Honnefer (ER-) VOLKSZEITUNG

Das Sportjahr 2007

In diesem Heft

Grußwort des Vorsitzenden.....1
Neujahrsempfang im Wassersportverein Honnef e.V.....3
Trainingslager mit Folgen.....4
Pfingstregatten in Gießen und in Lüttich.....5
DRV Junioren Regatta in Hamburg.....5
(Mit) Sicherheit!.....6
Eine Bereicherung für die Jugendabteilung.....8
Abfahrt der Motorbootabteilung vom 22. – 23. Sept. 2007.....9
Vogalonga 2007.....11
Deutsche Meisterschaften Ruderergometer-Marathon.....13
Jugendwanderfahrt Mosel 25.-29.06.2007.....14
Langstreckenregatten „Grüner Moselpokal“ und „Rheinmarathon“....15
Wanderruderwochenende um Storkow 13.-15. Juli.....17
DRV-Landesmeisterschaft NRW.....18
Köln-Triathlon.....19
Wanderfahrtenberichte.....20
Wanderfahrtenplanung.....24
50. Internationaler Rudermarathon in Lüttich.....25
Herbstwanderung im WSV Honnef.....26
Winterzeit – Hallensportzeit.....27
Erwachsenen-Ruderkurs 2007: Zwei Erlebnisberichte.....28
Verhaltensregeln statt grauer Theorie.....30
Schmelztal Aktiv.....31
Winterwanderung der Motorbootabteilung.....33
Weihnachtsrudern.....34
Aalkönigskomitee.....35

GRUßWORT DES VORSITZENDEN

Der Präses meint,

... dass auch das Jahr 2007 mal wieder ein erfolgreiches Jahr war. Herausragend natürlich die 38 Siege auf nationalen und internationalen Regatten. Das Klingen der Siegermedaillen hat einen lauten Nachhall. Genau so wichtig sind die weniger spektakulären Erfolge für unseren Verein, deren nachhaltige Wirkung manch Einem vielleicht erst später bewusst wird.

Heute lesen Sie beispielsweise die neunte Ausgabe der Honnefer (Er-) Volkszeitung in Folge. Die Chefredakteurin Barbara Jonischkeit machte es möglich. In ihrer ruhigen Art sammelte sie geduldig Beträge oder schrieb eine Fülle von Artikeln selbst. Ursprünglich war die Honnefer (Er-) Volkszeitung eine Zusammenstellung der im abgelaufenen Jahr erschienenen Pressemitteilungen, bestand also überwiegend aus vom Pressewart erstellten Texten. In dieser Ausgabe finden Sie Beiträge von vielen Mitgliedern, das heißt, sie ist zu einer echten Vereinszeitung geworden. Ich wünsche uns, dass diese Entwicklung anhält, denn eine Vereinszeitung ist ein wesentliches Kommunikationsmittel. Insbesondere für die Vereinsmitglieder, die nicht mehr so oft ins Bootshaus kommen können.

Mit Beschluss der Mitgliederversammlung 2007 haben wir die allgemeinen Pflegemaßnahmen am Bootshaus und dem Vereinsgelände in die Zuständigkeit der Abteilungen gelegt. Damit wurde eine neue Struktur eingeläutet. Jede Abteilung ist für die ihr zugeordneten Aufgaben verantwortlich, nicht mehr allein der Vorstand. Diese Maßnahme entlastet den Vorstand und fordert gleichzeitig die Verantwortung jedes Mitgliedes, denn das Vereinsvermögen gehört allen Mitgliedern und muss daher von allen gepflegt werden. Der hierfür erforderliche Bewusstseinswandel fällt nicht jedem leicht, doch sind wir auf dem richtigen Weg.

Seit sechs Jahren arbeitet die Motorbootabteilung an der Erneuerung ihrer Steganlagen. Jedes Jahr wurde ein Teilstück komplett erneuert. Die heute noch ausstehenden Arbeiten muten fast schon als geringfügig an, wenn man an die in den vergangenen Jahren erbrachten Kraftakte denkt. Das Ergebnis kann sich sehen lassen. Egal ob von den eigenen Mitgliedern oder von Gästen, es gibt ausschließlich lobende Worte über die gelungene Konstruktion. Auch das Wasserschifffahrtsamt ist mit uns zufrieden. Es erteilte die Genehmigung für die gesamten Steganlagen einschließlich der Ruderpritsche. Ursprünglich hatten wir vier Teilgenehmigungen.

Die Ruderer hatten ebenfalls ein schweres Stück Arbeit zu stemmen. Mehrere Tonnen Stahl wurden bei der Überholung der Ruderpritsche verbaut. Fast ohne Unterbrechung des Ruderbetriebes wurden die meisten überwiegend verrosteten Verstrebungen gegen neue ausgetauscht. Mit der Neukonstruktion der Zugangsbrücke lässt sich die Schwimmlage der Prit-

sche nunmehr mühelos durch eine Person dem aktuellen Wasserstand anpassen.

Eigentlich sollte es die nebensächlichste Notwendigkeit sein. Jedoch geht leider nichts ohne das liebe Geld. Im Jahr 2007 konnten wir wieder einen Schritt in Richtung finanzieller Entlastung gehen. Die Ausgaben waren zwar größer als im Budget vorgesehen, doch erfolgten zusätzliche Investitionen erst, wenn sie durch außerordentliche Einnahmen gedeckt waren. Insgesamt waren die Einnahmen größer als die Ausgaben, so dass wir mit diesen freiwerdenden Mitteln Sondertilgungen vornehmen konnten. Diese Maßnahme reduziert zwar unsere jährliche Belastung kaum, doch verkürzt sich dadurch die Laufzeit der Darlehen um einige Jahre.

Ein Blick in die Mitgliederstatistik zeigt rückläufige Mitgliederzahlen in den letzten Jahren, wobei die beiden Abteilungen unterschiedliche Entwicklungen nahmen. Die Motorbootfahrer konnten sich von 63 Mitgliedern in 2004 über 78 in 2005 und 2006, 80 in 2007 auf 81 Mitglieder zum 1.1.2008 steigern und auf einem stabilen Niveau festsetzen. Die Anzahl der Ruderer sank von 232 Mitgliedern in 2004 über 224 in 2005 und 218 in 2006 auf den Tiefststand von 200 Ruderern in 2007. Durch geeignete Werbemaßnahmen scheinen wir 2007 das Tal der Tränen durchschritten zu haben. Zum 1.1.2008 zählen wir wieder 221 Ruderer. Mit 15 Jugendlichen waren die Zugänge in dieser Altersklasse am größten, gefolgt von 9 Erwachsenen.

Die Besetzung unsere Bootshaus-Gastronomie mit Birgitt (Resi) Krueger hat sich als Glücksgriff erwiesen. Schnell hat sie die Zustimmung aller Mitglieder gewonnen. Das latente Chaos in der Zeit der Eigenbewirtschaftung gehört nun der Vergangenheit an. Ein wenn auch langsamer, aber stetiger Erfolg stellte sich ein. Gemessen am Umsatz hat sich die Zahl der Gäste annähernd verdoppelt. Nicht nur für die Mitglieder lohnt sich ein Besuch im Bootshaus. Auswärtige Ruderer und Motorbootfahren treffen sich immer häufiger an der schönsten Theke am Rhein. Das Solei-Essen an Ostersonntag oder der Kesselsknall als Saisonabschluss der Freitagsruderer sind ausreichendes Indiz.

Letztes Jahr wagten wir den Versuch, erstmals einen Neujahrsempfang zu veranstalten. Er sollte als Nachfolgeveranstaltung das nicht mehr zeitgemäße Nikolausfest ersetzen. Doppelt so viele Gäste wie geplant kamen um in feierlicher Atmosphäre das Jahr 2006 Revue zu passieren lassen, so dass er auf Anhieb ein voller Erfolg wurde. Peter Durst und Jürgen Braun nahmen für Ihre 20- und 40-jährige Vereinstreue die silberne bzw. goldene Ehrennadel des WSVH entgegen. Horst Schindler erhielt die goldenen Nadel des Deutschen Ruderverbandes für 50 Jahre Mitgliedschaft im WSVH.

Die zweite gelungene Vereinsveranstaltung des Jahres stellte die Kölsche Weihnacht dar. Eine Hochwasserwelle, die bis knapp an den Bootshausplatz reichte und teils orkanartige Sturmböen ließen sie zunächst fraglich erscheinen. Doch pünktlich eine Stunde vor Beginn legte sich der Sturm. Zahlreiche Vereinsmitglieder genossen bei angenehmen Temperaturen Glühwein-Variationen, Feuerzangenbowle und Grillspezialitäten unter der Terrasse bis Pechfackeln dem

Schutzpatron aller Seeleute und Wasserratten die letzten Meter des Weges über das Wasser wiesen. Über 50 Kinder luden den einzig wahren Nikolaus in ihre aus Strohballen aufgebaute Sitzlandschaft ein, um ihr Überraschungsgeschenk entgegenzunehmen.

Der vielleicht größte Erfolg für den Verein zeigt sich im Erfolg aller Maßnahmen und Veranstaltungen im abgelaufenen Jahr. Sie waren nur möglich, weil der Zusammenhalt zwischen den Mitgliedern untereinander besser geworden ist und insbesondere die Spannungen zwischen den Abteilungen einer unbelasteten und konstruktiven Zusammenarbeit gewichen sind. Mit Motorkraft vorwärts und mit Muskelkraft rückwärts fahren sind eben doch keine unüberwindbaren Widersprüche.

Abschließend danke ich allen Mitgliedern für ihre Aktivitäten und den zum Teil extrem hohen persönlichen Einsatz. Nur durch dieses hohe Engagement sind wir in der Lage unsere großartige Anlage zu erhalten und mit Leben zu füllen. Für 2008 wünsche ich uns alles Gute, weiterhin viel Erfolg und immer eine Handbreit Wasser unter dem Kiel. In diesem Sinne, viel Spaß bei der Lektüre der Honnefer (Er-)Volkszeitung.

Ihr

Kuno Höhmann

NEUJAHRSEMPFANG IM WASSERSPORTVEREIN HONNEF E.V.

Traditionen leben durch Entwicklung

Sportvereine leben gerne ihre Traditionen. Das hat sich sicherlich vielfach bewährt. Wie überall sind Neuerungen für Sportvereine unumgänglich, nicht nur im Bereich der Materialentwicklung. Ergänzend zu den Traditionsveranstaltungen des Wassersportverein Honnef e.V. wie der Siebengebirgsregatta und dem Wintercup gesellten sich 2006 ein Hafenfest, die Kölsche Weihnacht der Neujahrsempfang.

Im renovierten, festlich dekorierten Clubraum des WSVH trafen sich 80 geladene Gäste zu dem einer Jubelversammlung ähnlichen Anlass. Den Service übernahmen 3 Studenten der Internationalen Fachhochschule Bad Honnef, mit der der Verein seit drei Jahren kooperiert.

Der Empfang widmete sich den Jubilaren, Gönnern und Sponsoren des WSVH. Kuno Höhmann, der erste Vorsitzende ehrte Jürgen Braun für 40-jährige, Horst Schindler für 50-jährige Mitgliedschaft und händigte die Sportbootführerscheine aus.

