

Paris

...hat mehr zu bieten, als den Eiffelturm.

Köln

...lässt manchmal Wimpernschläge entscheiden.

Berlin

...ist Anfang April noch ziemlich kalt.



Berlin, 04.12.2022

Liebe Leser:innen,

ihr wundert euch vielleicht über das unge-
wohnte Gesicht an dieser Stelle. Oder ihr wür-
det euch wundern, wenn hier mein Gesicht
zu sehen wäre. Denn der Chefredakteur ist
im Urlaub und gönnt sich ein paar Tage Dol-
ce Vita in Rom. Wer kann es ihm verdenken,
bei Minusgraden und Schneematsch in Berlin.
Blöd nur, dass die MV ins Haus steht, und die
wird ja traditionell mit einem frischen Druck-
erzeugnis voller Klatsch und Tratsch aus dem
ausklingenden Jahr versorgt. So kommt es,
dass ich dieses Mal die spannende Aufgabe
übernehme, aus den tadellosen Texten tatkräf-
tiger Tipper:innen und den farbenfrohen Pho-
tos fleißiger Fotograf:innen eine neue Auslage
zusammenzustellen. Die haltet ihr jetzt in den
Händen, und obwohl die Erfahrung von 38
früheren Ausgaben natürlich nicht so einfach
zu ersetzen ist, hoffe ich, dass ich meinen Job
gut gemacht habe.

Material hatte ich mehr als genug zur Verfü-
gung. Nach mageren Corona-Jahren war die-
sen Sommer wohl endlich wieder richtig was
los. Man könnte meinen, der RVH sei 2022
vom Ruderverein zum Reisebüro mutiert. Mit
Hamburg, Köln, Paris, Berlin und sogar Kas-
sel wurden einigen der aufregendsten Metro-
polen Europas Besuche abgestattet, teilweise
sogar mehrfach. Regatten und Trainingslager
konkurrierten um die rar gesäten freien Wo-
chenenden der Ruder:innen. Und ganze Wan-
derfahrten wurden kurzerhand von einem Ort
zum anderen verlegt, weil widrige Umweltbe-
dingungen es nicht anders zuließen.

Damit klingt allerdings auch schon an, dass
nach wie vor einiges nicht ganz im Lot ist,
wenn man den Blick über den Tellerrand des

RVH hinaus wirft. Ein extrem heißer und
trockener Sommer, der Flüsse zeitweise zu
Rinnsalen werden lässt, kann keinen Wasser-
sportler unberührt lassen. Corona ist zwar zum
Glück kein ganz so großes Thema mehr, ganz
verschwunden ist es aber noch nicht, wie in
einigen Berichten zu lesen ist. Und über al-
len anderen besorgniserregenden Nachrichten
stand in dieem Jahr natürlich der Krieg in der
Ukraine, der immer noch in vollem Gange ist
und uns mit seinen vielfältigen Konsequenzen
wohl noch lange beschäftigen wird.

Hier kommt aber auch das riesige Potential
unseres Sports in Spiel, Positives zu bewirken
und Zusammenhalt zu stärken. Die Aufnahme
geflüchteter ukrainischer Ruderinnen und
Ruderer in Trainings- und Wettkampfgemein-
schaften könnte kaum ein stärkeres Zeichen in
diese Richtung sein. Der Bericht vom interna-
tionalen Rudercamp in Paris ist noch ein Bei-
spiel dafür, wie durch den Sport Verbindungen
zwischen Menschen auch über Landesgrenzen
hinweg entstehen können.

Mir persönlich macht das Hoffnung, das man-
che Dinge sich doch in die richtige Richtung
entwickeln, wenn viele Menschen mit Enga-
gement und einer gemeinsamen Leidenschaft
an einem Strang ziehen. Und mit der Rück-
kehr von Kassel (ihr wisst schon, die Merkel
unter den Trainingslagern) in unsere Kalender
nach zwei Jahren Abstinenz konnte ich auch
ganz direkt wieder von dieser verbindenden
Kraft profitieren. Der RVH bleibt eben auch
für uns Ehemalige ein Flens in der Brandung,
dafür muss ich einfach mal Danke sagen! Und
jetzt viel Spaß beim Lesen.

Jonas

INHALT

EDITORIAL	1
INHALT	2
RVH ON TOUR	3
Trainingslager Berlin des LRVN	3
Trainingslager Hankensbüttel	4
Regatta Münster	6
Regatta Bremen	7
Regatta Otterndorf	8
Kölner Juniorenregatta	9
Trainingslager Kassel	9
Regatta Duisburg	10
Landesentscheid in Hamburg	11
DJM Köln 2022	11
Regattastatistik 2022	13
Wanderfahrt	16
Paris 2022	19
JTFO Berlin	20
Langstrecke Hildesheim	22
INSIDE RVH	23
Bootox und Wilhelm von Humboldt 4ever	23
RÄTSELSPAß	25
EIN LETZTES	26
BERNIS NUDELBRETT	27

Trainingslager Berlin des LRVN

von Hannes Pieper

Am 02.04.2022 ging es los nach Berlin Grünau. Hochmotiviert und gut eingepackt in warmen Sachen begann das Trainingslager vom LRVN. Bis zum 09.04.2022 hieß es von nun an also trainieren, Strecke fahren und reflektieren. Am ersten Tag hieß es erstmal ankommen, abladen und aufriggern, bevor es vor dem Abendessen zur ersten Einheit aufs Wasser ging. Bei windigen, kalten aber glücklicherweise trockenen Wetterbedingungen ging es aufs Wasser. Erschöpft und nach einem mittelmäßig schmeckenden Abendessen ging es ins Bett. Der zweite Tag brach an und so ging es zum



Frühstück ins 800 Meter entfernte Hochhaus. Anschließend machten wir uns fürs Training auf den weitläufigen Gewässern von Berlin-

Grünau fertig. Gut verpackt in warmen Sachen und bei erträglichem Wellengang haben wir so also die nächsten Stunden auf dem Wasser verbracht. Wieder angelegt ging es nach einer kleinen Pause zum Mittagessen.

Nachdem wir uns in der Mittagspause bei einem Mittagsschlaf ausruhen konnten, ging es zur zweiten und später zur dritten Einheit des Tages raus. Während des Abendessens wurden schon mal die wichtigsten Infos für den nächsten Tag berichtet.

Tag 3 begann für meinen Vierer mit schlechten Nachrichten. Aufgrund einer Corona-Infektion mussten zwei Jungs aus meinem Boot frühzeitig abreisen. Für mich hatte das zur Folge, dass ich die nächsten zwei Tage Auszeit hatte und die beiden verbliebenen Jungs Zweier gefahren sind. Die beiden darauffolgenden Tage hatte ich nun also viel Freizeit, die ich mit Büchern und Netflix füllen konnte.

So langweilig wie die vorherigen Tage auch gewesen sein mögen, brachte der Donnerstag eine Überraschung mit sich. Gegen Mittag kehrten die beiden erkrankten Mitglieder meines Bootes zurück nach Berlin, da ein PCR-Test ergab, dass sie doch kein Corona hatten. Mit nun wieder voller Stärke sollte es zurück ins Training gehen, da einiges nachzuholen war.

Doch schon am nächsten Tag folgte der nächste Rückschlag. Jetzt musste unser Trainer Fritz abreisen, seine morgendlichen Corona-Tests waren positiv. Bedauerlicherweise war es ihm nicht möglich, später wieder zu uns zu stoßen. Der vorletzte Tag hatte es noch mal in sich. Hier hieß es alle Kraftreserven für die letzten 1500m-Strecken mobilisieren und versuchen die Bestzeit rauszuholen.

Am 09.04.2022 ging es nun also wieder nach Hause. Nach einer anstrengenden Woche mit all ihren Höhen und Tiefen traten wir nun also erschöpft, aber zuversichtlich, dass man mit diesem Boot in die Saison starten kann, die Heimreise nach Hannover an.

