ich hatte Pech mit meiner Bahn. Ich wurde Dritter, aber sehr knapp. Die letzten Drei aus dem A-Finale und die ersten Drei aus dem B-Finale sind alle innerhalb einer Sekunde ins Ziel gekommen. Nach dem Rennen war ich wieder mächtig enttäuscht, weil ich so gerne mit einer Medaille nach Hause gekommen wäre, aber im Nachhinein muss ich sagen, dass ich nicht enttäuscht hätte sein sollen, denn ich habe mein Bestes gegeben und wenn es nicht reicht, dann

reicht es halt nicht.

Die Saison war sehr hart und auch wenn sie nicht so geendet hat, wie ich es gerne gehabt hätte, will ich nochmal Danke sagen an alle, die mich die Saison über unterstützt, aufgebaut und mir geholfen haben. Ohne euch wäre ich niemals so weit gekommen! Aber vor allem will ich dir, Nadine, Danke sagen für alles, was du für mich getan hast! DANKE!

(Tom Czorny)

Der „Chaoten“-Vierer



Nachdem die Wintersaison mit den vielen Ergowettkämpfen vorbei war, freuten wir uns schon auf unsere ersten Trainingseinheiten im Ostertrainingslager auf dem Elbe-Seitenkanal in Hankensbüttel.

Das war auch gleichzeitig die Geburtsstunde des „Chaoten“-Vierers, bestehend aus Thies, Lenny, Mattes, Sean und an den Steuerseilen Justus. Dort fuhr unser Vierer das erste Mal gemeinsam in Q. Nach den gezeigten Er-

goleistungen im Winter lag es nun an unseren Trainern, uns in Hankensbüttel zu einer Einheit im Vierer zu formen. Im Trainingslager und in den Wochen danach trainierten wir hart, um unsere Technik zu verbessern. Wir arbeiteten daran, eine Einheit im Boot zu werden. Nach knapp 6 Wochen standen wir vor unserem ersten Wettkampf in Bremen. Die Kinderregatta in Bremen sollte dazu dienen, uns im Wettkampf mit anderen Ruderbooten unseres Jahrgangs zu messen. Wir waren vor dem Rennen sehr aufgeregt, ob wir uns gegen die Konkurrenz durchsetzen können würden. Doch es stellte sich heraus, dass wir uns sehr wohl gegen die Konkurrenz behaupten konnten. Am Ende erruderten wir in Bremen zwei erste Plätze im Vierer.

Mit den zwei Goldmedaillen von Bremen im Gepäck war das für unser Team ein noch größerer Ansporn, für unser großes Ziel zu trainieren. 14 Tage nach Bremen stand auch schon die Ruderfreizeit in Kassel an. Die Ruderfreizeit in Kassel ist ein sehr wichtiger Termin, um uns auf den Landesentscheid der Jungen und Mädchen vorzubereiten. Von Vorteil sollte auch sein, dass der diesjährige niedersächsische Landesentscheid auf unserem heimischen Maschsee ausgetragen wurde. Wir hatten uns vorgenommen, uns für den diesjährigen Bundeswettbewerb in München mit einem Landesieg zu qualifizieren.

Dieser Traum ging doppelt in Erfüllung und wir holten einen Sieg auf der 3000

m Langstrecke und einen Sieg auf 1000 m Kurzstrecke.

Die Freude war dementsprechend riesengroß. Nichtsdestotrotz war jedem im Boot klar, dass der Landesentscheid nur ein Etappenziel war! In den darauffolgenden eineinhalb Wochen mussten wir noch viel härter und intensiver trainieren, um mit den anderen Booten der jeweiligen Bundesländer mithalten zu können. Beim Bundeswettbewerb treten die besten Mannschaften aus der ganzen Bundesrepublik an, um zu gewinnen. Also trainierten wir gefühlt jeden Tag, um beim BW eine vernünftige Platzierung zu erreichen.