Die positive Resonanz bestätigte Kuno Höhmann: „… ich hatte den Eindruck die Veranstaltung fördert den Gemeinschaftssinn im Verein.“

Barbara Jonischkeit

TRAININGSLAGER MIT FOLGEN

Erfolgreicher Start in die Regattasaison 2007 für Ruderer aus der Region

Der Wassersportverein Honnef gehört seit Jahren zum Pool der Rudervereine der Region, die durch ihre Zusammenarbeit die Mannschaftsbildung der Junioren optimieren. Zwei Wochen nach dem Trainingslager in Osnabrück ging es für die Nachwuchsathleten bei der zweitägigen Frühjahrsregatta im Belgischen Gent erstmals um Wettkampflorbeeren. Die 17. Internationalen Belgischen Meisterschaften für Junioren boten am zweiten Wettkampftag zudem die erste Gelegenheit einen Titel zu errudern. Mit positivem Ergebnis für die Rheinländer: Die zehn Tage harte Trainingsarbeit um die Ostertage tragen erste Früchte. Dem U19-Doppelvierer, der sich erst im Trainingslager formiert hatte, zerbrach im ersten Rennen zunächst ein Skull. Die Mannschaft mit dem Honnefer Markus Mielke, Jannik Graaf (Bonner Rudergesellschaft), Robin Ponte und Dominik Fahnenschmidt (beide Hürther Rudergesellschaft) musste sich mit dem zweiten Platz begnügen. Das Meisterschaftsrennen jedoch verlief in jeder Hinsicht erfolgreicher. Nach ihrem Sieg dürfen sie jetzt stolz den Titel Internationale Belgische Junioren-Meister tragen.

Carolin Franzke am Doppelzweier

Die jüngste Honneferin startete mit ihrem bislang größten Erfolg: Carolin Franzke erkämpfte sich in ihrem ersten U17 Rennen noch einen Sieg im Einer auf der 2000 Meter langen Strecke. Als es um den Meistertitel ging, sprang für die 16-Jährige immerhin der Silberrang heraus. Im Doppelzweier reichte es für Carolin dann zum Titel: Gemeinsam mit Lea Heider vom Kölner Ruder Verein siegte sie am zweiten Wettkampftag mit mehr als einer Bootslänge vor der Konkurrenz aus Frankreich, Belgien und Großbritannien.

Im Mai präsentieren sich die Ruderer in Bremen und auf der Internationalen Junioren Regatta in Köln.

Barbara Jonischkeit

PFINGSTREGATTEN IN GIEßEN UND IN LÜTTICH

Erfolgreiches Pfingstwochenende für den Wassersportverein Honnef

Der Wassersportverein Honnef blickt auf ein erfolgreiches Wochenende zurück.

Die jüngsten Ruderer gingen bei der Jungen- und Mädchenregatta in Essen-Kettwig an den Start. Annika Trappmann und Lisa Mielke konnten im Doppelzweier der 15- und 16-jährigen sowohl auf der 3.000 m Langstrecke als auch auf der 1.000 m Rennstrecke überzeugen und mit zwei Siegen nach Hause fahren.

Für Andreas Fricke (13 Jahre) war es die erste Teilnahme an einer Regatta. Nach einem vierten Platz am Samstag auf der Langstrecke (3.000 m) ruderte er am Sonntag nach einem schönen Rennen auf Platz 2.

Die „Oldies" fuhren mit mehreren Booten nach Lüttich zur Handicap-Regatta. Der Renndoppelvierer in der Besetzung Ferdi Hardinghaus, Walter Dampke, Gregor Prinz und L. Rompel (Limburg) fuhr die schnellste Zeit über die 8,5 km Strecke und holte sich somit den Gesamtsieg. Kuno Höhmann wurde im Gig-Einer 13., die „Doppelherzen" Karl-Heinz Zinnhobler, Oswald Schäfer, Herbert Engels, Hartmut Haase und Steuermann J. Müller belegten den 23. Platz und Fritz Vreden sowie Rolf Meissner im Riemenzweier den 24. Platz von insgesamt 50 gestarteten Booten.

DRV JUNIOREN REGATTA IN HAMBURG

Markus Mielke startet auf der Internationalen DRV Junioren Regatta in Hamburg

Die Junioren Regatta in Hamburg ist eine von drei „Test-Regatten" im Hinblick auf die Teilnahme bei den Deutschen Jugendmeisterschaften im Rudern in Brandenburg 2007.

Der Honnefer Markus Mielke startet in Hamburg im Junioren-Einer und im Doppelvierer.

Gute Platzierungen bei den Rennen auf der Großen Bremer Regatta ließen auf den Wettkampf in der Region hoffen. Platz 6 von 24 Junior-Einern erruderte Markus in Fühlingen auf der Kölner Junioren Regatta. Mit seinen Mannschaftskollegen aus Bonn und Hürth war im Junioren-Doppelvierer sogar der dritte Platz drin.

Starke Schultern nicht nur im Boot: Markus Mielke

Für Carolin Franzke verliefen die Wettkampfstarts noch erfolgreicher. Ein Sieg im Juniorinnen-Einer in Bremen mit der immerhin dritt schnellsten Zeit von insgesamt 24 Booten mit 4 Final-Läufen.

Ein zweiter und ein dritter Platz mit Partnerin Lea Heider, Kölner Ruderverein, im Juniorinnen Doppelzweier in Bremen und in Köln zeigen die guten Perspektiven für die Mädels.

Weitere Siege für den Wassersportverein Honnef e.V. gab es Pfingsten auf der Jungen- und Mädchenregatta in Kettwig. Der Juniorinnen-Doppelzweier mit Lisa Mielke und Annika Trappmann holte gleich zwei davon. Zum ersten mal am Start konnte Andreas Fricke stolz mit einem zweiten und einem dritten Platz nach Hause fahren.

Barbara Jonischkeit

(MIT) SICHERHEIT!

Wir nehmen unsere Verantwortung ernst

Ich möchte auf ein Thema hinweisen, das in unserem bisherigen Vereinsleben eine untergeordnete Rolle spielte. Es handelt sich um die Verantwortung und Fürsorge für die Mitglieder unseres Vereins.

Die Verantwortung liegt darin, die Mitglieder vor eventuellen Schäden, die durch die Erfüllung des Zwecks des Vereins entstehen könnten, zu bewahren.

Für die Mitglieder des Wassersportverein Honnef können folgende Schäden auftreten: Verletzungen durch spitze Gegenstände an den Ruderbooten, Verletzungen durch Stürze beim Lauftraining oder Fahrradtraining, Unterkühlung in Folge von Kentern, Havarien, Sturz von den Steganlagen/ Ruderpritsche, finanzielle Schäden bzw. Schadenersatzforderungen in Folge von Bootsbeschädigungen, Verstöße gegen die Wasserschifffahrtsordnung (WSO), usw.

Die Frage welche Schäden in welchem Umfang von Versicherungen gedeckt werden können, bleibt hier unbehandelt. So wichtig die Frage nach Versicherungsschutz und die möglichen Antworten hierauf sind,

tritt sie dennoch in den Hintergrund, sobald bleibende Schäden an Leib und Seele unserer Mitglieder entstehen. Daher muss es unser oberstes Ziel sein, diese zu verhindern.

Zwei Dinge sind bei uns per Satzung geregelt.

1. Jedes Mitglied muss Freischwimmer sein und dies per Unterschrift bestätigen.

2. Die Abteilungen des Vereins organisieren ihre Angelegenheiten in eigener Verantwortung. Damit wird die Verantwortung auf die Abteilungsvorstände delegiert. Es liegt demnach in der Verantwortung der Abteilungen (Abteilungsleitungen) z.B. die Schwimmfähigkeiten ihrer Mitglieder zu überwachen, oder durch eine Ruder-/Motorbootordnung auf ihre Mitglieder zu übertragen.

Die Fürsorgepflicht des Vereins geht jedoch darüber hinaus. Durch gezielte Maßnahmen kann die aktive und passive Sicherheit erhöht werden.

Aktive Sicherheit

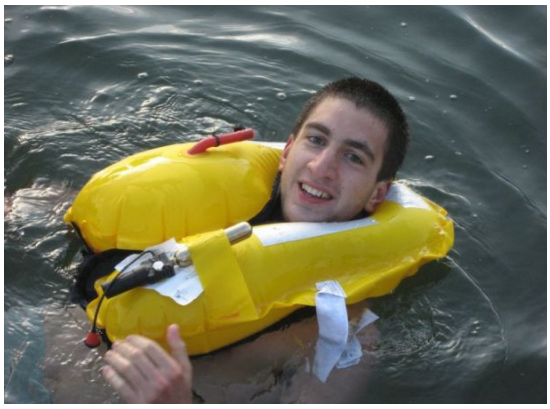
... wird z.B. durch Schulungen in den Bestimmungen der Wasserschifffahrtsordnung erreicht. Den Nachweis darüber erbringen die Motorbootfahrer durch das Ablegen der Prüfung zum Erlangen des Sportbootführerscheins.

Für die Ruderer gibt es keine vergleichbare Prüfung. Der Deutsche Ruderverband bietet jedoch Steuermannslehrgänge an, deren Teilnahme freiwillig ist. Uns im WSVH ist dieser Lehrgang zu wenig. In einer zusätzlichen Ausbildung werden die Ruderer über die örtlichen Gegebenheiten in unserem Ruderrevier unterrichtet. In einer Prüfung müssen die theoretischen Kenntnisse über die wesentlichen Regeln der WSO nachgewiesen werden. Ebenso müssen die Rudertechnik und ein sicherer Umgang mit den Booten gewährleistet sein, um auf den offenen Rheinstrom hinausfahren zu dürfen.

Die Motorbootfahrer entscheiden in eigener Verantwortung ob sie eine Ausfahrt antreten. Beschränkungen legt lediglich die WSO fest. Die Ruderer haben in ihrer Ruderordnung bestimmt, dass Ausfahrten bei Nebel, in Dunkelheit oder unter Alkoholeinfluss verboten sind. Natürlich unterliegen die Ruderer auch der WSO.

Passive Sicherheit

... wird durch die Beschaffenheit der Boote selbst beeinflusst. Während der Verein für die Motorboote aus der Pflicht ist, da es sich hier ausschließlich um private Boote handelt, die nicht im Eigentum des Vereins sind, sieht es in der Ruderabteilung anders aus.



Lebensrettend: Schwimmweste

In der Regel erfolgen die Ausfahrten der Ruderer in vereinseigenen Booten. Das bedeutet, dass es in der Verantwortung der Ruderabteilung liegt, die Ruderboote in einem einwandfreien Zustand zu halten, um einen sicheren Ruderbetrieb zu gewährleisten. In der Praxis werden nicht einsatzfähige Boote für den Ruderbetrieb gesperrt.

Die verpflichtende Mitnahme von Bug- und Heckabdeckungen erhöht maßgeblich die passive Sicherheit. Selbst bei größter Voraussicht lässt es sich nicht immer vermeiden, Wasser überzunehmen. Je mehr Wasser im Boot ist, um so größer ist die Gefahr des Sinkens. Die Abdeckungen vermindern dieses Risiko erheblich. Ebenso reduziert der Einbau von wasserdichten Abschottungen die übernehmbare Wassermenge. Zusätzlich wird hierdurch die Unsinkbarkeit der Ruderboote gewährleistet.

Der Motorbootabteilung ist zu empfehlen, die Kopfenden der Stege mit Leitern auszustatten. Im Wasser schwimmende, unterkühlte Personen können ohne derartige Hilfsmittel und ohne fremde Hilfe kaum auf die Stege gelangen.