Trainingslager Hankensbüttel

von Peer Czorny und Florian Rendle

In der zweiten Woche der Osterferien ging es für uns nach zwei Jahren endlich mal wieder nach Hankensbüttel ins Trainingslager. Am Freitag davor, den 08.04.2022, stand das



Aufladen auf dem Plan. Da wir recht wenig große Leute waren, war es schwer, die Boote, die höher auf dem Hänger liegen sollten, aufzuladen. Trotzdem haben wir alles gut geschafft und waren nach etwa 3 Stunden fertig. Am Sonntag, den 10.04.2022, fuhren wir dann vom Parkplatz der Fachhochschule, aufgeteilt auf mehrere Autos, um 8:00 Uhr los. Als wir nach etwa einer Stunde Fahrt da waren, musste das Gepäck ausgeladen und ins Haus gebracht werden. Nachdem das erledigt war, ging es ans Booten vom bereits vorgefahrenen Bootstransport abladen und aufriggern, um direkt eine erste Einheit zu fahren. Das Programm war erstmal nur eine Erkundungsfahrt. Es war eine neue Erfahrung, mit den großen Frachtschiffen zu fahren, aber nach der ersten Einheit war es bereits nicht mehr schwer, mit den Wellen klarzukommen. Nach der Einheit war dann Zeit, erstmal richtig anzukommen und beispielsweise Karten zu spielen. Zum Abendbrot gab es Gemüsecurry mit Reis. Am Montag wurden wir früh mithilfe von Musik geweckt. Nach

den Corona-Tests hat der Frühstücksdienst das Frühstück gemacht, was aus Brot, Müsli, Obst, etc. bestand. Als wir damit fertig waren, musste der Abwaschdienst das dreckige Geschirr abwaschen und wieder wegräumen. Währenddessen machten sich die Ersten für die erste Einheit des Tages fertig. Auf dem Plan für die Junior*innen standen 15km Exa, die Kinder sollten 12 km fahren. Nach und nach leerte sich das Bootshaus, da immer mehr Leute aufs Wasser gingen. Zum Essen gab es nach der ersten Einheit Milchreis mit heißen Kirschen, obwohl man auch Brötchen und Müsli essen konnte. Nach etwa 3 Stunden Pause, in der gespielt oder sich einfach entspannt werden konnte, ging es dann auch schon für die zweite Einheit aufs Wasser. Für die Junior*innen stand Exa mit "Halbe-Rolle-Schlägen", für die Kinder wieder Exa auf dem Plan. Man merkte, dass man sich jetzt an den doch sehr kleinen Steg und die doch sehr großen Schiffe gewöhnt hatte und wieder so wie normal, vielleicht sogar besser (durch die guten Bedingungen und Streckenmarkierungen alle 100 m) trainieren konnte. Nach der zweiten Einheit, während die letzten noch trainierten, fing der Kochdienst



schon mit der Zubereitung von Nudeln mit Bolognese an. Vor dem Abendbrot sollte dann noch jeder geduscht und sich umgezogen haben. Während des Essens herrschte immer eine angenehme Atmosphäre, bei der sich nett mit allen unterhalten werden konnte. Nach dem

Abendbrot musste, wie nach dem Frühstück, das dreckige Geschirr abgewaschen werden. Bis auf den Abwaschdienst machten dann alle, worauf sie Lust hatten. Manche spielten Karten, andere hörten Musik oder redeten. Um 22 Uhr war dann Schlafenszeit. Am nächsten Tag wurden wir mit einer ziemlich lauten Glocke geweckt, damit auch die letzten direkt wach wurden. Wie schon am Montag mussten wir uns wieder testen. Nach dem Umziehen gab es Frühstück, welches vom Frühstücksdienst vorbereitet worden war. Danach machten sich



einige für die erste Einheit fertig, während der Abwaschdienst das Geschirr sauber machte. Für die erste Einheit stand für die Junior*innen wieder Exa auf dem Plan, obwohl man auch auf die Technik achten sollte und die Kinder durften/mussten laufen gehen. Zur Stärkung gab es zur Mittagszeit wieder Brötchen oder Müsli. Nach wieder ein wenig Freizeit mussten wir wieder aufs Wasser. Diesmal war das

Programm anstrengender mit 2x2000m für die Junior*innen und 3x1000m für die Kinder. Zum Abendbrot machte der Kochdienst Pellkartoffeln mit Kräuterquark, Salat als Beilage und Fruchtojoghurt als Nachtisch. Nach dem Essen mussten manche noch duschen gehen, bevor der Putzdienst dort sauber machen konnte. Dann gab es noch eine Überraschung für die Junior*innen. Deren Trainer*innen entschieden nämlich, dass noch Druck-20er mit Expander gefahren werden sollten (Yeah!). Tom und Yannick entschlossen sich kurzerhand dazu, auch mitzufahren. So gab es dann drei Boote: Peer und Florian in X-Wing; Hanna, Lena, Hannah und Pauline mit Finja als Steuerfrau in Wilhelm und Tom und Yannick in Laufwunder. Es wurden neben den Druck-20ern auch noch ein paar Starts gefahren. Danach mussten die Junioren*innen noch einmal duschen und es gab wieder einen Abend ähnlich dem von Montag, also mit Kartenspielen wie Bohnanza und Wizard. Die Trainer*innen schrieben die Pläne für den nächsten Tag samt Zeiten und Diensten und hängten diesen dann an die Pinnwand. Auch dieses Mal war um 22 Uhr Nachtruhe. Am Mittwochmorgen war dann sozusagen die Trainingslagerhälfte angebrochen. Geweckt wurden wir wie üblich mit leichter Morgenmusik und nach Coronatest und Frühstück wurde begonnen, sich für die erste Einheit fertig zu machen. Nun ging es also aufs Wasser in hauptsächlich bekannten Bootskombinationen für ca. 5-7,5 km, den Kanal hoch und runter. Zur Mittagspause wurde sich dann mal wieder selbst Essen gemacht und die Zeit genutzt um zusammen zum Beispiel Bohnanza, Skyjo oder draußen Fußball-Volleyball zu spielen. Nach ein paar Stunden Pause bei gar nicht mal so schlechtem oder kaltem Wetter, ging es dann nach und nach los, um auch noch die zweite Einheit des Tages zu absolvieren, mit Programmen wie 8x 250 m im Einer gegeneinander bei den Junior*innen.

Zum Abendbrot wurde wieder vom Kochdienst gekocht, dieses Mal Gemüsepfanne mit Reis. Bevor der Abend von allen entspannt ausge-



klungen werden konnte, musste auch wieder der Putzdienst verteilt und erledigt werden, wofür sich allerdings bereits Personen den Tag über qualifiziert hatten und dies somit zum Glück nicht lange dauerte. Um ca. 22:00 Uhr ging es dann auch schon wieder ins Bett. Der nächste Tag verlief ähnlich, nur mit einem etwas anstrengenderen Programm, nämlich 3x2000m für die Junior*innen und 1000m Belastung für die Kinder. Außerdem gab es zum Mittag Pudding. Die andere Einheit war jeweils Exa. Zum Abend hin gab es dann aber doch noch eine Besonderheit, und zwar gab es an diesem Abend ein Lagerfeuer als Abschluss des Trainingslagers. Wie sich das gehört, gab es natürlich Musik, Stockbrot und Süßigkeiten. Auf jeden Fall ein sehr schöner Abend. Als am Freitagmorgen dann der letzte Tag anbrach, mussten erstmal alle Sachen, außer jene, welche fürs Rudern gebraucht wurden, zusammen und in den Koffer geräumt werden, bevor es nach dem regulären Morgen dann zur letzten Einheit und damit zur Abschlussbelastung (Junior*innen: 2000m, Kinder: 3000m) raus ging. Nach dem Rudern und einer kurzen Pause wurde angefangen, die Boote wieder abzuriggern, sie mit den Auslegern, Skulls usw. auf den Hänger zu landen und alle Taschen aus

dem Haus zu räumen, damit dort noch einmal richtig geputzt werden konnte. Als all das fertig war, konnten die letzten Minuten dazu genutzt werden, ein bisschen Karten zu spielen und Kuchen zu essen, ehe die Eltern kamen, um uns abzuholen. Insgesamt war diese Woche ein sehr schöner und auch effektiver Start in die Sommersaison und wir freuen uns schon, wenn wir das nächste Mal wieder zurückkommen können.

Regatta Münster

von Hannah Matthiesen und Pauline Seehafer

Am 23. und 24. April ging es für die meisten von uns B-Junior*innen zur ersten Regatta der Saison nach Münster auf den Aasee. Da diese Regatta eigentlich nicht auf dem Regattaplan des RVH stand, war die Planung relativ kurzfristig und es sind auch nur die gerudert, die in einer Renngemeinschaft mitfahren.

Hanna Scherenberg und Lena Köhn gewannen mit dem LRVN-Achter beide Male ihr Rennen. Peer Czorny fuhr das erste Mal mit seiner Renngemeinschaft vom HRC im JMB 4x+Lgw. und wurde Samstag, sowie auch Sonntag, Zweiter in seinem Lauf. Wir beide sind im LRVN-Doppelvierer mit Steuermann/-frau gefahren und wurden Samstag Dritter und Sonntag Zweiter in unserem Lauf. Außerdem starteten Hanna und Lena, sowie wir auch, noch im Doppelzweier.

Zu der Regatta waren wir am Samstagabend noch als Gruppe in der Innenstadt von Münster unterwegs und übernachteten mit dem HRC zusammen in einer Turnhalle. Mit diesem verbrachten wir generell das Regattawochenende gemeinsam. Insgesamt glauben wir, hat die Regatta uns allen Spaß gemacht, trotz dem vielleicht an der ein oder anderen Stelle noch ausbaufähigen Ruderischen.

Regatta Bremen

von Nele Mauritz, Lea Scherenberg, Emma Kulak und Valentina Wagner

Am 7. und 8. Mai fand mal wieder die Bremer Regatta statt. Nachdem die Boote am Donnerstag abgeriggert und aufgeladen wurden, fuhren die Junioren schon am Freitag nach der Schule nach Bremen. Die Trainer*innen und die Kinder fuhren mit zwei Autos am Samstagmorgen hinterher.