Am Donnerstag, den 28. Juni war es dann endlich soweit, wir starteten auf unsere Mission „Bundeswettbewerb“! Angereist sind wir von Hannover aus mit dem Bus. Der Plan war, dass wir mit dem Bus direkt zur Regattastrecke nach Oberschleißheim fahren sollten, um unsere Boote aufzuriggern und um noch eine kleine Runde zu rudern. Aufgrund der vielen Staus bei der Anreise blieb dafür leider keine Zeit mehr und wir sind gleich in die Übernachtungssporthalle gefahren. Wenn man gedacht hat, dass die Anreise mit dem Bus schon ein Abenteuer war, dann wurden wir eines Besseren belehrt, denn die Sporthalle, in der wir die nächsten drei Tagen nächtigen sollten, war komplett überfüllt. Das sind nicht gerade die besten Voraussetzungen, um an unserem Saisonhöhepunkt erfolgreiche Ergebnisse einzufahren. Wie sich nachher herausstellen sollte

kommt es erstens anders und zweitens als man denkt! Am Freitagnachmittag hatten wir unser erstes Rennen über eine Distanz von 3000 Metern. Wie bei jedem Rennen, hatten wir auch dieses Mal eine Stunde vor unserem Rennen unsere Rennbesprechung, in der unser Trainerteam Herr Sack und Mareike uns auf das Rennen einstellte und mit uns die Renntaktik besprach. Dann war es endlich so weit und wir stiegen in unser Boot und fuhren zum Start.

Und dann waren wir an der Reihe und es ging los auf unsere 3000 Meter! Da bei den Langstreckenrennen die Boote mit einem Zeitabstand hintereinander starten, wussten wir nach dem Zieleinlauf auch nicht, welchen Platz wir belegt hatten. Um unser Ergebnis zu erfahren, mussten wir uns bis abends zur gemeinsamen Siegerehrung gedulden, bei der alle erfolgreichen Boote geehrt wurden. Dann war es endlich soweit, wir konnten es kaum fassen, wir wurden mit einer Zeit von 12:33,11 als zweitbestes Boot in unserer Abteilung aufgerufen und damit war klar, wir haben die Silbermedaille gewonnen. Wie geil war das denn!

Als die Siegerehrung vorbei war, wurden die Zeiten von der Langstrecke veröffentlicht. Schnell wurde uns klar, dass wir die sechstschnellste Zeit auf der Langstrecke gefahren waren und uns damit für das A- Finale am Sonntag qualifiziert hatten! Das war der Wahnsinn! Am Samstag konnten wir uns im Zusatzwettbewerb versuchen. Das hat voll Spaß gemacht, aber lei-

der waren wir da nicht so erfolgreich. Somit blieb uns die Vorfreude auf Sonntag auf das Finale. Am Sonntag war früh aufstehen angesagt, weil wir noch unsere Sachen packen mussten, um abends nach den Rennen wieder die Heimreise anzutreten. Bevor es soweit war, mussten wir gegen die fünf zeitschnellsten Boote von der Langstrecke im Finale fahren. Wie ihr euch sicher vorstellen könnt, fiel die Rennbesprechung mit dem Trainerteam nach dem Erfolg vom Freitag sehr kurz aus. Unsere Trainer sagten nur: „Wir starten als Boot mit der sechstschnellsten Zeit, demzufolge ist unser Boot das einzige Boot, was im Finale nichts zu verlieren hat“. Ganz so leicht wollten wir das unseren Gegner natürlich nicht machen und wir ruderten „Das Rennen unseres Lebens“. Mit einer genialen Renntaktik und ein bisschen Losglück bei der Bahnverteilung war es uns möglich, unser Rennen zu fahren. Vom Start weg haben wir die ersten zwei Boote hinter uns gelassen. Bis zur Rennhälfte war es uns möglich den Kontakt zu den vorderen Booten nicht abreißen zu lassen. So konnten wir im Endspurt noch einmal alle Kräfte mobilisieren und so haben wir ein Boot nach dem anderen überholt. Wir überquerten die Ziellinie als zweitplatziertes Boot mit einer Zeit von 4:01,02 und mit einer halben Länge Vorsprung vor dem drittplatzierten Boot aus Magdeburg. Wir alle waren mega-happy!!! Ein ganz besonderer Dank gehört dem RVH, unserem Trainerteam Herrn