Abschließend sei angemerkt: Dieser Beitrag soll keine Ängste schüren und uns vom Wassersport abhalten. Potentiellen Gefahren können wir jedoch am besten begegnen, wenn wir sie erkennen und richtig einschätzen. Hierfür möchte ich Bewusstsein schaffen. Denn an erster Stelle steht die Vermeidung von Unfällen und der sich daraus ergebenden Schäden.

Kuno Höhmann

EINE BEREICHERUNG FÜR DIE JUGENDABTEILUNG

Wie man zum Rudern beim WSVH kommt

Sabri Toksöz, 15 Jahre, rudert seit dem letzten Sommer bei uns. Er ist eigentlich immer im „Doppelpack“ mit Philipp Borkenhagen anzutreffen. Beide besuchen die 10. Klasse auf dem Siebengebirgsgymnasium „Sibi“ und kennen dadurch schon einige unserer Jugendlichen.

Sabri und Phil haben auf der Nikolausregatta in Kettwig im Dezember 2007 ihre erste „Regattaluft“ geschnuppert. Zusammen mit zwei Jugendlichen vom WSV Godesberg starteten sie im Junioren-Gig-Doppelvierer und belegten einen guten 5. Platz. Beide waren auch schon mit Trainer Maik Iser in Fühlingen bei einem Trainingswochenende der Kooperation. Dort sind sie mit Hürther Ruderkameraden Doppelvierer gefahren. So ganz sicher sind sich die beiden noch nicht, ob sie richtig mit dem Training anfangen wollen. Auf jeden Fall sind sie eine Bereicherung für den WSVH.

Martina stellte Sabri ein paar Fragen:

1. Wie heißt du und seit wann ruderst du?

Mein Name ist Sabri Toksöz, ich rudere schon seit über einem halben Jahr.

2. Wie bist du zum Rudern gekommen? (Freunde, Werbeaktion, Homepage, etc.)

Durch meinen Freund Phil. Wir wollten einen neuen Sport kennen lernen. Vor allem sollte es ein Sport sein, bei dem ich bei Gelegenheit mein Knie entlasten kann. Zur Auswahl

stand Kanu-Sport und Rudern, wir entschieden uns für's Rudern.

3. Wie gefällt es dir bei uns?

Es gefällt mir sehr gut. Allein die Lage des Wassersportvereins ist perfekt. Durch den „Toten Arm" haben auch wir die Anfänger Chancen, mal im Einer zu rudern, was auf dem Rhein nicht möglich wäre.

Dazu kommen noch die vielen Feste, im WSVH. Ich habe zwar noch nicht alle miterlebt, da ich erst ein halbes Jahr lang Mitglied bin, aber die ich miterlebt habe (u.a. „Abrudern", „Kölsche Weihnacht") waren sehr lustig.

4. Wie bist du im WSVH aufgenommen worden?

Der Anfang ist angeblich immer schwer, aber nicht bei mir.

Da ich schon einige kannte, hatte ich von Anfang an viel Spaß. Bis auf die Tradition der Taufe der „Neuen", bei der alle „Neuen" in den Rhein (Toten Arm) geworfen werden.

Es war aber gar nicht so schlimm, denn es war ein heißer Sommertag und die kleine Abkühlung tat gut!

5. Schildere doch bitte deine Eindrücke vom „ersten Mal" auf Wasser.

Als ich das erste Mal auf dem Wasser war, fühlte es sich sehr wackelig an. Ich musste mich erst mal daran gewöhnen, jedoch wurde ich von Minute zur Minute sicherer, und dann lief es so einigermaßen, so war es im Dreier. Im Einer lief es dann fast genauso, nur dass ich beim Einer auf mich selbst gestellt war. Aber auch daran gewöhnte ich mich schnell, ich wurde sicherer. Nachdem ich mich entschlossen hatte einen Zahn zu zulegen, wusste ich nach einer halben Minute, dass das keine gute Idee war.

Im Skiff ist's ganz schön wackelig

Ich schwamm im schönen kühlen Rheinwasser. Nach diesem unvorhergesehenen Badegang war ich mir sicher, dass ich beim Rudersport beim richtig gelandet bin.

6. Was sind deine Ziele und glaubst du, dass du sie verwirklichen kannst?

So richtige Ziele habe ich nicht, ich werde aber jede Herausforderung in Kauf nehmen und versuchen das Beste daraus zu machen

Martina Mielke

ABFAHRT DER MOTORBOOTABTEILUNG VOM 22. – 23. SEPT. 2007

„Leinen los"

Auch in diesem Jahr trafen sich die Motorbootfahrer des WSV wieder zu einer gemeinsamen Abfahrt. Am Samstag den 22. September 2007 um 14.00 Uhr hieß es „Leinen los"

Bei strahlend blauem Himmel und fast sommerlichen Temperaturen starteten wir mit 14 Booten. Die Fahrt ging 19 km Rhein abwärts nach Mondorf in den Hafen des Yacht-Clubs Pirat. Mit diesem Club werden schon seit Jahren gute Beziehungen und Freundschaften gepflegt.

So wurden wir auch diesmal wieder herzlich aufgenommen. Alle teilnehmenden Boote wurden mit Hilfe der Clubmitglieder an Stegen untergebracht.

Nach etwas „small talk“ auf den Stegen mit den Kollegen vom Club Pirat (einige von uns verschwanden auch in ihre Boote um ein Mittagsschläfchen nachzuholen) trafen wir uns am späten Nachmittag auf der kleinen Terrasse des Bootshauses. Es gab Kaffee und das Kölsch vom Fass wurde auch schon angezapft.

Um 19.00 Uhr kam dann das bestellte Buffet und wir konnten es uns im Bootshaus, das eigens für uns reserviert war, gemütlich machen. Immerhin waren wir nun ca. 35 Personen, denn einige von uns kamen mit dem PKW zum Hafen.

Nach dem guten Abendessen schmeckte das Kölsch noch besser. Es wurde viel gefachsimpelt und erzählt, jedenfalls gab es eine menge Spaß und unsere Feier ging bis in den frühen Morgen. Nach einer kurzen Nacht und ausgiebigem Frühstück trafen wir uns wieder auf der Steganlage des Clubs. Offenbar hatten alle die Nacht in Ihren Booten gut überstanden. Einige erkundeten die nähere Umgebung des Hafens zu Fuß, andere ruhten sich bei dem tollen Wetter auf Ihren Booten aus. Im Bootshaus wurde aufgeräumt, gespült, und alles wieder in Ordnung gebracht.

Leider geht die schönste Zeit auch einmal zu Ende und am Sonntag Mittag traten die einzelnen Boote so nach und nach wieder die Heimreise an. Auch an diesem Tag hatten wir wieder

Immer wieder ein tolles Panorama: Motorboote vor dem Drachenfels

tolles Wetter, es fiel uns schwer den schönen Hafen zu verlassen und nach Hause zu fahren.

Alles in Allem – es war ein tolles Wochenende.

Besonderer Dank an dieser Stelle den beiden Organisatoren Marion Hesseler (Wanderwartin) und Hans Hamacher. Sie haben ihre Sache – wie immer – super gemacht.

Guido Kovacic

Geselligkeit unter Motorbootfahrern

VOGALONGA 2007

Mit der „Freiheit“ im Fahrwasser der Gondoliere

Bad Honnefer Fred Fahrig und seine Frau Claudia wechseln vom Rhein auf Canale Grande in Venedig – Tausende säumen Ufer bei „Vogalonga 2007“.

Bei dem Großereignis trafen sich Ruderer aus allen Teilen der Welt und brachten ihre großen und kleinen, alten und neuen, teilweise auf aberwitzige Weise ausstaffierten und umgebauten Boote mit, um auf dem Canale Grande und seinen Nebenarmen kreuz und quer durch die alte italienische Stadt zu rudern.

Tausende Venezianer und auswärtige Gäste säumten während dieser Stunden die Ufer und jubelten den Wassersportlern zu. Vorbei an Markusplatz, Dogenpalast und Seufzerbrücke führte der etwa 30 Kilometer lange, teils kurvige, teils schnurgerade Weg – und in diesem Jahr waren zum ersten Mal die Bad Honnefer auch mit dabei. „Es war schon immer ein

Ein Honnefer in Venedig

Traum, bei der Vogalonga mitzufahren“, verriet Fahrig einige Tage vor seiner Abreise. „Die Stimmung in der Stadt, die an sich schon genug zu bieten hat, ist an diesen Tagen unbe-

schreiblich. Und für passionierte Ruderer wie uns fehlte uns eigentlich auch nur noch das in unserer Sammlung."

Dichtes Gedränge im Kanal

Der 65-Jährige weiß, wovon er spricht, wenn er Rudern als „absolute Leidenschaft" oder sogar als seine „Droge" bezeichnet. Half ihm doch der Sport auch, die Krebserkrankung zu besiegen, die ihn vor einigen Jahren heimgesucht hatte. „Ich bin fest davon überzeugt, dass das Rudern meinem Körper und natürlich meiner Psyche dabei geholfen hat, die Krankheit zu besiegen", versichert der gelernte Friseur. Das große Gefühl der Freiheit, das er und seine Frau beim Rudern empfinden, wenn sie allein mit ihrem 80 Jahre alten Boot die Ströme und Flüsse Europas „abrudern", ist für ihn durch nichts zu ersetzen. Bereits in diesem Jahr, so erzählt er, ist er um die 800 Kilometer weit gerudert. „Wenn ich vor Ende der Saison die 2000 schaffe, das wäre was", freut er sich. Zum Glück teile seine Frau, ehemals Profi Basketballerin, sein Hobby, denn: „Zeitaufwändig ist es manchmal schon. Aber mit unserer Erfahrung haben wir mittlerweile unsere Sachen für eine zwei- oder dreitägige Wanderfahrt binnen kürzester Zeit gepackt." Dann geht es auf die Mosel, die Lahn, Neckar, Havel oder Nahe. Und zum Rudern auf dem Rhein hätte man schließlich beim Bad Honnefer Wassersportverein immer Gelegenheit, in dem Fahrig seit 1995 Mitglied ist. Hier machte auch sein Sohn Stefan die ersten Versuche am Ruderblatt und bewies, dass er Vaters Leidenschaft geerbt hat: Der Junior errang nämlich zweimal hintereinander den Weltmeistertitel und wurde außerdem insgesamt acht Mal Deutscher Rudermeister.

„Es war aber nicht der sportliche Ehrgeiz, der uns nach Venedig zog", versicherte Fahrig. Obwohl dort auch so genannte Renngondeln an den Start gingen. „Die können natürlich auf Grund der Masse der Boote gar nicht so schnell. Schließlich starteten mehrere tausend Boote." Dabei sein wollten sie, die ganz besondere Stimmung mit nach Hause nehmen, Venedig sehen und auf eine ganz andere Art erleben, als es dem normalen Touristen vergönnt ist.

Die buntbemalte „Freedom" hat in den Wasserstraßen Venedigs ganz sicherlich einiges an Aufsehen erregt. Vermutlich auch, weil zwei höchst zufriedene und entspannte Menschen aus Bad Honnef die Ruderblätter mit viel Sicherheit und Geschick durch die an diesem Tag tosenden venezianischen Wasserstraßen lenkten.