Am Samstag ist als erstes Oskar an den Start gegangen und hat im leichten Einer der A-Junioren über 1500m den 3. Platz belegt. Gefolgt von den B-Juniorinnen Hanna und Lena, die im Riemenzweier ebenfalls den 3. Platz belegten. Im Rennen der B-Juniorinnen Dop-



pelzweier fuhren Hannah und Pauline auf den 2. Platz. Sean, der in seinen Einer-Rennen den 1. und den 4. Platz belegte, war ebenso recht erfolgreich. Den Samstag hat Peer im leichten Einer auf dem 1. Platz beendet. Auch die Renngemeinschaften des RVH waren mit Peer im leichten B-Junioren Doppelvierer (Platz 3), Oskar im leichten A-Junioren Doppelzweier (Platz 3), Hannah und Pauline im B-Juniorinnen Doppelvierer (Platz 3) und Hanna und Lena im B-Juniorinnen Achter (Platz 1) sehr erfolgreich. Nach der Nacht in der Turnhalle begann der Tag mit einem 2. Platz im leichten

Einer von Peer. Das nächste Rennen absolvierte Oskar auf dem 1. Platz im leichten Einer. Platz 2 wurden Lena und Hanna im Riemen-



zweier, Hannah und Pauline im Doppelzweier und Sean, sehr knapp hinter dem Ersten, im A-Junioren Einer.

Wie am Samstag waren die Renngemeinschaften am Sonntag mit Peer im leichten B-Juniorinnen Doppelvierer (Platz 4), Oskar im leichten A-Junioren Doppelzweier (Platz 4), Hannah und Pauline im B-Juniorinnen Doppelvierer (Platz 2) und Lena und Hanna im B-Juniorinnen Achter (Platz 1) ebenfalls erfolgreich.

Für die Kinder stand am Samstag die Langstrecke an. Dabei belegten der Mädchenvierer (13 und 14 Jahre) mit Lea, Emma, Nele, Valentina und Steuermann Felix, sowie Jasper im Jungeneiner (14 Jahre) den 1. Platz. Nach einer kurzen Pause fuhren auch noch Nele und Emma im Mädchenzweier (13 und 14 Jahre) die Kurzstrecke über 700m und gewannen dieses Rennen. Bei den weiteren Kurzstreckenrennen am Sonntag ging Jasper im Jungeneiner als erstes an den Start und beendete das Rennen an 3. Position. Dann gewann der Mädchenvierer mit Stm. Felix trotz zwei Krebsen das Rennen. Den Tag beendete für die Kinder Lea im leichten Mädcheneiner (14 Jahre) mit dem 2. Platz. Nach dem Abriggern und Aufladen der Boote ging es für alle wieder zurück nach Hannover. Insgesamt war es ein sehr schönes und erfolgreiches Wochenende in Bremen!

Regatta Otterndorf

von Oskar Krimm

Am 21. und 22. Mai 2022 fand eine Ruderregatta in Otterndorf statt. Da zeitgleich eine Regatta in Köln stattfand, bei der alle anderen Junior*innen des RVH teilnahmen, musste ich alleine beim HRC mitfahren. Wir trafen uns am Freitag vor der Regatta um 16 Uhr beim HRC und fuhren nach Otterndorf los. Während der Fahrt fing es ziemlich stark an zu regnen. Als wir in Otterndorf ankamen, regnete es immer noch, sodass die Wiese, auf der wir den Bootshänger hinstellen wollten, ziemlich matschig war. Deshalb mussten alle aussteigen und hinten am Anhänger schieben, da die Reifen vom Auto durchdrehten. Als der Anhänger abgestellt war, fuhren wir in eine Grundschule in Otterndorf, in der wir in einem Klassenzimmer übernachteten. Am Samstag war dann der erste Renntag, wir fuhren zur Regattastrecke, luden die Boote ab und riggerten sie auf. Danach gab es Frühstück und die ersten Rennen starteten. Die Wiese, auf der die Bootshänger standen, war eine Kuhwiese, auf der anscheinend manchmal auch Kühe waren. Die Kühe waren jetzt direkt neben uns, sodass man sie gut sehen konnte. Irgendwann hatte auch ich meine Rennen, zuerst im Zweier und danach im Einer. Beide Rennen liefen gut, sodass ich gleich zweimal den ersten Platz erzielen konnte. Am Abend fuhren wir wieder in die Grundschule, um wieder im Klassenzimmer zu übernachten. Am nächsten Morgen ging es etwas früher los, da die Rennen früher starteten, damit die Teilnehmer*innen nicht allzu spät nach Hause kamen. An diesem Tag hatte ich zuerst mein Rennen im Einer, in dem ich auch wieder den ersten Platz erreichen konnte. Danach hatte ich mein Rennen im Zweier. Bei dem haben wir uns allerdings aus Dummheit zu spät an die Schlinge am Steg angestellt, sodass wir zu spät

zum Rennen kamen und dieses schon gefahren wurde. Dann mussten wir nach einem anderen Rennen hinter dem Motorboot herfahren, um wieder an den Steg zu kommen. Danach riggerten wir unsere Boote ab und luden sie auf. Als alle Rennen beendet waren und alle Boote aufgeladen waren, fuhren wir wieder zurück



nach Hannover. Kurz vor Hannover mussten wir bei einer Auffahrt ziemlich stark abbrem- sen, da dort ein Auto stand, welches gerade angefangen hatte zu brennen. Also standen wir ungefähr eine Stunde hinter dem Auto, da erst- mal die Feuerwehr kommen musste, um das Feuer zu löschen. Als wir wieder beim HRC ankamen, luden wir die Boote noch ab und die Fahrt war beendet.

Kölner Juniorenregatta

von Pauline Seehafer und Hannah Matthiesen

Am 21. und 22 Mai dieses Jahres ging es für unsere B-Junior*innen nach Köln-Fühlingen. Da wir auf der Hinfahrt den Hänger gezogen haben, sind wir am Freitag davor schon nach der 4. Stunde gefahren. Nachdem wir nicht trainieren konnten, da es gewittert hat, sind wir dann in die Unterkunft gefahren. Am nächsten Morgen war dann das erste Rennen von unserem Doppelzweier, welches bereits um 8 Uhr stattfand. In der Mitte des Tages gingen dann Hanna und Lena mit ihrem Zweier ohne an den Start. Zum späten Nachmittag hin fuhr Peer seinen leichten Doppelvierer zusammen mit dem HRC, anschließend waren wir mit unserem Doppelvierer in der Renngemeinschaft mit Hameln und Lehrte/Sehnde und zum Schluss der Achter mit Hanna und Lena an den Start gegangen.

Am darauffolgenden Tag waren dann wir an der Reihe, mit einem zufriedenstellenden Ergebnis. Lena und Hanna haben in ihrem Zweier ohne das B-Finale gewonnen, wie ebenfalls wir mit unserem Doppelvierer. Peer und seine Mannschaft wurden 4. im A-Finale, sowie auch der Achter mit Hanna und Lena.

Da knapp einen Monat später dort auch die Deutsche Jahrgangsmeisterschaft stattgefunden hat, war es gut, die Strecke schon mal gefahren zu sein und diese bereits zu kennen.

Trainingslager Kassel

von Lea Kulikowski, Matilda Lukosch und Yara Ritterbusch

Von Mittwoch, den 25.05.2022, bis Sonntag, den 29.05.2022, ging das diesjährige Ferienlager in Kassel. Wobei Mittwoch noch ein

Schultag war, was aber vermutlich niemanden gestört hat. Dieses Jahr war Kassel am Himmelfahrtswochenende, da an Pfingsten wichtige Regatten waren. Auf der Hinfahrt kamen wir, im Vergleich zu der Rückfahrt, welche echt lange gedauert hat, gut durch den Verkehr



und relativ pünktlich an. Nur ein paar Taschen und Zelte verspäteten sich, da diese in einem anderen Auto untergebracht waren. Kurz nach der Ankunft kam der Wagen mit Essen. Keine Ahnung wie viele Einkaufswagen das gewesen sein mussten, aber das war wirklich extrem viel Essen. Außerdem hat man uns jeden Tag mit frischen Brötchen versorgt, ab und zu auch mit Kuchen und einmal haben wir gegrillt. Außerdem gab es in einer Wäschewanne Salat. Manche Personen wurden auch ermahnt, nicht zu früh aufzustehen... Am Sonntag wurde noch der Geburtstag von Johanna (welche mit Hannah und Pauline 4er gefahren ist) gefeiert. Das Wetter war so in Ordnung bis lala. Die Volley-

ballbälle hatten nach diesen 4 Tagen vermutlich ein Schleudertrauma, so viel wie mit ihnen gespielt wurde. Die halbe Galerie zu Kassel (auf der RVH-Seite) ist voll von Bildern vom Volleyball spielen. Ach ja, und gerudert wurde auch. Zwei Einheiten am Tag. Am Regattatag zeigte sich das Wetter noch einmal von seiner besten Seite. Oder auch nicht. Trotzdem konnte der RVH ein paar Siege holen.