Sack und Mareike. Ohne Euch wäre dieser Erfolg nicht möglich gewesen! Außerdem möchten wir uns bei allen Eltern bedanken, die die weite Reise nach München auf sich genommen haben, um uns bei unseren Rennen anzufeuern und uns zu unterstützen. Abschließend müssen wir feststellen, dass unsere Rudersaison für uns eine sehr erfolgreiche Saison war und wir freuen uns auf die nächste Saison. Wohlwissentlich, das man immer an den Erfolgen der letzten Saison gemessen wird!

*(Thies Glenewinkel, Lenny Holley,
Mattes Bachmann, Sean Schablack,
Justus Jahnke)*

Der Tussenvierer



Wie üblich startete die Saison für uns mit den Ergo-Cups in Minden, Hannover und Osnabrück, wo wir sowohl alleine, als auch in Staffeln antraten. Unsere ersten Kilometer legten wir im Trainingslager in Hankensbüttel samt neuem Boot und Steuermann zurück. Durch die nächsten Trainingseinheiten auf dem Maschsee gewöhnten wir uns immer mehr an „Red Winner“ und Nils. Die Regatta in Bremen war für uns und vor allem für Nils die erste Möglichkeit, zu zeigen, was Herr Sack und Frau Lincke uns bisher beigebracht hatten. Vor allem Nils bewies sein Talent als Steuermann, da er uns sicher durch diverse Boote und Brückenpfeiler manövrierte und somit um wenige Zentimeter eine Kollision verhinderte. Nun stand das alljährliche Pfingstlager in Kassel an, bei dem wir nicht nur neue Rudererfahrungen sammelten, sondern auch den Umgang mit hungrigen Waschbären erlernten. Bei milden Temperaturen gingen wir am Morgen der Kasseler Schülerregatta auf die

1000m Strecke, um uns auf die folgenden Landesentscheide vorzubereiten. Der diesjährige LE fand erneut in Hannover statt, sodass wir die Lang- und Kurzstrecke auf bekanntem Gewässer absolvieren konnten. An diesem längeren Wochenende erreichten wir einen Teil des gesetzten Saisonziels mit der Qualifikation für den BW und der Qualifikation für das Jtfo-Bundesfinale im Herbst.

Zwei Wochen später ging es dann endlich los. Mit insgesamt 6 Booten fuhrten wir zum langersehnten Highlight der Saison – dem BW in München. Nach dem Ablaufen und Auskundschaften der Strecke, bestritten wir bei angenehmen Temperaturen und glasklarem, glattem Wasser die anstrengendsten 3000m unseres Lebens. Am Abend wurde dem langen Warten endlich ein Ende gesetzt... Wir erreichten mit der schnellsten Zeit das A-Finale und erhielten außerdem eine Einladung zum einwöchigen Ruderlehrgang in Ratzeburg. Nach kräftezehrenden 1000m zwei Tage später konnten wir uns einen guten 2. Platz hinter Magdeburg sichern.

Im September standen die traditionellen Herbstregatten an, die sowohl als Spaßrennen (diverse Mixed-Vierer und –Achter), als auch als Vorbereitung für das nun anstehende Bundesfinale in der Hauptstadt dienten.

(Teresa Raschke, Freya Glenewinkel, Finja Bleyl, Anna Schiefer, Nils Köhn)

DIE NEUEN

Zum Jahresabschluss 2018 freuen wir uns noch über drei Neuzugänge im Verein. Wir begrüßen ganz herzlich im tollsten, schönsten und vor allem blau-esten Ruderverein der Welt:

- Birgit Schrader (25.08.2018)
- Sandra Gniesmer (01.09.2018)
- Nora Mo Meyer (03.09.2018)

Hallo allerseits und viel Spaß mit uns!