General-Anzeiger 09.06.2007

DEUTSCHE MEISTERSCHAFTEN RUDERERGOMETER-MARATHON

Bonner „Non-Coxed Crew“ siegt bei Deutschen Meisterschaften

Kein Steuermann, kein vierter Ruderer um die Mannschaft für eine Langstrecken-Regatta zu komplettieren. Aufgrund dieses akuten Personalmangels setzte sich das Ruderer-Team Owe Pauly, Barbara und Thorsten Jonischkeit neue Saisonziele. Zunächst starteten die drei als Staffel bei verschiedenen Triathlonveranstaltungen. Bei der Ironman-Distanz in Roth lief die Dame im Team ihren ersten Marathon, während die beiden Herren in ihrer jeweiligen Paradedisziplin 3,8 km schwammen, bzw. 180 km Fahrrad fuhren.

Die Ausschreibung zur Deutschen Meisterschaft Ergometer Marathon 2007 holte die Mannschaft zum Rudersport zurück. Auch hier gibt es Staffeln. Eine Staffelmannschaft besteht hier aus mindestens einer Frau und bis zu drei weiteren Athleten beliebigen Geschlechts. Gerudert wird der Marathon auf Concept2 Ruder-Ergometern, wobei in einer Staffel beliebig gewechselt werden darf. Die „Ugly Kids“ in Nünchritz bei Dresden leisteten als Veranstalter auch in diesem Jahr gute Arbeit. Das bislang größte Starterfeld dieser dritten Deutschen Meisterschaft zeugt von der guten Organisation. Vor zwei Jahren konnten die Jonischkeits als Einzelstarter Weltbestzeiten über die Marathondistanz auf dem Ruderergometer aufstellen die bis heute ungeschlagen sind. Die Vorbereitungszeit in diesem Jahr ist kurz und so feilt die Mannschaft hauptsächlich an der Wechselstrategie. Die physische Basis für dieses Rennen hatten die drei durch vielseitiges Training und die Wettkämpfe im Triathlon-Bereich individuell gelegt.

Auf der Marathonstrecke im Team nicht zu schlagen: Die deutschen Meister auf dem Ruderergometer

Im Wettkampf wechseln die Bonner dann häufig, etwa alle vier Minuten. Die Wechsel funktionieren perfekt und kosten nur wenig Zeit, die anderen Staffelmannschaften „gucken ab“ und erhöhen ebenfalls die Frequenz ihrer jeweiligen Wechselrhythmen. Bereits bei Streckenhälfte wissen die Bonner, dass sie ihre geplante Zeit unter 2:30 erreichen können, was einen sicheren Sieg bedeuten würde. Mit einer Zeit von 2:27:47 gewinnen Owe Pauly, Barbara und Thorsten Jonischkeit schließlich die Goldmedaille 28 Minuten vor den Zweitplatzierten.

In der Einzelwertung dominiert bei den Frauen Sandra Hellermann aus Regen in guten 2:59:24, bei den Männern siegt ihr Vereinskamerad Bernd Köhler in 2:46:55 nur knapp vor den weiteren Medaillenrängen.

Barbara Jonischkeit

JUGENDWANDERFAHRT MOSEL 25.-29.06.2007

Ein Moselgedicht

oben: Gemütlichkeit im Ruderboot

unten: Freiwilliger Badespaß?

Gutgelaunt begab sich eine buntgemischte Schar von Godesberger und Honnefer Jugendlichen zusammen mit ihren Betreuern Arnd Riemenschneider und Martina Mielke in der ersten Ferienwoche zur Jugendwanderfahrt 2007 Richtung Mosel. Doch bereits auf der Autobahn in der Eifel beschlossen alle, angesichts des anhaltenden heftigen Regens nicht nach Konz, sondern direkt nach Trier, unserem ersten Etappenziel, zu fahren. Dort angekommen, regnete es zwar nicht mehr, aber die Aussicht auf eine total durchnässte Wiese zum Zelten und eine alles andere als freundliche Wettervorhersage für den nächsten Tag veranlasste uns, die komplette Wanderfahrtenplanung neu zu organisieren. Nach einigen Telefonaten gelang es, das Bootshaus in Traben-Trarbach für 3 Nächte als Quartier zu beziehen, was einerseits den Vorteil hatte, dass wir nicht jeden Morgen unser gesamtes Gepäck in den Bus verfrachten mussten, jedoch viel Transfer zwischen den Booten und den Mannschaften bedeutete. So wurde in Windeseile ein neues Etappenziel ausgesucht, die Boote angeriggert und zu Wasser gebracht. Am verabredeten Treffpunkt in Pölich standen die beiden Busse schon bereit, um alle zum Übernachtungsquartier zu bringen.

Am nächsten Tag ruderten wir bis Brauneberg, wo die „Shuttlebusse“ bereit standen, um alle zurück nach

Traben-Trarbach zu bringen. Die dritte Etappe führte uns über Zeltingen nach Traben-Trarbach. Endlich übernachteten Boote und Mannschaften am selben Ort.

Auch das Wetter wurde zunehmend besser. Zugegeben, unter Sommer stellt man sich doch etwas anderes vor, aber die Sonne kam ab und zu hervor und es war warm genug, so dass die „Neulinge“ bei der Mittagsrast in Zeltingen endlich „getauft“ werden konnten. Taufe bedeutet, am Steg von den älteren Teilnehmern reingeworfen zu werden. So „genossen“ Andi, Felix, Micha, Niklas, Tarek und Anne das mehr oder weniger unfreiwillige Bad in der Mosel.

Die letzten 2 Etappen konnten wie geplant durchgeführt werden. Von Traben-Trarbach ging es über Ediger-Eller nach Cochem. Dank der Strömung und des guten Schiebewindes konnten alle die (für Jugendliche) enormen Etappen von 25-30 km ohne große Anstrengung (= vorwiegend treibend) absolvieren. Immerhin brauchte man seine Energie doch eher für die Freizeitgestaltung nach dem Rudern: gemeinsames Kochen oder abendliche Spiele wie Poker und Wurmcatchen waren angesagt. Sogar ein „Moselgedicht“ wurde kreiert.

Fazit: eine gelungene Wanderfahrt, die allen viel Spaß bereitet hat, auch wenn Kleinigkeiten (wie bei jeder Fahrt) noch verbessert werden können. So wurde beim Nachtreffen von allen Beteiligten beschlossen, dass im nächsten Jahr wieder eine gemeinsame Wanderfahrt mit den Godesbergern durchgeführt wird. In der ersten Sommerferienwoche werden wir die Weser hinunter „treiben“.

Martina Mielke

LANGSTRECKENREGATTEN
„GRÜNER MOSELPOKAL“ UND „RHEINMARATHON“

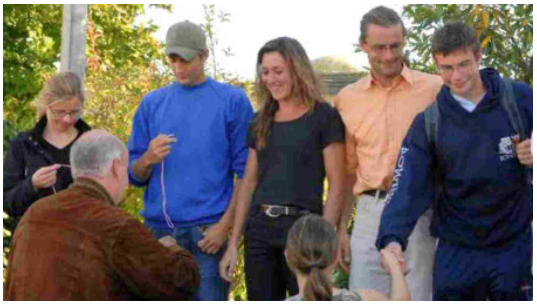
Ruderer und Tradition

Nicht selten bremsen sich Vereine, auch Rudervereine, durch die Liebe zur Tradition in ihrer Weiterentwicklung aus. Aber was gibt es schöneres als traditionelle Breitensportwettkämpfe, bei denen die Teilnehmer genau wissen was und wer sie erwartet?

Die Regatta um den Grünen Moselpokal in Bernkastel und der Rheinmarathon von Leverkusen nach Düsseldorf zählen dazu. Stark vertreten und stets erfolgreich sind die „Masters-Ruderer“ des Wassersportverein Honnef.

Die Siegreichen gewinnen in Bernkastel natürlich einen guten Tropfen Moselwein und den dazu gehörigen überdimensionalen Moselpokal. Ein Weinpokal, der einen Liter fassen kann. In diesen Genuss kamen am 29. September 2007 durch ihren überlegenen Sieg auf der 4000 Meter langen Strecke Georg Reins, Walter Dampke, Ferdi Hardinghaus und Gregor Prinz im Masters-Renn-Doppelvierer, Altersklasse D (MDA 50), Martina Mielke mit Erfolgssteuerfrau Lisa Mielke

erruderten mit ihren Godesberger Ruderkameraden den zweiten Sieg des Tages im Mixed-Gig-Doppelvierer der jüngsten Masters-Klasse.



Erfolgreiche Vierer beim Marathon: v.o.: Mixed, Masters-, offene Klasse Unten: Gig MM 4x+ in Bernkastel

Weitere Siege:

Gig-Riemenvierer (MDA 50 Jahre): Steuerfrau Lisa Mielke, Georg Reins, Christoph Rademacher, Fritz Vreden, Rainer Böhling.

Gig-Riemenvierer (MDA 43 Jahre): Steuerfrau Lisa Mielke, Fritz Vreden, Gregor Prinz, Ferdi Hardinghaus.

Gig-Doppelvierer (MDA 50 Jahre), Steuerfrau Lisa Mielke, Fritz Vreden, Hardy Wolf.

Eine Woche später: Der 36. Rheinmarathon von Leverkusen nach Düsseldorf. Der Ruderclub Germania Düsseldorf kann dieses Jahr mehr als 90 gemeldete Mannschaften bei schönster Oktobersonne an den Start schicken.

Die Bedingungen sind gut, leichter Schiebewind bei wenig Strömung. Natürlich trügt der Schein vom glatten Wasser. Die Ruderer des WSVH kennen die Strecke. Nicht umsonst werden die Gig-Boote mit zusätzlichen Abdeckungen wellengängiger gemacht. Vier Boote mit WSVH-Beteiligung sind am Start. Die alten Herren, Horst Schindler, Herbert Engels, Oswald Schäfer, Karl-Heinz Zinnhobler, mit Steuermann Klaus Schindler müssen als erste ihr Boot zu Wasser bringen. Die Rheinerfahrene Truppe kann sich in der Altersklasse der 65-70-jährigen Platz 2 sichern. Das gelingt auch der Juniorenmannschaft der 17-18-jährigen mit Markus Mielke und Steuerfrau Annika Trappmann.

Martina Mielke startet gemeinsam mit ihren Godesberger Vereinskameraden. Krankheitsbedingt fällt ein Ruderer der gemischten Mannschaft am Vortag aus.

In aller Eile wird die Steuerfrau Annette Lieser zum Rudern verpflichtet. Lisa Mielke übernimmt das Steuer. Mit einem Ruderer und drei Ruderinnen sind die Erfolgs- aussichten im Mixed-Boot geschwächt. Aber sie sind motiviert und setzen sich in der Wertung gegen sieben Mannschaften in

der Altersklasse B, MDA 36 Jahre durch. Herzlichen Glückwunsch!

Barbara und Thorsten Jonischkeit wollen der Langstreckenkonkurrenz aus Karlsruhe in der offenen Männerklasse den Rang ablaufen.

Die Unterstützung kommt von dem amtierenden Landesmeister Karl Breuer und dem LM-Zweiten Matthias Simons, beide vom Siegburger Ruderverein. Materialprobleme bringen den Start ins wanken. Dank der guten Beziehungen zu befreundeten Vereinen können sie mit der unerschrockenen Olga Suprinovic als Steuerfrau dann doch starten und werden zweitschnellstes Boot in der Gesamtwertung.