Regatta Duisburg

von Lena Köhn und Hanna Scherenberg

Am 3. Juni haben wir Junioren uns auf den Weg zur Regattastrecke nach Duisburg gemacht. Angekommen um 11 Uhr, sind wir zu den Booten gegangen und haben zunächst die Boote aufgeriggert. Der HRC hat den Hänger gezogen und einen super Platz, neben den Hallen mit Stellagen ergattern können. Dann folgte auch schon mehr oder weniger der typische Regattaablauf. Wir Ruderer haben uns in unseren Mannschaften zusammengefunden und die erste Einheit absolviert, während die Trainer fürs Wochenende eingekauft haben. Nachdem alle Boote nach dem Training befestigt und die Skulls weggeräumt wurden, ging es ins Hotel und wir haben unsere Zimmer bezogen. Am nächsten Morgen ging es für Hanna Scherenberg und Lena Köhn mit ein paar Leuten vom HRC früh zur Strecke, sodass sie die ersten auf dem Wasser waren. Nach und nach kamen dann auch alle anderen zur Strecke. Um 10:13 Uhr stand dann das erste Rennen für den RVH an. Hannah Matthiesen und Pauline Seehafer sind im Doppelzweier an den Start gegangen und konnten sich den 3. Platz sichern. Später sind die beiden noch mit Johanna aus Hameln und Finja und Finnja aus Lehrte im Mädchen-Doppelvierer an den Start gegangen und mussten sich leider mit Platz 5 geschlagen geben. Lena

Köhn und Hanna Scherenberg sind im Zweier ohne auf Platz 4 gefahren. Peer Luis Czorny ist mit Nico, Kenzo, Justus und Stm. Robin als Renngemeinschaft vom HRC gefahren. Sie konnten sich gemeinsam im Doppelvierer einen 2. Platz sichern. Ebenfalls im Jungen-Doppelvierer, allerdings der A-Junioren, an den Start gegangen ist Oskar Krimm, gemeinsam in einer Renngemeinschaft mit Hameln, Ems-Jade-Weser und dem Team Nordwest. Am Ende ist es Platz 4 für die Jungs geworden. Hanna und Lena sind später noch im Achter gestartet. Auf Grund von Ausfällen musste spontan nochmal umgesetzt werden und die Steuerfrau ersetzt werden. Am Ende mussten sie sich nach einem knappen Rennen mit Platz 2 geschlagen geben. Nachdem alle Rennen durch waren, ging es zurück ins Hotel und es wurde Pizza bestellt und Energie für den zweiten Regattatag gesammelt. Um 8 Uhr am Sonntag hieß es bereits für Hannah und Pauline ein weiteres Mal „Achtung-Los“. Am Ende wurde es Platz 5 für die beiden im Zweier. Im Vierer hatten Sie mehr Erfolg und erreichten den 2. Platz. Peer konnte mit seinem Vierer erneut den 2. Platz errudern. Nach kurzer Pause, aufgrund des schlechten Wetters, ging es dann auch für Hanna und Lena an den Start. Dem Achter fehlten lediglich 8 Zehntel zu Platz 2. Außerdem ist neben dem Niedersachsenachter mit starker Besatzung aus Hannover auch ein weiterer Achter aus Hannover vom Hannoverschen Regatta-Verband an den Start gegangen, wo unter anderem Ukrainerinnen von der Humboldtschule mitgerudert sind. Für den Achter wurde es am Ende Platz 5. Oskar konnte mit seiner Mannschaft auf Platz 3 rudern.

Es gab zwar keine Medaille für den RVH, trotzdem können alle zufrieden mit ihrer Leistung sein. Wir haben alle Boote wieder für den Transport fertig gemacht, uns noch eine Stärkung für den Heimweg bei der Pizzeria geholt und dann ging es schon wieder nach Hause.

Und somit ist wieder ein sehr schönes aber wie immer auch anstrengendes Wochenende vorbei und wieder rücken die Deutschen Jahrgangsmeisterschaften ein Stückchen näher.

Trainiert, betreut und kutschiert wurden die Sportler*innen von Nils Köhn, Finja Bley und Yannick Mauritz.



Landesentscheid in Hamburg

von Noah Scherenberg, Fabian Neubauer, Maximilian Liebeneiner, Niklas Schüler und Jonathan Budde

Der LE (Landesentscheid) von Niedersachsen fand in diesem Jahr gemeinsam mit den LEs von Hamburg, Bremen und Mecklenburg-Vorpommern in Hamburg statt. Drei RVH-Boote sind angetreten, um sich für den BW (Bundeswettbewerb) zu qualifizieren. Als wir am 4. Juni losfuhren, hatten wir keine Sorge, da wir wussten, dass alle 3 Boote eine Chance

auf die Qualifikation hatten. In Hamburg haben wir alle Boote abgeladen und anschließend auf unsere Rennen gewartet. Dann war es endlich soweit und das 3000m Rennen stand an. Jasper belegte den dritten Platz aus Niedersachsen, Lea, Nele, Emma, Valentina und Felix gewannen wie auch Jonathan, Niklas, Fabian, Maxi und Noah ihre Langstrecke. Am 5. Juni standen die 1000m-Rennen an, diese gingen wie die Rennen am Vortag aus. Bei dieser Platzierung durfte Jasper leider nicht mit nach Bremen zum BW. Aber die anderen beiden Boote konnten sich qualifizieren. Nach den Rennen haben wir die Boote wieder verladen, konnten die Rückreise antreten und sind spät abends wieder in Hannover angekommen.

DJM Köln 2022

von Peer Czorny

Auch dieses Jahr ging es mal wieder für die meisten unserer Junioren zu der Regatta, auf die sie das ganze Jahr in Trainingslagern, im Kraft- und Ergoräum, bei hunderten Kilometern auf Maschsee oder Kanal und auf vielen Regatten in ganz Deutschland hingearbeitet hatten: den Deutschen Jahrgangsmeisterschaften.

Es ging am Mittwoch, den 22. Juni nach der vierten Stunde im Kleinbus los nach Köln. Die Boote mit RVH-Beteiligung, welche dort an den Start gingen, waren Lena Köhn und Hanna Scherenberg betreut von Finja Bleyl im JF 8+ B zusammen mit vielen anderen Mädchen des Niedersachsenkaders. Hannah Matthiesen und Pauline Seehafer mit Nils Köhn als Trainer in einer JF 4x+ B Renngemeinschaft mit dem RV Weser und RV Lehrte/Sehnde. Hannes Pieper als JM 4x+ B Steuermann unter der Betreuung von Fritz Marcinczak in einer Hannover/Wolfsburg Renngemeinschaft und Ich (Peer

Czorny) im JM 4x+ B LG mit vier HRC-lern und Trainer Yannick Mauritz. Nach einer durch Stau verzögerten und sehr heißen Autofahrt kamen wir also an der Kölner Regattabahn am Fühlinger See endlich an, wo schon von den anderen hannoverschen Vereinen ein Lager aufgeschlagen worden war. Nach erstem Zurechtfinden und Aufriggern der Boote ging es auch direkt zum ruderischen Teil über, nämlich dem ersten Training. Da wir alle schon bei einer vorherigen Regatta in Köln früher im Jahr die Regattastrecke hatten kennenlernen können, war es Fahren auf bekannten Gewässern. Anschließend, nachdem alle Boote fertig waren, und es Abendbrot gab, ging es auch schon zum ersten Mal in die Unterkunft. Dort angekommen musste aber auch schon früh schlafen gegangen werden, da am Folgetag bereits die Vorläufe stattfinden sollten.

Am ersten Renntag ging es gegen Mittag zur Strecke, wo ab 8:30 Uhr die Vorläufe ausgetragen wurden. Für mich als Leichtgewicht und Hannes als Steuermann ging es auf die Waage, welche aber zum Glück für keinen von uns knapp wurde. Da all unsere Vorläufe erst am späten Nachmittag waren, wurde die Zeit davor damit verbracht, sich andere Rennen anzugucken, Mittag zu essen usw. Gegen 16:00 Uhr ging es nach und nach auch für uns RVHler zum ersten Mal bei dieser DJM erst in die Rennvorbereitung und dann hoch zum Start, um 1500m im Fullspeed wieder runterzuruern. Als erstes waren Hannahs und Paulines Vierer dran, welcher leider in den Hoffnungslauf am nächsten Tag musste. Anschließend dann der von Hannes gesteuerte Doppelvierer, der sich mit dem Zweiten Platz einen direkten Halbfinalplatz sichern konnte, als drittes Lena und Hanna, welche in ihrem Vorlauf auch Dritte wurden und als letztes ich mit meinem Vierer, der sich mit einem ruderisch eher schwachen Rennen auch nicht direkt im Halb-

finale unterbringen konnte. Nach den Rennen wurde sich dann jeweils immer ausgefahren, angelegt, das Boot und die Skulls zum Lager gebracht und letztendlich meistens eine Rennnachbesprechung gemacht. Am Abend, als alle Rennen durch waren, wurde wieder in großer Runde zu Abend gegessen und sich fertig für die Unterkunft und dort das Bett gemacht.

Auch am Hoffnungslauftag wurde wieder gefrühstückt, sich fertig gemacht und zur Strecke aufgemacht. An diesem Tag ging es darum, sich für das Halbfinale zu qualifizieren. Es wurde also ernst für den Mädchen- und meinen Vierer. Wir waren als erstes dran und konnten uns mit einem besseren Rennen als am Vortag und einem ersten Platz fürs Halbfinale am nächsten Tag qualifizieren. Bei dem Mädchenvierer lief es nicht so gut und so mussten sie einen fünften Platz mit 0.79 Sekunden fehlend zum Halbfinale hinnehmen. Zum Abschluss der Rennen des Tages wurde der Achter von Lena und Hanna Zweiter und konnte somit im A-Finale starten. Der Rest des Tages wurde dann noch damit verbracht, sich vielleicht etwas zu essen zu holen oder beim New Wave Stand das exklusive DJM-2022-Shirt zu kaufen.