DERMINE DERMINE DERMINE!

Wer noch nicht so genau weiß, wie der Winter rudertechnisch zu überbrücken ist - ein Blick in den Terminkalender schafft Abhilfe. Zugegebenermaßen ist da in den Wintermonaten nicht so

ganz viel los, aber dann kommen ja auch schon die Frühjahrsregatten und spätestens im Juni ist die Saison in vollem Gange. Und so lange gilt: Ab in die Halle, in Form bleiben!

Januar	
19.	ErgoCup DRC im ZfH

Februar	
03.	Indoor-Cup in Kettwig
08.-09.	Elternsprechtag (Humboldtschule)
16.	Bildungsmesse (Humboldtschule)
21.	Tag der offenen Tür (Humboldtschule)

März	

April	
Ruderfreizeit	
14.-19.	Osterferien (Regattaruderer)

Mai	
04.-05.	Regatta in Bremen

Juni	
01.-02.	Landesentscheid J.u.M. in Salzgitter
08.-12.	Pfingstlager in Kassel
12.	Schülerregatta in Kassel
23.	Verbandsregatta in Hannover
24.	Landesentscheid Jugend trainiert für Olympia in Hannover

Ein Letztes

Und zum Schluss kommt Fritz. Naja, um 22:15 Uhr am Fertigstellungsabend kann man ruhig nochmal eine schnelle Kurzzvorstellung für den Schülervorstand einreichen. Sitzt ja nur der müde Kili vorm Rechner, dem fast der Kopp auf die Tastatur fällt, und wartet auf den Herrn Marcinczak.

Aber sonst habe ich auch dieses Mal wieder ziemlich wenig zu meckern. Die Artikel kamen rechtzeitig, zahlreich und ausführlich. So lob ich mir das! Vielen Dank an alle SchreiberInnen dafür, dass ihr es jedes Mal wieder schafft dieses Heftchen so voll zu bekommen!

Wenn der Zeitpunkt gekommen ist, an dem ich mir von Sush erklären lassen muss, wer auf den Fotos eigentlich wer ist, dann bedeutet das für mich, dass ich in Kassel definitiv mal wieder besser aufpassen muss. Aber genug Fotomaterial gabs auf jeden Fall. Auch dafür ein Dankeschön an alle, die so fleißig auf den Auslöser drücken und uns ihre Fotos zur Verfügung stellen.

Den Druckvorgang werden wir in dieser Ausgabe erstmals ein bisschen professionalisieren - das heißt, irgendjemand, der/die damit Geld verdient, bekommt am Ende die fertige pdf (natürlich nicht, ohne dass das Korrekturmonster Sush nochmal drübergegangen ist) und macht uns daraus schöne Heftchen. Bedeutet ein bisschen weniger Stress für Yannic und ein bisschen

weniger Tonerstaub bei holistic-net im Büro und hoffentlich ein ebenso schönes Endergebnis. Dankeschön trotzdem an holistic-net, die das Ganze weiterhin sponsern!

Und jetzt: Frohe Weihnachten! Und einen Guten Rutsch!

Kilian

Impressum

Verantwortlich für Artikelauswahl und Zusammenstellung:

Kilian Allmann
Sascha Meyer

Druck gesponsert von:
holistic-net GmbH

E-Mail:
kilian.allmann@web.de
Artikel bitte an:
auslage@rvh-hannover.de

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

Web:
www.rvh-hannover.de

Bankverbindung:
Sparkasse Hannover
IBAN: DE49250501800900374462
BIC: SPKHDE2HXXX

Heute bei Berni: Der Zirkusverein RVH, inklusive Balancieren hinterm Zielgericht (warum auch immer) und Steuermannweitwurf. Was sonst noch los war? Bundessieg bei JtfO für den Tussenvierer, inklusive schönem Empfang zurück zuhause, und irgendwas gabs wohl auch zu lachen. Kleines Ratespiel zum Schluss: Wer war jetzt nochmal Yoda?