Abschließend trifft man sich traditionsgemäß zu Siegerehrung und Altbier. Bis zum nächsten Jahr!

Barbara Jonischkeit

WANDERRUDERWOCHENENDE UM STORKOW 13.-15. JULI

Auszug aus den Nachrichten des Frankfurter Ruder-Club von 1882 e.V.

Freitag 16.00 Uhr war Start – einsammeln der FRC'ler Ruderkameraden: Richter, Horn, Schallenberg und Krüger. Der Fahrtenleiter Hagen kann aus familiären Gründen nicht teilnehmen. Ziel der Tour: freundschaftliches Treffen mit unseren Freunden aus Bad Honnef – Claudia und Fred Fahrig. Pünktlich wie die Preußen trafen wir auf dem Gelände des Ruderclubs in Storkow ein, nur der Luxus-Zweier „Bob Marley" war noch nicht da. Dann ging's aber bald los – herzliche Begrüßung, Boot auf dem Sattelplatz ablegen, den Hafenmeister wegen des Leihbootes konsultieren, Zuweisung der Zeltplätze und Zeltaufbau. [...] Nach Planung der morgigen Rudertour ging's dann irgendwann in die Zelte. Ja, dann graute der Morgen: Bad im See, Frühstück in Storkows City, [...] Boote fertig machen [...] Fred und Claudia richteten ein Begrüßungsbankett mit zwei 5-Liter-Fässchen Kölsch, gut gekühlt mit Trockeneis, aus. Getrunken wurde aus „Finkennäpfchen"; es schmeckte sehr lecker!

Hier wurden wir bereits vom Vorsitzenden des Ruderclubs Storkow erwartet. Welch eine Wiedersehensfreude nach gut 30 Jahren bei Hörnchen und Dr. Kunath. Bis zur Schleusung war noch reichlich Zeit, d.h. Aktbaden zur Abkühlung und Small Talk der alten Bekannten. Doch „Bob Marley" kam nicht, also durch die Schleuse.

[...] Das Tagesziel war nun erreicht. Welch ein Jammer – die „Frischbierversorgung" auf dem Zeltplatz war dürftig. [...] Ja, nach dem Erfrischungsbad gab es noch „Zaubertrank" und entsprechend wurde in die Skulls gegriffen. Auf dem Scharmützelsee wurde dann ein .Sklavenkutter" mit wild winkendem Antreiber gesichtet.

[...] Nach Small Talk und Austausch des „Zaubertrunkes“ ging's weiter in Richtung Schleuse zum Storkower See. Welch eine Freude als wir den verlassenen „Bob Marley“ am Ufer sahen. Dann hieß es festmachen und uns auf die Spuren von Claudia und Fred begeben. In einem nahe gelegen Cafe mit herrlichem Seeblick wurde dann Wiedersehen gefeiert. Sonntag sollte noch immer gewaltig Strecke gemacht werden, über den Storkower Kanal zum Wolziger See. [...]

[... Mit dem Ziel Zeltplatz am Springsee] ging „Bob Marley“ die Sache easy an, die Schleuse zwischen Storkower- und Scharmützelsee wurde nicht gemeinsam passiert.

Der Honnefer Zweier „Bob Marley“

[...] Kanalrudern war bei diesem Schiffsverkehr keine Freude, dazu noch die Sonne, die es wieder sehr gut mit uns meinte. Als wir endlich „Bob Marley“ erreicht hatten, wurde auf halber Strecke gewendet. Unsere Freunde aus Bad Honnef mussten sich ja noch auf den langen Rückweg in die Heimat machen. [...] Doch welch Malheur, der Transporthänger für „Bob Marley“ war von einem cleveren LOS-Piloten zugeparkt. Gemeinsam wurde der Hänger mit Muskelkraft und viel Probieren durch eine Baumlücke gezirkelt und es konnte endlich verladen werden.

[...] dann hieß es Abschied nehmen, noch ein Gruppenfoto und das Versprechen auf ein Wiedersehen und ab ging es nach Hause. Es war ein tolles Wochenende und wir können den Storkower Ruderclub als Ausgangsbasis für weitere Wochenendtouren weiterempfehlen, vorausgesetzt das Wetter spielt genauso gut wie diesmal mit.

Bernd Krüger

DRV-LANDESMEISTERSCHAFT NRW

Finaleinzug für Honnefer Ruderin bei den Landesmeisterschaften

Über 500 Ruderer aller Altersklassen aus rund 70 Vereinen trafen sich zu diesem Spektakel am Fühlinger See in Köln bei herrlichem Sonnenschein. Mit darunter auch der Wassersportverein Honnef, vertreten durch die 15-jährige Carolin Franzke, die im Juniorinnen B Einer startete. Franzke hatte sich dieses Jahr das erste Mal in der Klasse der Juniorinnen zu beweisen und stieß auf starke Konkurrenz. Die 1000 Meter Strecke meisterte sie im Vorlauf noch mit Leichtigkeit und sicherte sich durch einen zweiten Platz den Einzug ins Finale. Das Finalrennen begann zunächst vielver-

sprechend für Franzke. Auf den ersten 500 Metern konnte sie sich noch auf dritter Position halten, doch im Zieleinlauf verdrängten die älteren Ruderinnen ihrer Altersklasse sie schließlich auf den fünften Platz. Auf die neue Landesmeisterin vom Crefelder RC betrug der Abstand jedoch nur 5,55 Sekunden. Ihre Trainer Maik und Tilman Iser sind mit der Platzierung und der Leistung ihres Schützlings voll zufrieden. Franzke stehe noch am Anfang ihrer Ruderkarriere und habe sich in ihrem ersten Juniorinnenjahr nicht schlecht geschlagen, sodass man auf das kommende gespannt sein darf.

Andrea Fauck

KÖLN-TRIATHLON

Kölner Stadtmeister im Rudern und im Triathlon

Als passionierter Ruderer war Thorsten Jonischkeit nicht nur Deutscher Meister, sondern auch mehrfach Stadtmeister in Köln. Dieser Titel wurde in diesem Jahr erstmals auch im Triathlon auf der legendären Ironman-Distanz vergeben: 3,8 km Schwimmen, 180 km Radfahren und 42,2 km Laufen.

2004 hatte Jonischkeit mit dem Quelle Challenge in Roth seinen ersten Dreikampf absolviert. Damals finishte er in einer Zeit von 9:41 Stunden – für einen Nicht-Triathleten sensationell. Nach dreijähriger Triathlon-Abstinenz und diversen Erfolgen im vertrauten Rudersport reizt ihn die Herausforderung dieser ultimativen Ausdauerleistung erneut. Beim Ironman in Frankfurt am 1. Juli startete der Bonner seinen zweiten Versuch – Endzeit 9:25.

Zwei Monate später feierte der Köln-Triathlon seine Premiere über die Langdistanz und Jonischkeit feierte mit. Die lange Strecke wurde zusätzlich zur Smart und der Classic Distanz ausgeschrieben, die in Köln schon Traditionsveranstaltungen sind. Den insgesamt zu absolvierenden 226 Kilometern verdankt die Veranstaltung ihren Namen: Cologne226. 300 Sportler verschiedener Nationalitäten wagen einen Start, darunter vier Profis.

Die Regattabahn im Fühlinger See kennt Jonischkeit wie seine Westentasche. Als Ruderer hat er hier täglich trainiert. Unter exzellenten Wasserbedingungen verbessert er seine bisher beste Schwimmzeit um neun Minuten und kommt bereits im Vorderfeld aus dem Wasser.

Auf dem Rad, seiner Paradediszipin, erreicht er hinter dem Triathlonprofi Steffen Liebetrau und dem Duathlon-Weltmeister Claudius Pyrlik mit einem Stundenmittel von 39 km/h die drittschnellste Zeit und kämpft sich damit im Feld auf Rang fünf vor. Im Kölner Norden war hier ein 45 Kilometer langer Rundkurs viermal zu fahren. Die beiden letzten

Runden zehren durch starken Wind an den Reserven der Athleten, die für den an- und abschließenden Marathonlauf in der Wechselzone ihre Fahrräder abgeben und die Laufschuhe schnüren.

Die Laufstrecke führt die Triathleten zunächst vier mal um den See und anschließend zum Ziel im Rheinauhafen in der Kölner Innenstadt.

Nach anfänglichen Problemen in den Achillessehnen motiviert den Ruderer im Feld auf den letzten Kilometern die Aussicht auf eine TopTen-Platzierung. Mit neuer persönlicher Bestzeit von 9:18 kommt Jonischkeit als Achter ins Ziel.

Er ist damit Kölner Stadtmeister, außerdem auf Platz drei der ebenfalls erstmals ausgetragenen NRW-Meisterschaft.

Für 2008 ist das Ziel klar: Die Teilnahme bei Ironman-Weltmeisterschaft auf Hawaii. Doch dazu muss er bei der Europameisterschaft in Frankfurt einen der begehrten Qualifikationsplätze erkämpfen. Na dann: Ahoi!

Barbara Jonischkeit

WANDERFAHRTENBERICHTE

April – Lahn

Im Jahr 2007 wurden zahlreiche Wanderfahrten unternommen. Dabei ist zu beobachten, dass die Zusammensetzung der Teilnehmer stärker variiert als früher. Die meisten der „üblichen Verdächtigen“ sind weiterhin dabei. Erste Wanderfahrt im Jahr war traditionell die Lahntour. Sie startete in Nassau und ging die Lahn hinunter bis zur Mündung und wurde dort zur Rheintour bis zum WSVH.

Beim Abladen der Boote hatten wir die Möglichkeit, die örtliche Obrigkeit kennen zulernen, als zwei honorige Ruderkameraden begannen, die Schranke auszuhebeln. Diese versperrte den Zugang zum Kanuclub, wo wir die Boote lagern wollten. Der Nassauer hatte wohl die Positionierung der Schranke zumindest unterstützt. Beim Abendessen trafen wir noch seine Tochter, aber die Einladung auf ein Bier, überbracht durch die Tochter, nahm er nach der Aufregung am Nachmittag nicht an.

Am nächsten Tag ging es ohne größer Vorkommnisse nach Niederlahnstein. Nach einem gemütlichen Abend und der etwas schleppenden griechischen Bedienung, konnten wir dann die Niederlahnsteiner Jugend beim Feiern und Rollerrennfahren sehen und vor allen Dingen bis tief in die Nacht hinein hören. Am nächsten Morgen ging es dann nach einem guten Frühstück beim Griechen den Rhein hinunter zum WSVH. Natürlich mit dem obligatorischen Halt beim „Wasserspocht Sinzig“.

Mai – Vatertagstour

Dieses Jahr war das Wetter bei der Vatertagstour besser, so dass sich eine Gruppe Ruderer nach Sinzig aufmachte. Hier wurde der mitgebrachte Proviant verzehrt und ein gemütlicher Nachmittag verbracht. Danach ging es zum Verein zurück.

Juni – Ruhr

Die Tour de Ruhr begann in Schwerte. Wir fuhren über Hengstey- und Harkortsee zum Bootshaus der SG DEMAG. Leider gab es etwas Unruhe an der Schleuse am Ende des Hengsteysees. Im Dreier war bereits intensiv diskutiert worden. Als man dann hungrig die Umtragestelle anfuhr, hatte der Schlagmann den Piddelhaken nicht parat und man fuhr fröhlich auf die Mauer zu, welche die ehemaligen Schleusentore ersetzt. Außer dass eine Isomatte nass und die Diskussion noch etwas rauer wurde, ist aber nichts passiert. Wir kamen wohlbehalten beim SG DEMAG an. Als zwei Herren und eine Dame sich zum Bade in der Ruhr begaben, packte unseren Gastgeber die Begeisterung: „Das ist ja wunderbar – ich muss ein Foto von den Gästen machen“. Ich vermute, dass die Herren nicht mit auf dem Foto sind ...