An diesem Tag teilte sich der RVH in zwei Gruppen auf: die Jungs, welche Halbfinale führen, und die Mädchen, welche eine Stadttour durch Köln machten. Bei der Regatta jedenfalls gab es wieder das übliche Prozedere und die typische Rennvorbereitung. Diese startet zwei Stunden vor dem Rennen, ab diesem Zeitpunkt sollte aus bekannten Gründen nichts mehr gegessen werden. 1 Stunde vorher wird dann mit der ganzen Mannschaft plus Trainer die Rennbesprechung gemacht, bei der nochmals geklärt wird, welche Renntaktik gefahren wird und wie die letzten Vorbereitungen laufen werden.

Außerdem wird letztendlich die Mannschaft in

Name	1.Platz	2.Platz	3.Platz	Weitere Plätze
Emma Kulak	16	9	5	4
Lea Schereberg	15	6	7	8
Pauline Seehafer	13	16	11	10
Nele Mauritz	13	7	4	6
Hannah Matthiesen	12	15	12	11
Lena Köhn	11	7	7	14
Sean Schablack	10	9	4	13
Jonathan Budde	10	4	5	15
Niclas Schüler	10	3	2	14
Hanna Scherenberg	9	8	8	13
Felix Popp	9	4	0	2
Fabian Neubauer	9	3	4	11
Peer Czorny	8	13	2	17
Oskar Krimm	8	7	4	12
Jasper Heidenreich	8	5	1	13
Matilda Lukosch	8	4	4	8
Maximilian Liebeneiner	7	6	4	11
Mattes Bachmann	7	5	1	0
Iryna Yatsuliak	7	3	0	1
Lea Kulikowski	6	8	4	8
Yara Ritterbusch	6	8	3	8
Alisa Lehenchenko	6	1	1	2
Maksym Komiahin	5	8	2	1
Vicco Engel	5	7	3	1
Finja Bleyl	5	6	1	2
Zinaida Kataeve	5	4	0	1
Noah Scherenberg	4	6	2	9
Doukas Siskos	5	3	3	9
Tom Czorny	4	6	1	0
Yaroslava Kravchenko	4	5	0	1
Teresa Raschke	4	5	0	0
Sophia Limprecht	4	4	2	2
Yaroslav Zakharov	4	2	0	1
Michel Coors	4	1	3	2
Volodymyr Sluhai	3	9	2	1
Fabio Hagin	3	7	2	5
Yannick Mauritz	3	1	0	1
Isa-Marie Ebert	2	2	6	7
Kyrylo Furs	2	2	1	1

Name	1.Platz	2.Platz	3.Platz	Weitere Plätze
Freya Glenewinkel	2	2	0	1
Felix Freindt	2	0	0	3
Florian Rendle	1	7	3	14
Anna Schiefer	1	4	0	1
Carolin Albrecht	1	3	2	3
Josephine Liebeneiner	1	2	1	3
Laura Rendle	1	1	2	8
Marie Klar	1	1	2	7
Nils Köhn	1	1	0	0
Ella Stechel	1	0	0	1
Felix Krimm	1	0	0	0
Nadine Scheibner	1	0	0	0
Line Pfeiffer	1	0	0	0
Maximilian Krimm	1	0	0	0
Thies Glenewinkel	0	4	1	3
Carl Marcinczak	0	2	0	2
Bohdan Toran	0	2	0	0
Yalizaveta Nazarenko	0	2	0	0
Mareike Sack	0	1	0	3
Fritz Marcinczak	0	1	0	0
Elena Bork	0	1	0	0
Harshada Rajanish	0	0	1	1
Susanne de Vries	0	0	1	0
Susanne Diener	0	0	1	0
Jasper Bußmann	0	0	1	0
Jona-Simon Dröge	0	0	0	7
Sarina Heindorf	0	0	0	6
Jonas Scherenberg	0	0	0	4
Thea Ramm	0	0	0	4
Elisabeth Marcinczak	0	0	0	3
Lena Klar	0	0	0	3
Charlotte Rewerski	0	0	0	3
Janika Ringitzer	0	0	0	3
Silko Nebel	0	0	0	2
Lennart Baasner	0	0	0	2
Björn Gerß	0	0	0	1
Lennart Rudolph	0	0	0	1
Gregor Schneemann	0	0	0	1

das richtige Mindset gebracht. Nach der Rennbesprechung wird sich dann mit Mobi und Stabi aufgewärmt, das Boot und die Skulls zum Wasser gebracht und dann geht es auch schon hoch zum Start, wobei meistens noch Zehner, Zwanziger und Starts gefahren werden. Der „schwere“ Jungsvierer, den Hannes steuerte, konnte sich mit deutlichem Abstand nach vorne und hinten mit dem dritten Platz für das A-Finale qualifizieren. Für meinen Vierer ging es nicht so gut aus, mit starker Konkurrenz und daher nur einem vierten Platz kamen wir ins B-Finale. Zum Abendbrot gab es wie immer Kartoffeln mit Quark und dann wurde sich auch schon auf den Weg ins Hostel gemacht.

Am letzten Tag dieser Deutschen Jahrgangsmesterschaften waren die großen Rennen dran: die Finals. Ein letztes Mal wurde gefrühstückt, dann wurden alle Sachen zusammengepackt und verladen und das Hostel zur Regattastrecke verlassen. Am Fühlinger See angekommen konnte sich vorerst entspannt werden, da unsere Großbootfinals alle erst am Nachmittag waren. Bis dahin wurde zum Beispiel bei anderen Rennen zugehört, wie denen von Sean oder Anna, welche mit dem HRC bzw. DRC an den Start gingen. Sean landete im JM 4x ALG mit unter einer halben Sekunde ganz knapp hinter dem Vierten. Eine sehr gute Leistung konnte Anna abrufen, welche im JF 4x A LG und im JF 2x A LG Deutsche Meisterin wurde. So gegen 15:00 Uhr gingen dann aber auch die Boote aufs Wasser, die für den RVH starteten. Nach der schon beschriebenen Rennvorbereitung lagen dann also unsere drei Finalboote zu ihren jeweiligen Rennen am Start. So ein Rennen läuft meistens folgendermaßen ab: um das Boot erstmal auf Geschwindigkeit zu bringen, wird ein aus fünf immer länger werdenden Schlägen bestehender Start gefahren. Danach gibt es so in etwa 20 Schläge, welche auch noch schneller gefahren wer-

den, die dafür da sind, schnell von der 0-Meter-Marke weg zu kommen und sich vielleicht einen kleinen Vorsprung zu erarbeiten, bzw. an den Gegnern dranzubleiben. Der erste Zehner, also ein kurzer Zwischenspur, wird dann nach 500 m gefahren, der zweite nach 750 m. Ab 1000 m geht die Mannschaft langsam mit noch einem Zehner in den Anfang des Endspurts. Nach wiederum 250 m wird dann komplett mit der Frequenz und Kraft hochgegangen, so wird auch das Rennen bis zum Ende gefahren. Zwischendurch kann es auch noch kurze vom Steuermann angesagte Attacken geben, um sich Abstand zu den Gegnern zu verschaffen oder diesen eben zu verringern. Genau so läuft natürlich nicht jedes Rennen ab, aber vom Prinzip her unterscheiden sich die verschiedenen Renntaktiken unserer vier Boote nicht allzu sehr. Die Ergebnisse waren jedenfalls ein



4. Platz für den Mädchen-Niedersachsenachter von Lena und Hanna, ebenso der gleiche Platz für Hannes' Vierer und ein fröhliches Ende im B-Finale mit dem Sieg dort für meinen Vierer und mich. Nun war also das größte Rennen der Saison und damit all die Anspannung und der Druck vorbei. Man hatte es geschafft und konnte sich endlich entspannen und auf den Meisterschaftsempfang freuen. Bevor der aber am folgenden Dienstag losgehen würde, mussten noch all die Boote wieder auf den Hänger aufgeladen, das Unterkunftszelt zusammenge-

packt und allgemein unser Aufenthaltsbereich dort aufgeräumt werden. Somit dauerte es dann doch noch etwas, bis wir alle erschöpft, aber auch glücklich den Heimweg mit vielen neuen Erlebnissen und Erinnerungen antreten konnten.

Wanderfahrt

Tag 1: Anreise und erste Etappe von Gießen nach Wetzlar

von Peer, Oskar, Sean, Flo und Hanna

Am Mittwochmorgen trafen wir uns um 9:30 Uhr am Hauptbahnhof. Dann ging es mit dem Zug nach Gießen. Auf der Fahrt haben wir Durak und Uno gespielt. Vom Bahnhof in Gießen ging es dann 10min zu Fuß zur Gießener Rudergesellschaft und dort haben wir unsere Boote abgeladen und aufgeriggert. Nachdem alle Boote fertig waren und die Besetzung eingeteilt war, ging es auch schon los. Nach wenigen Metern kam auch schon das erste Wehr und wir mussten durch die Bootsrutche treideln. Das war für viele von uns eine komplett neue Erfahrung. Auf dem Weg nach Wetzlar passierten wir noch einige weitere Bootsrutchen und Schleusen. Außerdem legten wir unterwegs noch ein paar Badepausen ein. Gegen 18:30 Uhr sind wir in Wetzlar angekommen. Während einige Leute angefangen, haben das Essen vorzubereiten, waren andere nochmal baden. Zum Essen gab es vegetarisches Curry mit Reis. Nach dem Essen bauten die meisten ihren Schlafplatz in der Umkleide auf, während die Jungs auf eine dumme Idee kamen.

████████████████████
████████████████████
████████████████████
████████████████████ (Diese musste Caro leider schwärzen). Auf dem Weg zum ██████████
████████████████████, wurden sie von Björn er-

wischt. Danach ging es dann auch schon wieder ins Bett und der erste Tag war vorbei.

Tag 2: Von Wetzlar nach Weilburg

von Lea und Hannah

Nach dem Frühstück um 8 Uhr haben wir unsere zusammengepackten Sachen ins Auto geschmissen und die Boote nacheinander ins Wasser gelassen. Vor uns lag die längste Etappe mit 28 km. Nach zwei problematischen Boots-rutschen ging die Fahrt schon viel schneller weiter. Nach 9 km trafen wir Björn, der an dem Tag den Landdienst übernommen hatte, an einer Schleuse. Dort haben wir beschlossen, dass wir bei km 15 eine Mittagspause einlegen. Auf dem Weg dorthin war das Wasser sehr flach, sodass wir teilweise aussteigen und die Boote im Wasser schieben mussten. Den Pausenplatz erreichten wir um ca. 14:30 Uhr, wo wir die Boote anbanden. Nachdem wir eine Kleinigkeit gegessen hatten, ging es um etwa 15:30 Uhr weiter in Richtung Weilburg. Kurz vor der letzten Schleuse haben wir noch eine Badepause eingelegt. In Weilburg angekommen, haben wir die Boote aus dem Wasser geholt. Daraufhin wurde geduscht und die Betten gemacht und es gab um 21 Uhr endlich Abendessen. Bei unserem Versuch, ins Bett zu gehen, ist uns ein Hornissennest aufgefallen. Zum Schlafen haben wir deswegen unseren Schlafplatz in die große Jungsumkleide bzw. auf den Steg verlegt.

Tag 3: Von Weilburg nach Limburg

von Marie und Isa

Da der Ruderverein uns trotz einer dort geplanten Hochzeit bei sich übernachtem lassen hat, mussten wir an diesem Morgen schon um sieben Uhr frühstücken, um gegen 8:45 gesammelt abzulegen. Der Start der Etappe war sehr spannend und neu für uns alle, da wir durch

einen ca. 100m langen Tunnel in eine Doppelschleuse fahren mussten. Ein wenig Nervenkitzel am Morgen in der Dunkelheit des Tunnels hat uns allen gefallen. Nach einer kleinen Gesangseinlage in der Doppelschleuse haben wir uns auf unsere Ruderetappe von 22km begeben, die immer wieder von Schleusen unterbrochen wurde. Nach einigen Badepausen sind wir um ca. 13Uhr an dem geplanten Schlafplatz angekommen, der dieses Mal ein Campingplatz war. Das Raustragen der Boote gestaltete sich schwierig, da man über eine steile Treppe durch einen schmalen, niedrigen Steintunnel gehen musste, um die Boote für die Nacht zu lagern. Weil dies sehr umständlich war, waren alle froh, als diese [REDACTED] gemeistert war. Zu unserem Schlafplatz, der sich direkt neben einer Pferdeweide befand, sind wir einen kleinen Hügel hinaufgegangen. Als alles für den Abend vorbereitet war, wurde das Essen gekocht, das

aus Pellkartoffeln und Quark bestand. Währenddessen sind Björn und Yannick zum Hänger gefahren, der an unserem nächsten Ziel stand. Nur haben sie dafür bedauerlicherweise den Schlüssel vergessen, weshalb sie ihr Vorhaben nicht wie geplant ausführen konnten. Nach dem Abendessen wurden zum Abschluss noch einige Runden Karten gespielt, bevor es schließlich in den Schlafsack ging.

Tag 4: Erste Abreise

von Ivana, Pauli, Marie und Teresa

ACHTUNG!

Nicht geeignet für schwache Nerven

Zentimeter um Zentimeter schwand das Wasser, die Luft flirrte. Kein Lebewesen, das noch ganz bei Sinnen war, wagte sich auf die Straße. *dramatische Musik*

Unser kläglichster Versuch, die Lahn durch Auffüllmaßnahmen zu retten, war zum Scheitern verurteilt – der berühmt berüchtigte Tropfen auf dem heißen Stein. Unausweichlich verdunsteten die letzten Rinnsale – einst gewaltige Wassermassen... Steine und Schleusen, die uns nicht schleusen wollten, wurden sichtbar. Unser Schicksal war besiegelt. In Rekordtempo luden wir die Boote auf und flüchteten per 9-Euro-Ticket ins altbekannte Kassel. Die Fulda würde uns sicherlich nicht im Stich lassen. Nach einer 45-minütigen Wanderung vom Bahnhof, in der schier unerträglichen Hitze, erreichten wir völlig erschöpft das Bootshaus der Jakob-Grimm-Schule. Die Vorfreude auf die Waschbären war groß. In der Abenddämmerung stärkten wir unsere ausgelaugten Muskeln mit Chili sin Carne – kombiniert mit reichlich Kohlenhydraten in Form von Nudeln. Für das allseits beliebte Kanufahren fehlte uns leider jegliche Kraft, weshalb wir in unser Bettlager krochen. Die Stille der Nacht wurde nur unterbrochen durch das Geräusch einer Kettensäge, welche sich im Nachhinein als Schnarchnase



entpuppte.

Tag 5: Kassel nach Hannoversch Münden

Autor: in unbekannt

Der fünfte Morgen der Wanderfahrt begann



mit einer unsanften Weckung und anschließendem Frühstück. Nachdem die Sachen zusammengepackt wurden, ging es los. Nach einem entspannten Ablegen war die erste (defekte) Schleuse nicht mehr weit und alle durften umtragen, wobei die voll bepackten Boote mehr oder weniger souverän wieder ins Wasser gelassen wurden. Als dies geschafft war, konnte die Reise in schöner Landschaft und mit langen Badepausen richtig beginnen. Während einer dieser Pausen wurde die Gruppe auf der Suche nach dem Mörder handgreiflich, der Täter (Peer) wurde identifiziert und zur generellen Entspannung ging es danach zum Eismann. Nach ein paar technischen Übungen auf der

Fitnessplattform war es wieder soweit und wir gingen aufs Wasser. Auch der zweite Teil der Etappe ging fix rum, wobei wir in der zweiten Schleuse einige Volkslieder zur kulturellen Weiterbildung zum Besten gegeben haben. Nach dem Anlegen halfen alle bei den Vorbereitungen für die Grillung, wobei ein Einkaufsteam Kohle für die Griller nachkaufen musste, die ihren Job im Großen und Ganzen dennoch top gemacht haben. Für einige ging der Abend bis tief in die Nacht, wobei aber darauf geachtet wurde, den Laden sauber zu halten.

Tag 6: Hannoversch Münden nach Hannoversch Münden

von Caro

Am Morgen dieses vorletzten Tages zeichnete es sich schon ab, dass die letzte Etappe nicht von allen angetreten werden wird. Es gab einige Krankheitsfälle (zum Glück nicht aufgrund der gestrigen langen Nacht). Die übrigen Ruder:innen gingen ein letztes Mal auf Wasser. Ihre Reise sollte bis zum Hänger gehen, an dem sie dann die Boote aufluden und mit dem Bus zurück zum Bootshaus fahren. Die Teilnehmenden, die am Bootshaus geblieben sind, ruhten sich in der Zeit aus und räumten auf. Am Abend gab es für alle noch Pizza und, wie Yannick so schön betitelte, „Pizza mit komisch“ (siehe Foto) für die Veganer:innen unter uns. Danach wurde ein letztes Mal auf den Luftmatratzen geschlafen.

Tag 7: Abreise von Hannoversch Münden nach Hannover

von Thies

Am finalen Tag der diesjährigen Wanderfahrt wurde nicht mehr gerudert. Dafür gab es ein letztes großes Resteessen, bei dem wir dann auch noch die letzten Vorräte platt gemacht haben. Ein jeder hatte bis dahin schon die Sa-

chen gepackt oder wurde im Zweifelsfall zurückgelassen, zweiteres war aber ausnahmsweise nicht der Fall. Danach wurde noch ein Gruppenfoto mit allen bis hierhin wieder gesunden Teilnehmern geschossen. Pünktlich rollten also zwei Autos und eine große Gruppe Marschierender Richtung Heimat, die Einen im schön klimatisierten Auto und der „Rest“ ist an diesem schwülen Tag in Richtung Bahnhof gestapft. Dieses eine Mal hat die Deutsche Bahn sogar einen guten Job gemacht und wir sind glücklicherweise ohne weitere Komplikationen gut in Hannover angekommen. Zum Abschluss der Reise gab es dann noch ein erschöpftes, aber glückliches „Hau rein!“, woraufhin jeder seinen eigenen Weg ging und wir uns alle einen Tag später beim Abladen wieder sahen.