Am nächsten Tag wurde allen klar, was unter einer *Wander*fahrt zu verstehen ist: Boote beladen, losfahren, nach 600 Meter anlegen und los geht die Wanderung (natürlich mit Gepäck). Zunächst geht es einen kleinen Deich hoch, dann geradeaus bis zum Kraftwerkszaun. Hier scharf links den Berg hinunter, unten scharf rechts – gut dass wir keine Fünfer mit hatten. Nun anständig geradeaus, die kleine Anhöhe hoch, immer noch am Zaun lang. Auf der Anhöhe macht der erfahrene Wanderruderer gegen die drohende Verdurstung eine Trinkpause. Nun kommt bereits das Unterwasser in Sicht. Also frisch die Anhöhe hinunter. Nun die Boote etwas höher halten, damit man mit den Auslegern nicht am Geländer des kleinen Brückleins hängen bleibt. Und schon geht es den Deich hinab zum Unterwasser. Nun den selben Weg noch mal für das

Rudern macht durstig

zweite Boot. Nun denselben Weg noch mal für die Skulls und einen Teil des Gepäcks. Nun den selben Weg noch mal für den anderen Teil des Gepäcks. Wenn das keine Wanderung ist ...

Nächste Umtrage war die Schleuseninsel beim RC Witten. Und wieder wurde gewandert. Lohn der Arbeit war der Abend beim RV Blankenstein. Wie immer wunderschön. Weiter ging es nach Essen Werden. Die Bootsrutschen – wie immer – ein Erlebnis. Kurze Pause in Kupferdreh, dann in Werden ein schöner Abend. Die Jungs schliefen im Kraftraum, die Mädels im Nebenraum. Nachts ein Schrei: Anne wurde vom Frosch geküsst. Die panische Frage an Martina: „Was soll ich tun?!“. Die verschlafene Antwort: „Pack ihn und wird ihn raus“. Jedenfalls ist Anne keine Fröschin und der Frosch kein Prinz geworden.

Eine wahrhaft schöpferische Pause

Die Weiterfahrt nach Mülheim verlief reibungslos. Ich durfte den Bus holen. Stieg in den Zug und setzte mich in den freien Bereich für die Fahrradmitnahme. Am nächsten Bahnhof stiegen etwa zehn Afrikanerinnen mit acht Kinderwagen und siebzehn Kindern ein – die Ruhe war vorbei. Ansonsten war die Rückfahrt zum WSVH ruhig.

Juli – Elbe

Die Tour auf der Elbe war eine Gemeinschaftstour WSVH/WSVG. Man traf sich im Pirnaer RV. Dort wurden die gemieteten Boote übernommen und aufwendig nach Melnik gefahren. Hier nochmals Dank an Dieter Roos, der an dem Tag mehrmals über die tschechische Grenze gefahren ist – da kann man ja schon mal fast ein paar Grenzhütchen umfahren.

Nachdem in Melnik eine Einsatzstelle gefunden war, hatten wir endlich Elbwasser unterm Boot und bald auch im Boot: die Holzkähne waren so trocken, dass das Elbwasser vehement eindrang. Gleichzeitig verschwand Ludger mit dem Fahrrad auf dem sumpfigen Elb-Uferweg. So ging es bei mäßigem Wetter die Elbe hinunter. Am zweiten Morgen in Leitmeritz dann ein Schock: die Seitenscheibe vom Bus war eingeschlagen: nichts gestohlen, Polizei. Es war wohl ein Stein von einem der Rasenmäher, die dort reichlich herumfuhren, hochgeschleudert worden. Beim Ablegen in Usti

nad Labem dann die nächste Aufregung. Annemie und Wonter hatten bereits Platz genommen. Die Ruderrecken Arndt, Tissy und Tommy stießen kräftig ab. Das Boote wankte, die offenen Dollen boten keinen Halt und der Untergang der „Eintracht“ ließ sich nicht mehr aufhalten. Die Mannen schwammen, aber wo war Annemie? „Alles in Ordnung in kann stehen“ war die erleichternde Antwort. Doch es war alles nass: die Klamotten, Annemies Sitzkissen und Wonter hatte seine Seesack nicht zugemacht. Dennoch hatten wir Glück im Unglück: Luft und Wasser waren nicht allzu kalt, sonst war nichts passiert und nur 4 Flaschen Bier verloren. Also die nassen Sachen aufgehängt, trockene wieder an und der zweite Versuch gelang. Der Steg wurde aber auch extrem vorsichtig verlassen. Dann meine erste Grenzüberquerung im Ruderboot. Wir fuhren an das Boot der Grenzbeamten und wollten die Pässe vorzeigen. Doch die wollten nicht. Sie hätten soviel zu tun und fütterten weiter die Grenz(pol)enten. Nun ging es weiter durch das Herz des Elbsandsteingebirges – wunderschön. Das Wetter hätte besser und der Wind schwächer sein dürfen. Aber nichtsdestotrotz waren Feste Königstein, Bastei und Raddampfer sehenswert. Am nächsten Tag machten wir beim Schloss Pilnitz halt. Ludgera und Tommy als angeblich amerikanisches Ehepaar am Stand mit sächsischen Köstlichkeiten. Wir sind erst aufgeflogen, als die Ruderkameraden kamen und uns ansprachen. In Dresden begann dann der kulturelle Teil der Fahrt: nachmittags eine Stadtbesichtigung und abends wurde in der Felsenbühne Rathen der Freischütz gegeben. Wonter erntete mitleidige Blicke als er in der Pause trotz der Kühle des Abends ein Eis orderte. Leider teilte sich die Gruppe hinsichtlich der kulturellen Interessen. Dies setzte sich am vorletzten Tag fort: ein Teil der Gruppe hatte auf der Elbe Sturm, sich überschlagende Wellen und wendende Raddampfer gesehen und ruderte nach Pirna zurück, während der andere Teil die Stadtdurch- und Weiterfahrt nach Radebeul wagte. Die Skyline war auf jeden Fall sehenswert:

Oktober – Mosel

Die diesjährige Moseltour führte von Zeltingen über Reil nach Eller. Am Freitag wurde Zeltingen angefahren. Übernachtet wurde in einem Laden. Dort saß der Besitzer im Schaufenster mit einem Bekannten beim Bier. Es gab aber auch Gästezimmer.

Wir machten unsere übliche Runde mit Essen und Wein, Absacker in der Unterkunft. Irgendjemand hatte sich in der Tür geirrt und den Hausherr geweckt. Dieser, nicht faul, setzte sich dazu und brachte einen Selbstgebrannten und eine Aufgesetzten mit. Nun wurde es bis tief in die Nacht recht gesellig.

Der nächste Tag war etwas zäh. Nachdem die Boote auf Wasser waren, ließ man sich bei herrlichem Wetter treiben. Wir hätten wohl Reil nicht

am selben Tag erreicht, wäre nicht ein Boot mit drei Herren (1 x Steuern, 1 x Trinken, 1 x Genießen) und einer Dame (1 x Rudern) gesehen worden. Im anderen Boot ging es ähnlich zu und so freuten sich in Reil alle auf die Dusche. Zunächst gab es beim Anlegen einen sehr angenehmen Getränkeservice (kann man sich dran gewöhnen.

oben: Rudern ist ein Wassersport

unten: Sammeln zur Eiswasserfahrt

Als wir bei der Unterkunft geschellt hatte, war der erste Ausruf „Oh Gott so viele, wo tue ich die alle hin“. Hinsichtlich der Duschen wurde festgestellt, dass es zwei Duschen auf dem Gang gab, von der eine kalt war. Also wieder Aufregung. Der Abend verlief dann ruhig, da alle noch etwas angeschlagen waren.

Am nächsten Tag ging es dann wieder: Wein- und Schnapsprobe nach dem Frühstück. Kaum saß man im Boot, gab es ein ähnliches Bild wie am Vortag. Entspanntes Fahren bei wunderschönem Wetter.

So ging eine schöne Fahrt ihrem Ende entgegen.

Dezember – Eiswasserfahrt

Die traditionelle Eiswasserfahrt gab es dieses Jahr mit verkürzter Strecke und großem Teilnehmerfeld. Drei Ruderkameraden aus Weesp verliehen der Fahrt europäischen Flair. Ausgeschlafener als sonst machte man sich auf den Weg nach Neuwied. Mittag wurde in Hammerstein beim Weinhaus Zwick gemacht. Nachmittags wurde der WSVH problemlos erreicht und noch etwas weiter gefeiert.

WANDERFAHRTENPLANUNG

Ein Ausblick auf ‘08

Für das Frühjahr ist wieder eine Lahntour in Planung. Wenn es der Wasserstand zulässt, starten wir ab Marburg stromab.

Anfang Mai sind wir von Tissys Kameraden auf die Schley eingeladen.

Ende Mai gibt es die traditionelle Ruhrtour.

Im Sommer ist eine Gemeinschaftsfahrt mit dem Weesper RC in Friesland möglich.

Ende August ist eine Fahrt nach Waging geplant. Die Details müssen noch geklärt werden.

Im Herbst bieten wir dann wieder eine Moseltour und bei entsprechendem Wetter eine Rheintour.

Die Saison schließt mit der Eiswasserfahrt, diesmal eine Woche nach der „Kölschen Weihnacht".

Wie immer sind alle Ruderer/innen herzlich eingeladen teilzunehmen, oder auch eigene Fahrten zu organisieren. Details zu geplanten Fahrten sind im Internet oder am schwarzen Brett zu finden.

Tommy Richter

50. INTERNATIONALER RUDERMARATHON IN LÜTTICH

Honnefer Doppelsieg beim Jubiläumsmarathon

Einer gegen Achter, Frauen gegen Männer, 60-jährige Masters gegen austrainierte Hochleistungssportler, breite Gigs gegen schnittige Rennboote. Das klingt nicht gerade nach fairem Rudersport. Findige Organisatoren im belgischen Lüttich haben ein Handicap-System erdacht, das trotz ungleicher Voraussetzungen jedem Sportler Siegchancen bietet. Abhängig von der Boots- und Altersklasse sowie vom Geschlecht bekommt jedes Boot eine Startzeit zugewiesen: Als erstes starten die Einer, danach die Zweier, am Schluss die Achter. Frauen bekommen in den Bootsklassen einen Vorsprung vor den Männern, usw.; wer als erster das Ziel erreicht, gewinnt.

Auf zwei unterschiedlich langen Marathon-Strecken bleibt es für jeden Teilnehmer aber stets eine Herausforderung, das Ziel zu erreichen. Der Rundkurs um die Insel in der Innenstadt der Maas-Metropole ist etwa 8,7 Kilometer lang. Die Teilnehmer können wählen, ob sie ihn fünf oder sieben mal umrudern. Am Ende des Regattatages gibt es zwei siegreiche Boote: Eines hat 43 km gerudert, das andere 61 km. 1958 wurde diese Handicap-Regatta zum ersten Mal ausgetragen, in diesem Jahr war das 50. Jubiläum. In diesem Jahr verteilten sich 200 Teilnehmer bei diesen beiden Ruderregatten auf 70 Boote.

Im gemischten Zweier konnten Barbara und Thorsten Jonischkeit vom WSV Honnef bereits 2004 und 2006 die Langdistanz gewinnen. In diesem Jahr starten beide im Gig-Einer – aber nicht gegeneinander, sondern die Dame beim 5-Runden-Wettkampf, der Herr muss sieben Runden rudern. Am Ende stehen beide ganz oben auf dem Siegertreppchen.

Auf der „kurzen" Strecke (43 km) siegt Barbara nach 3:37 Stunden mit deutlichem Abstand. Sie erreicht das

Ziel fünf Minuten vor dem Riemenvierer der Altersklasse 50 Jahre der Renngemeinschaft WSH Honnef/RV Saarbrücken /RK am Baldeneysee Essen/Bonner RG.

Erfolgreiche Boote in Lüttich

v.o.: Thorsten Jonischkeit (Gig 1x), Barbara Jonischkeit (Gig 1x), Gig 4+ (mit C. Rademacher, R. Böhling)

Thorsten machte es spannender: Nach 4:50 Stunden hat er nach 61 km zwar den 27 Jahre alten Streckenrekord um satte sechs Minuten unterboten, aber nur eine halbe Minute nach ihm erreicht das zweite Boot das Ziel ein Renn-Einer mit einem belgischen Marathoni; weitere 35 Sekunden später folgt der dritte Einer: Helmut Wolber vom Bonner RV, der ehemalige Rekordhalter, der als mittlerweile 60-jähriger 43 Minuten vor Jonischkeit starten durfte. Dass es hier so knapp war, ist einerseits ein Beleg für das gute Handicap-System, andererseits liegt es sicherlich auch an dem wertvollen Sachpreis, den der schnellste Individualist auf der langen Strecke bekommt: Ein Paar Skulls.

Bei den anschließenden Feierlichkeiten wurden die Jonischkeits für diese Leistung – und für weitere Erfolge in den vergangenen Jahren – mit der Medaille des belgischen Königs geehrt. Gastgeber dieser Traditionsveranstaltung ist schließlich der „Royal Sport Nautique de la Meuse“. Bei der 51. Ausgabe im kommenden Jahr werden die beiden wohl wieder in einem Boot sitzen – welche Bootsklasse dies sein wird, hängt aber von taktischen Überlegungen ab, bzw. vom Start-Handicap, das jedes Jahr an die Leistungen angepasst wird.

Barbara Jonischkeit

HERBSTWANDERUNG IM WSV HONNEF

Per Pedes im Siebengebirge

Von Tradition soll man sprechen dürfen, wenn man etwas mindestens dreimal getan hat. So gesehen hatte die Wanderung der beiden Abteilungen des Wassersportvereins, die (Klaus-Henning Rosen) in den 80er und 90ern an Allerheiligen zu organisieren pflegte, schon eine Tradition.

Alles aber hat offenbar seine Zeit und so kam auch diese gute Übung irgendwann aus der Übung. Mindestens Tina hat dann noch mal eine Wanderung um Bad Hönningen organisiert, aber dann fiel dieser Termin regelmäßig aus. Weil aber immer wieder danach gefragt wurde, stand das Vorhaben wieder in der Planung für 2007.

Der Neuanfang war bescheiden. Aber dennoch versammelten sich acht Wanderfreunde aus den Familien Engels, Herzog, Rosen und Walkenhorst am ersten November am Ziepchen und wanderten auf vertrauten Pfaden bei gutem Wetter über die Löwenburg durchs Siebengebirge. Beziehungsreich vorbei am Standbild der Heiligen Jungfrau der Armen stieg die kleine Truppe in Begleitung des Herzogschen Hundes hinauf zum Geisberg. Auf dem Weg wurde dem Grab des ersten Bundeskanzlers ein Besuch abgestattet. Die im Wanderführer vorgesehene Zeit war deutlich unterboten, als die Gruppe sich zum Picknick (soweit klugerweise mitgenommen) an der Ruine Löwenburg niederließ. Über das Tretschbachtal führte der Weg zurück nach Rhöndorf, wo im Ziepchen Einkehr gehalten wurde. Zugegeben, der Anfang war bescheiden.

Wie feststellbar, hat sich die Motorbootabteilung – bei allerdings denkbar schlechtem Wetter – Anfang des Jahres zu einer eigenen Wanderung auf den Weg gemacht. Das aber sollte Anlass sein, für 2008 wieder gemeinsam zu planen und für eine Teilnahme zu werben wie in der Zeit, als die Tradition der Allerheiligenwanderung begründet wurde.

Klaus-Henning Rosen

WINTERZEIT – HALLENSPORTZEIT

„Professionelle“ Gymnastiklehrerin engagiert

Auch in diesem Jahr werden zur Überbrückung der Winterzeit mittwochs wieder zwei Hallensporttermine angeboten. Ab 17:30 Uhr werden unter Leitung von Maik Iser eine Stunde lang die motorischen Fähigkeiten und die Kondition der Jugendlichen verbessert. Aufwärmen, Stretching, spielerische Bewegung, heißt das Motto. Für die einen ist es die Vorbereitung auf die nächste Rudersaison, für die anderen bedeutet es einfach Bewegung nach einem stressigen Schultag. Daher steht der Spaß im Vordergrund. So darf ein abschließendes Ballspiel nicht fehlen.

Die regelmäßige Teilnahme von 15-20 Jugendlichen im Alter von 10-18 Jahren zeigt wie viel Spaß ihnen das Hallentraining macht.

Um 18:30 Uhr befleißigen sich gemeinsam Erwachsene und Jugendliche gegen das Einrosten ihrer Gelenke.

Mit Martina Klaus vom TV Eiche konnte eine professionelle „Gym-

nastiklehrerin“ für das Hallentraining gewonnen werden.

Haben manche nach Erzählungen unseres Wanderruderwartes noch gedacht, dass es sich um „Seniorensport“ handeln würde, wurden wir gleich in den ersten Übungsstunden eines Besseren belehrt.

Schon beim Aufwärmen zeigt sich immer wieder, dass Ruderer „grobmotorisch“ veranlagt sind. Übungen mit unterschiedlichen Bewegungen der Arme und Beine, dazu noch laufen oder hüpfen, sind doch für uns Ruderer eine große Herausforderung. Aber nach 3 Monaten Training haben die Bewegungen tatsächlich schon aerobic-ähnliche Züge angenommen.

Spaß beim Hallentraining

Im gymnastischen Teil werden jede Woche andere Körperpartien „bearbeitet“. Mal werden Arm-, Brust- und Schultermuskulatur gestärkt, etwas gegen Bauch- und Pospeck getan oder Übungen für den Rücken durchgeführt.

Mit abschließenden Dehnübungen versuchen wir (meist vergeblich) dem Muskelkater vorzubeugen.

Untermalt werden die Übungseinheiten mit passender Musik.

Auch bei den „Älteren“ steht der Spaß im Vordergrund. Nicht selten sind 20 Teilnehmer bei der Gymnastik. Die Altersspanne reicht von 15 bis über 70 Jahre. Erfreulich, dass auch einige unserer neuen Mitglieder aus den Ruderkursen regelmäßig kommen.

Wer mag, spielt zum Abschluss noch eine Runde Basket- oder Fußball.

Martina Klaus hat schon signalisiert, dass sie uns auch im nächsten Winter nicht einrosten lassen will.

Martina Mielke

ERWACHSENEN-RUDERKURS 2007: ZWEI ERLEBNISBERICHTE

Ein Hilferuf
Oder: Der ganz normale Ruder-Alltag

Im April und Juni 2007 starteten die Erwachsenen-Ruderkurse. In der regionalen Presse warb der WSVH um neue Interessenten zu gewinnen. Mit Erfolg! 24 Anmeldungen sprengten unsere Erwartungen. Somit aber auch beinahe die Ausbilderkapazitäten. Gregor, Kuno, Martina, Ludger und Fritz bildeten unsere neuen Ruderkameraden aus. Wie immer in der Hoffnung einige würden über den Kurs hinaus gefallen am WSVH fin-

den. 10 sind „hängen geblieben“. Darunter ist auch Andrea: „Ich habe letztes Jahr mit dem zweiten Ruderkurs meine Karriere im WSVH begonnen. Es waren sehr viele Interessenten da, das Wetter war super, also ein idealer Start. Nach dem erstmaligem Betreten des Steges wurde mir klar, dass die seitlich angebrachten Rollen nicht zum sitzen sondern zum einlassen der Boote gedacht sind. Die schwarzen Streifen habe ich immer noch auf meiner orangefarbenen Hose. Nach meiner ersten Fahrt auf dem toten Arm wusste ich, dass das Rudern mein Sport wird. Ich freute mich von Woche zu Woche und wollte mehr. Dank der sehr guten Trainer Gregor und Ludger bekam ich mehr. Bei Halbzeit des Kurses ging es das erste Mal auf den Strom, wo ich nur anderthalb Krebse gefangen habe, was meine guten Mitruderer nicht weiter störte. Euphorisch schloss ich dann mit Tommy eine Wette um eine Flasche Ouzo ab (die erst viel, viel später getrunken wurde), dass ich beim ersten Mal im Skiff nicht kentern würde. Unter Zeugen, den Zuschauern auf der Terrasse, gewann ich die Wette.“

Die Ruderkursteilnehmer sind überwiegend begeistert, um so ernüchternder ist für sie oft das „Übergangsstadium“ in den allgemeinen Ruderbetrieb. Ein oft diskutiertes Thema. Bedenken nicht mitgenommen zu werden oder Fehler zu machen sind ganz normal. Beim Rudern lernt man nie aus. Letztendlich können alle nur voneinander lernen.

Barbara Jonischkeit

Als Anfänger im WSV Honnef

Im April und Juni 2007 starteten die Erwachsenen-Ruderkurse. In der regionalen Presse warb der WSVH um neue Interessenten zu gewinnen. Als ich mich Anfang des letzten Jahres zum Anfängerkurs Rudern für Erwachsene in Bad Honnef anmeldete, wusste ich nicht, dass ich damit eine der besten Entscheidungen meines sportlichen und sozialen Lebens getroffen hatte. Eigentlich ist das Wasser nicht mein Element und auf die Idee, mit dem Rudern anzufangen, kam ich überhaupt nur durch wiederholte Gespräche mit einer ruderbegeisterten und -erfahrenen Freundin. Also entschloss ich mich, es mal zu versuchen, um eine Alternative zum Joggen mit der relativ einseitigen Belastung der Beinmuskulatur zu haben.

Der Versuch war ein Volltreffer! Wir „Neuen“ wurden unglaublich herzlich empfangen. Die anfängliche Unsicherheit in Umgang mit und Handhabung von Skulls, Auslegern, Rollsitzen und schaukelnden Booten verschwand relativ rasch dank fachmännischer und geduldiger Anleitung. So stellte sich bald eine große Freude an dem neuen Sport bei allen Anfängern ein. Die zu Beginn sehr komplex erscheinenden Bewegungsabläufe schienen bald die natürlichste Sache der Welt, und nach und nach konnte man auch die atemberaubende Kulisse des Rheintals beim Rudern genießen und

die nächste Herausforderung herbeisehnen: das Rudern auf dem Strom.