Resümee

von Caro

Nun ist die Wanderfahrt schon ein paar Wochen her. Ich möchte aber abschließend ein paar Worte aus der Perspektive einer der Organisator:innen loswerden. Vielleicht mal eine etwas andere Sicht.

Für mich ist so eine Woche ein echtes Vergnügen. Es ist toll, die Aufregung zuvor zu verspüren und alles zu organisieren. Natürlich ist es zuvor auch schon ein wenig stressig, aber das nimmt man gerne hin. Dann ist es soweit und die Fahrt findet statt. Jetzt stellt sich die Frage: „Wie streng muss man sein? Was lässt man durchgehen, wo zieht man eine Grenze?“. Ich schreibe dies auf, damit ihr als Leser:innen aber auch als Teilnehmer:innen meine Perspektive sehen könnt. Auf der einen Seite möchte man dazugehören und auch verrückte Sachen mitmachen, aber auf der anderen Seite muss man die Vernünftige und manchmal auch die Spielverderberin sein (s. das Schwärzen am Anfang dieses Berichts). Das ist wirklich

schwierig abzuwägen. Bitte bedenkt das, wenn ihr das nächste Mal genervt von meinen Entscheidungen seid. Ich freue mich aber trotzdem auf die nächsten Jahre, in denen ich es vielleicht wieder abwägen muss und möchte allen, die überlegen, mal eine Wanderfahrt zu planen, auf diesem Wege mitgeben „es lohnt sich :)“.

Paris 2022

von Lea Scherenberg

Für einige Sportler ging es nach langer Vorbereitung am 21.08. endlich zum Deutsch-Französischen Austausch nach Paris. Mit dabei waren vom RVH Nele, Emma, Lea und Jasper. Insgesamt waren es jedoch 8 Mädchen und 8 Jungen aus verschiedenen Vereinen aus ganz Hannover. Mit den Betreuern ging es mit dem Zug von Hannover nach Paris. Nach einem kurzen Spaziergang zum Sacre Coeur mit wunderschönem Ausblick über Paris ging es mit dem Bus zur olympischen Regattastrecke Vaires sur Marne, wo unsere Unterkunft für die nächsten 7 Tage war. Wir waren gemeinsam mit anderen ungarischen und französischen Jugendlichen in der Unterkunft. Allgemein gab es in ganz Frankreich 5 verschiedene Standorte, wo ebenfalls jeweils 3 Nationen trainierten. Neben einem Deutschen Team und einem französischen Team waren auch die Nationen Italien, Tschechien, Großbritannien, Serbien und Ungarn mit einem Team vertreten. Schon beim Eintreffen der verschiedenen Teams wurde auf die Internationalität geachtet, denn die Zimmer wurden schon im Vorfeld eingeteilt, so dass in den 2er und 4er Zimmer immer verschiedene Nationen vertreten waren. Unser Tagesablauf bestand neben unseren Trainingseinheiten im Achter auch immer aus einer Sprachanimation mit den Dolmetschern, bei der uns Fachbegriffe zum Rudern auf Französisch und Ungarisch

beigebracht wurden. Wie schon erwähnt sind wir Achter gefahren, was für den Großteil bedeutete, das erste Mal einen Riemen in der Hand zu halten. Wir sind sowohl in internationalen als auch in nationalen Achtern gefahren.



Diese Erfahrung war das frühe Aufstehen auf jeden Fall wert. Denn mit einigen internationalen Ruderern haben wir bis heute noch Kontakt. Das hat gezeigt, dass allein in den 5 Tagen tolle Freundschaften entstehen können. Am Freitag sind wir alle gemeinsam nach Paris gefahren und haben uns dort unter anderem den Eiffelturm angeschaut. Für das folgende Wochenende kamen alle weiteren Teams aus Frankreich nach Vaires sur Marne, um an der kommenden internationalen Regatta teilzunehmen.



men. Die Regatta bestand aus verschiedenen Achter Rennen und einem 5-Kampf. Insgesamt ist unser Team als 5. aus der Regatta gegangen.

Am Sonntag den 28.08. ging es nach den letzten Rennen zügig zum Bahnhof, um unseren Zug nach Hannover zu bekommen. In Hannover kamen wir schlussendlich mit einer Verspätung von ca. 2:30h an. Insgesamt war Paris eine super schöne Erfahrung und man hat tolle neue Leute kennengelernt.

JTFO Berlin

von Emma Kulak und Lea Scherenberg

Dieses Jahr startete unsere Reise nach Berlin um 13 Uhr am Bahnhof. Insgesamt waren 40 Ruderer von der Humboldtschule in sechs Vierern und drei Achtern dabei. Wir fuhren zusammen mit unseren Triathleten und Schwimmern. Als wir dann nach 2 Stunden in Berlin angekommen sind, bekamen wir erstmal unsere Ausweise für den Aufenthalt bei JTFO. Danach ging es sofort weiter mit den öffentlichen Verkehrsmitteln zur Willkommensfeier. Auf dem Weg holten wir noch die Ruderer für den Schülerachtercup, der ebenfalls in Berlin stattfand, ab. Bei der Willkommensfeier gab es für alle ein riesiges Nudelbuffet. Anschließend ging es zu unserem Hostel, wo wir unsere Zimmer bezogen haben. Am Mittwoch ging



es dann um 9 Uhr zur Regattastrecke Grünau. Dort hatte jedes Boot Zeit, einmal aufs Wasser zu gehen und die Regattastrecke zu erkunden.

Danach fuhren wir zum Hostel zurück und am Nachmittag besuchten wir nochmal alle zusammen das Reichstagsgebäude. Der nächste Tag startete schon mit viel Vorfreude auf die Vorläufe. Es ging also nach einem leckeren Frühstück wieder zur Regattastrecke. Im ersten Rennen fuhr unser ukrainischer Mädchen-Vierer (WK II Doppelvierer der Mädchen mit Iryna, Zinaida, Alisa, Yaroslava und Steuerfrau Marie) ein super Rennen und kam somit ins Halbfinale. Beim nächsten Rennen ging unser ukrainisch/deutscher Jungs-Vierer (WK II Volodymir, Maksym, Fabio (ersetzte Kyrill), Oskar und Steuermann Carl) an den Start. Sie wurden Vierte und mussten deshalb noch im Hoffnungslauf mitfahren, der leider auch nicht so gut lief. Dadurch qualifizierte sich der Vierer leider nur fürs B-Finale. Für das dritte Rennen ging der Junioren-Gig-Vierer (WK II Sean, Justus, Mattes, Peer und Steuerfrau Carlotta) aufs Wasser und sie gewannen ihren Vorlauf. Somit hatten sie es geschafft, sich di-

rekt fürs A-Finale zu qualifizieren. Nach einer kurzen Erholungspause für unsere Anfeurer fuhr der Juniorinnen-Gig-Vierer (WK II Mer-



le, Fabienne, Hanna, Pauline und Steuerfrau Marie) sein Boot auf Platz 1 und sicherte sich ebenfalls einen Platz im A-Finale. Gleich daraufhin fuhr der Kinder-Mädchen-Vierer (WK III Lea, Emma, Nele, Mathilda und Steuermann Niklas) und qualifizierte sich für das Halbfinale. Zum Schluss fuhren dann noch der



Kinder-Jungen-Vierer (WK III Felix, Jasper, Yaroslav, Doukas und Steuermann Maximilian) und auch sie konnten sich fürs Halbfinale qualifizieren. Nach diesem anstrengenden und aufregenden Tag fuhren alle erschöpft zum Hostel zurück. Der nächste Tag begann nicht mit so viel Vorfreude, sondern mit viel Aufregung auf die anstehenden Rennen. An der Strecke musste man mit großem Bedauern feststellen,



dass die heutigen Rennen mit starken Wellen bewältigt werden müssen. Der Tag begann wieder mit dem ukrainischen Mädchen-Vierer, der seinen Halbfinalauf fuhr, den er mit dem 2. Platz gewann und ins A-Finale einzog. Das zweite Boot, das an diesem Tag fuhr, war der Kinder-Mädchen-Vierer in seinem Halbfinalauf, in dem er zweiter wurde und ebenfalls ins A-Finale einzog. Der Kinder-Jungen-Vierer wurde ebenfalls im Halbfinale Zweiter und konnte somit im A-Finale teilnehmen. Daraufhin fuhr unser zweites ukrainisches Boot, und zwar der Junioren-Vierer. Dieser fuhr im B-Finale mit großem Abstand als Erster durchs Ziel. Im nächsten Rennen ging der Junioren-Gig-Vierer an den Start und fuhr ein sauberes Rennen, wodurch er es auf das Siegerpodest schaffte und dort den zweiten Platz belegte. Im A-Finale der Juniorinnen-Gig-Vierer belegte unser Boot den 3. Platz und konnte sich ebenfalls über einen Platz auf dem Siegertreppchen freuen. Der ukrainische Mädchen-Vierer hatte leider viel Pech in seinem A-Finale, da sie bei

der 500m Markierung sehr stark an den Wellen hängen blieben, was zu einem kompletten Stillstand führte. Dadurch wurde der Vierer mit großem Bedauern das letzte Boot, das durchs Ziel fuhr. Anschließend kam das Kinder-Mädchen-Vierer-Rennen, in dem es durch einen Fehlstart zu Verwirrung kam. Doch sie schafften es, als Dritte ins Ziel zu kommen und durften ebenfalls auf das Siegerpodest. Den Abschluss machte dann der Kinder-Jungen-Vierer, der mit Problemen am Anfang des Rennens zu kämpfen hatte. Sie kamen als Fünfte ins Ziel. Nach diesen JTFO-Rennen folgten dann noch die Achtercuprennen, die jeder gespannt verfolgte. Den Anfang machte der Junioren-Achter (Tom, Volodymir, Justus, Mattes, Vicco, Thies, Maksym, Sean und Steuerfrau Nele), der den 3. Platz belegte. Der Juniorinnen-Achter (Freya, Anna, Finja, Teresa, Fabienne, Hanna, Pauline und Steuerfrau Marie) schaffte es, den 2. Platz zu belegen. Nach diesem gelungenen Tag fuhren wir dann zum Hostel und hatten Zeit, was zu essen, bevor wir zur Siegerehrung fuhren. Dort gingen für die Humboldtschule Marie, Carlotta und Niklas auf die Bühne, um den Pokal und die Urkunde für die jeweiligen Rennen abzuholen. Anschließend gab es noch eine große Party mit Live-Band und DJ. Es war allgemein noch ein cooler Abend und jeder hat seinen Erfolg gefeiert. Am Samstag ging es dann wieder mit dem Zug nach Hause. Jeder Ruderer konnte aus diesen Tagen viel Erfahrung und Spaß mit nach Hause nehmen und wir hoffen natürlich, dass das nächste Jahr genauso erfolgreich verlaufen wird.

Langstrecke Hildesheim

von Marie Klar

Am 13. November fand für die Junior*innen der alljährliche Langstreckentest des LRVN

statt. Um 11:10 Uhr, bei kühlen Temperaturen und viel Sonnenschein, starteten Peer, Maksim und Yaroslav über die 6000 Meter und konnten sich schlussendlich einen vierten Platz erudern. Über einen ersten Platz konnten sich Fabio, Emma, Nele und Yaroslava in ihren jeweiligen Bootskonstellationen freuen.

Nachdem alle ihr Rennen erfolgreich absolviert hatten, ging es für die Lehrgangsteilnehmer*innen, die über Nacht blieben, am Nachmittag gleich mit einer Unterweisung in Sachen Mobilisationstraining weiter. Und um die begrenzte Zeit des Wochenendes voll auszukosten, gab es nach dem Abendessen um 18 Uhr gleich zwei aufschlussreiche Vorträge über die Themen „Leistungssport und Schule“, sowie „Rudertechnik“ zu hören.

Am nächsten Morgen ging es nach dem Frühstück um 8 Uhr aufs Wasser, für die einen im Vierer, für die anderen im Achter. Im Anschluss gab es Mittagessen, sowie einen weiteren Vortrag über Anti-Doping. Bei der zweiten Einheit wurden die Bootszusammenstellungen



größtenteils noch einmal durchmischt. Um 16 Uhr ging es ans Abriggern und Verladen der Boote, was gut funktioniert hat. Nach ein paar abschließenden Worten des Landestrainers ging es schließlich nach Hause. Insgesamt ein gelungener Lehrgang mit der Möglichkeit, Neues übers Rudern mitzunehmen, sowie andere Sportler*innen kennenzulernen.

INSIDE RVH

Bootox und Wilhelm von Humboldt 4ever

von Nadine Scheibner

Bootox? Ein Schreibfehler? Nein!

Als Höhepunkt der Herbstsprintregatta des RVH am 24.09.2022 konnten nach einer zweijährigen Pause neben den zahlreichen Rennen auch wieder zwei Bootstaufen vorgenommen werden.

Um ebenfalls den Bootspark der Trainer*innen aufzuwerten, wurde durch die finanzielle Unterstützung des Sparkassen Sportfonds ein Schlauchboot mit 15 PS Motor angeschafft, welches bereits in Trainingslagern zum Einsatz kam. Unser ehemaliger Trainer Björn Gerß nahm die Taufe des Schlauchboots auf den Namen „Bootox“ vor. Eine Erklärung des Namens in diesem Zusammenhang wird wohl nicht notwendig sein. :)



Unser Vierer „Wilhelm von Humboldt“ wurde durch den Kombivierer mit Steuermensch mit neuem Namen „Wilhelm von Humboldt 4ever“ ersetzt. Der Name des neuen Vierers sollte weiterhin den Bezug zur Schule haben und wurde durch den neuen Schulleiter Christian Steinert getauft.



Gemeinsam GROSSES bewegen.



Sparkassen-
Sportfonds Hannover

#GemeinsamAllemGewachsen

**Nirgends macht uns Gemeinschaft
so stark wie im Sport.**

Unter dem Motto „Gemeinsam GROSSES bewegen“ fördern wir den Vereinssport in der Region Hannover jährlich mit bis zu 100.000 Euro für kreative und nachhaltige Sportprojekte.

Jetzt online bewerben:
www.sparkassen-sportfonds.de

Wenn's um Geld geht



Sparkasse
Hannover

Rätselspaß

Ein kleines Schmankehl für alle Rätselfreunde. Findet die 7 Unterschiede!



Regattastatistik Steuermenschen

Name	1.Platz	2.Platz	3.Platz	Weitere Plätze
Marie Klar	13	5	1	2
Felix Popp	9	4	0	4
Hannes Pieper	6	6	2	1
Lea Scherenberg	5	0	0	1
Maximilian Liebeneiner	4	2	0	1
Noah Scherenberg	4	1	2	0
Carlotta Limprecht	3	2	0	0
Niclas Schüler	2	3	2	0
Carl Marcinczak	2	0	1	1
Peer Czorny	2	0	0	0
Nele Mauritz	1	7	2	0
Laura Rendle	1	1	1	0
Hanna Scherenberg	1	1	0	0
Emma Kulak	1	0	0	0
Doukas Siskos	1	0	0	1
Lena Köhn	0	2	0	0
Nadine Scheibner	0	0	0	1
Clara Pega	0	0	0	1

Ein Letztes

Ich habe es tatsächlich geschafft. Auslage Nummer 39 ist fertig, und ich bin es auch ein kleines Bisschen. Kilis Routine beim herumschubsen von Bildern und Textblöcken fehlt mir eben doch. Deswegen hatte ich hier ein bisschen zu kämpfen, während er es sich bei Rotwein und Spaghetti Carbonara hat gutgehen lassen. Aber wie ich schon Anfangs sagte, nach vielen Jahren zuverlässiger Redaktionsarbeit hat er sich das mehr als verdient.

Allerdings bin ich mit der Fertigstellung schon etwas in Verzug, es fehlen noch Kleinigkeiten, und das Ganze sollte eigentlich dringend in Druck gehen. Was gibt es also noch zu sagen? Ich bin beeindruckt, an welche Orte es die Ruderinnen und Ruderer dieses Jahr verschlagen hat. Zwischen Berlin und Paris gab es 2022 wohl kaum einen Ort, an dem man vor einer Begegnung mit den Schlümpfen sicher gewesen wäre. Man muss sich ja nur die Länge des Abschnitts „Inside RVH“ im Vergleich zu den „On Tour“-Berichten anschauen. Andererseits gibt es ja auch immer den alltäglichen Trainings- und Regattabetrieb auf dem Maschsee, der hier kaum Erwähnung gefunden hat. Da werden die Grundsteine gelegt für die zahlreichen Erfolge auf auswärtigen Gewässern. Und ich bin auch beeindruckt von der Professionalität, mit der hier mittlerweile ans Werk gegangen wird, wenn ich Kinder von Bootseinstellungen reden höre, von denen ich in meiner aktiven Zeit noch gar kein Konzept hatte.

Es ist schön, den Verein so aktiv und beschäftigt zu sehen, auch wenn ich selbst nur noch selten unmittelbar dabei bin. Kassel war endlich mal wieder so eine Gelegenheit, und ich wurde auch dieses Jahr nicht enttäuscht. Kassel hat nichts verlernt.

Mir geht gerade etwas die schriftstellerische Puste aus, und ich bin froh, dass die Ziellinie dieser Auslage endlich in Sicht ist. Es hat Spaß

gemacht, mich dieser ungewohnten Aufgabe zu widmen, und ich hoffe euch ging es bei der Lektüre genauso. Beim nächsten Mal grüßt dann wahrscheinlich wieder Kili von dieser Stelle, aber vielleicht springe ich auch in Zukunft mal wieder ein. Bis dahin, ein frohes Fest und einen guten Rutsch!

Jonas

Impressum

Verantwortlich für Artikelauswahl und Zusammenstellung:
Kilian Allmann
Nadine Scheibner
Jonas Allmann

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

Bei all dem Reisetstress ist gute und ausreichende Verpflegung natürlich essenziell. Deswegen treffen sich am Ende des Tages mal wieder alle bei Berni am Nudelbrett. Da wollen manche hoch hinaus, andere üben sich früh, und einige bekommen einfach nicht genug. Gleich sieben Mal „Pizza mit komisch“, muss das sein? Andererseits, wer will schon immer nur Kilometer fressen? In diesem Sinne: Guten Hunger, und bis zum nächsten Mal!