Auch der Spaß im Team blieb nie auf der Strecke. Sei es beim Übereinanderhinwegklettern im Boot oder beim gemeinsamen Grillen oder Kesselsknall-Essen im Bootshaus. Wir wurden mit offenen Armen empfangen und in die Gemeinschaft des Wassersportverein Honnef integriert. Eine einmalige Erfahrung!

Nicht alle aus unserem Anfängerkurs sind oder konnten bei der Stange bleiben; auch ich muss, zu meinem sehr großen Bedauern, den Verein leider verlassen, da mir ein Umzug nach Hessen bevorsteht. Ich hoffe, dass auch dort für das Rudern ein Platz in meinem Leben sein wird – den Verein in Limburg habe ich schon ausgekundschaftet. Besonders werde ich allerdings die Mitglieder des Honnefer Vereins vermissen, die mir und allen Anfängern so herzlich und offen begegnet sind, und mit denen wir eine fantastische Zeit gehabt haben – auf dem Wasser und darüber hinaus.

Julia Staudacher

VERHALTENSREGELN STATT GRAUER THEORIE

Wassersportverein Honnef bot einen Ruderkurs für Erwachsene an

Als sie ein Bein sachte auf das Trittbrett im Boot stellte und das andere Bein vom sicheren Steg hob, begann das Boot zu schaukeln. „Das ist eine wackelige Angelegenheit!“, sagte Ute Rudnick und nahm langsam Platz auf dem kleinen, rollenden Holzsitz. Das Einsteigen in das Ruderboot war aber der einzige Moment, bei dem die Honneferin ein bisschen unsicher war. Sobald sie und die anderen im Boot saßen, die Ruder – Skulls genannt – zurechtgerückt hatten, kam ihr die Angelegenheit wieder sicher vor.

Ute Rudnick und vier andere Neulinge nahmen an der ersten Schnupperstunde des Ruderkurses für Erwachsene teil. Kuno Höhmann und Ralf Hake vom Wassersportverein Honnef (WSVH) gaben die Einführung am sonnigen Freitagabend. Doch bevor es losgehen konnte, gab es – nein, keine Trockenübungen – Verhaltensregeln. „Rudern ist eine, wie soll ich sagen, militärische Sportart“, erklärte der Vereinsvorsitzende Höhmann. „Es gibt eine Hierarchie, alle müssen sich dem Obmann oder Steuermann unterordnen, sonst entsteht ein Chaos.“

Auch beim Handhaben der Skulls müssen genaue Anweisungen befolgt werden, denn die Ruderblätter sind empfindlich. Sehr empfindlich ist auch der Rumpf des Boots, der aus Glas- oder Kohlefasern besteht. Die Ruderer dürfen daher nur auf die dafür vorgesehenen Holzbretter im Bootsinneren treten. „Wir reden hier über die Preisklasse eines Mittelklassewagens, rund 15 000 Euro“, erläuterte Höhmann.

Gemeinsam trugen die Ruder-Anfänger ihre beiden Boote zum Steg und ließen sie zu Wasser. Im Wasser ging es dann um Synchronisation: Arme strecken und Knie beugen, Ruder ins Wasser, Beine durchdrücken, den Sitz nach hinten rollen, Arme ranziehen und Skulls aus dem Wasser. Das alles als fließende Bewegung und gleichzeitig mit den anderen Bootsinsassen – gar nicht so einfach.

Aber Ute Rudnick genoss das Rudern im toten Rheinarm, fand es nicht zu anstrengend. Kein Wunder, sie ist eine sportliche Frau, fährt Mountainbike, Inline Skates und spielt Tennis. Nicht alle Anfänger steckten die körperliche Belastung so ohne weiteres weg. „Einer bekam Muskelkrämpfe", sagte Ute Rudnick. Sie ist jedenfalls total begeistert von ihrem neuen Hobby: „Ich gehe weiter zum Kurs!"

Kölnische Rundschau 24.04.2007

SCHMELZTAL AKTIV

Autofreier Erlebnistag mit Honnefer Vereinen

Im Frühjahr fragte mich Kuno Höhmann, ob ich Lust hätte bei der Aktion SCHMELZTAL AKTIV mit zu arbeiten. Pressearbeit, Erstellung von Präsentationen, Entwürfe für Flyer und Plakate. Freundlich nahm mich das ehrenamtliche Team auf. Allesamt Menschen, die bestimmt durch ihren Job, ihre Familien und vor allem andere ehrenamtliche Tätigkeiten an akutem Zeitmangel leiden. Aber sie waren alle mit Euphorie für die Aktion dabei. Nach und nach formten sich in unseren Besprechungen die vielen Details zu einem großen Ganzen.

An Kuno hing dann auch die Organisation der Teilnahme des WSVH. Auf Ruderergometern konnten Rennen und Bestzeiten gerudert werden. Frauke Engels erklärte geduldig stundenlang den überwiegend jugendlichen Interessenten wie man auf so einem Ergometer um die Wette „zappelt".

An der WSVH Bierbude war natürlich Resi aktiv, unterstützt von Kuno. Die frisch gebackenen Waffeln gingen schnell weg und der Eintopf war ein guter Ersatz für die fehlende Sonne.

Mir hat dieser Tag sehr gut gefallen – wenn die Aktion 2008 wieder startet, würde ich mich freuen, wenn viele Wassersportler vorbei kommen oder mithelfen würden.

In der Presse war zu lesen:

Das Schmelztal zwischen Bad Honnef und Aegidienberg bot am Sonntag die Kulisse für ein ungewöhnliches Großereignis: den ersten autofreien Erlebnistag unter dem Motto „Schmelztal Aktiv" mit vielen, vor allem sportlichen Aktivitäten. Die Landesstraße 144 war für den motorisierten Verkehr den ganzen Tag gesperrt. Stattdessen tummelten sich auf der von Wald gesäumten und kurvenreichen Strecke Spaziergänger, Familien, ambitionierte Wanderer, Nordic Walker und Radfahrer.

Der WSV Honnef präsentiert sich im Schmelztal (v.o.n.u.):

Ruderaktivitäten mit Frauke Engels
Kulinarisches mit Birgitt Krüger
Geselligkeit mit allen Freunden

Dabei war die Anreise per Fahrrad ausdrücklich willkommen, Inline-Fahren war nicht gestattet.

Der Stadtjugendring Bad Honnef hatte auf Initiative des „Arbeitskreises Leitbild“ die Aktion organisiert, Bürgermeisterin Wally Feiden war die Schirmherrin. 21 Vereine und Organisationen – darunter das Haus der Jugend, der Verschönerungsverein für das Siebengebirge, der TV Eiche, der Parkkindergarten Hagerhof, der Bürgerverein Aegidienberg und andere mehr – beteiligten sich mit Ständen.

Immerhin: Für jeden sollte etwas dabei sein. Entsprechend groß war das Spiel- und Sportangebot. Teils auf der Straße selbst, auf Parkplätzen und angrenzenden Waldwegen gab es unter anderem Bogenschießen, ein Basketball-Mini-Turnier, Nordic Walking, eine Vorführung zu Kung Fu und Tai Chi, eine Trocken-Ruderregatta, Strickleiterklettern, Ponyreiten und eine Fahrrad-Trial-Show. Das Schmelztal als Spielstraße – vor allem die Kinder fanden das faszinierend.

Ein kostenloser Shuttle-Bus verkehrte zwischen Aegidiusplatz und Stadtbahn und hielt an allen Veranstaltungsorten. Die Bürgermeisterin hatte die Veranstaltung auf dem Parkplatz Reisberg am Mittag offiziell eröffnet. „Dies ist eine Veranstaltung von Bürgern für Bürger“, betonte sie und freute sich über das Engagement aus der Mitte der Bevölkerung. Angesichts der kühlen Witterung, bei ausbleibendem Regen aber dennoch passabel, waren alle Beteiligten froh, dass die Bürger das Angebot so zahlreich annahmen – wenn auch die Länge der Strecke mit mehr als sechs Kilometern dafür sorgte, dass einzelne Gäste oder Gruppen die Kurven streckenweise für sich alleine hatten. Bis zum Mittag waren es etwa 800 Besucher, die sich auf den Weg von Bad Honnef über die Landstraße nach Aegidienberg gemacht hatten. Eine vorläufige Zahl: Am Eingang zur „Sperrzone“ war sogar ein Zähler installiert, der die Vorbeikommenden „erfasste“. Nicht eingerechnet waren demnach Besucher, die „quer einstiegen“. Nur eine Facette einer Veranstaltung, die einen langen Vorlauf hatte, wie Mit-Organisator Pau l Friedrich Revue passieren ließ.

Vier Jahre von der ersten Idee bis zur Ausführung – mit ihrem Ansatz, die sonst eher durch gefährliche Fahrmanöver und immer wieder Unfälle bekannte Straße einen Tag zu sperren, gingen der Stadtjugendring und alle Beteiligten am Sonntag neue Wege. Die Besucher nahmen es an. An allen Stationen waren Kind und Kegel aktiv entlang dieser betonierten Ader zwischen zwei Stadtteilen.

Großen Anteil am Gelingen hatten Sponsoren, was Friedrich dankend hervorhob. Ohne finanzielle und organisatorische Hilfe der Wirtschaft wäre es nicht gegangen; öffentliche Gelder gab es nicht. Die Haupt-Vorbereitung war wie so oft auf wenige Schultern verteilt: „Sechs Mitglieder der Arbeitsgruppe Stadtentwicklung haben sich mehr als 30 Mal getroffen und 120 Stunden Vorbereitungszeit investiert“, so Friedrich.

Mit Blick in die Zukunft: Der Familientag soll fest etabliert werden – und die Menschen aus Berg und Tal näher zusammenbringen. Was den Zuspruch anging, war Friedrich zufrieden: Gut 2 000 Besucher haben die Chance, das Schmelztal aktiv und ohne Auto zu erleben, genutzt.

General-Anzeiger 10.09.2007

WINTERWANDERUNG DER MOTORBOOTABTEILUNG

Das Ziel ist ein Geheimnis

Am Samstag, den 19. Jan. 2008 um 13.00 Uhr trafen sich die guten Wandersleut der Motorbootfahrer in Rhöndorf. Immerhin starteten wir bereits die 4. Winterwanderung, also – etwas Übung hatten wir schon. Wohin uns die Wandertour führen würde, war uns erst einmal nicht bekannt. Die Organisatoren, Karin und Peter Käufer, hielten jedenfalls dicht.

Um 13.15 Uhr ging es dann los. 25 Personen, einige Kinder und auch ein paar Hunde liefen am Rhein entlang Richtung Honnef mit.

Natürlich war traditionell der gut gefüllte „Bollerwagen“ mit dabei!

In Honnef angekommen, wurde dann erst einmal die Abdeckung des Bollerwagens gelüftet, es gab eine kleine „flüssige“ Aufmunterung und weiter ging unser Fußmarsch nach Rheinbreitbach. Auf dem schmalen Weg dorthin gestaltete sich der Transport des Bollerwagens teilweise recht mühsam. Aber mit vereinten Kräften erreichten wir Rheinbreitbach doch unbeschadet.

Dort Angekommen wurde eine längere Pause eingelegt und siehe da, der Bollerwagen führte nicht nur wärmende Getränke, sondern auch belegte Brötchen, Berliner, Plätzchen und weitere tolle Sachen mit. Natürlich wurde auch ein Kölsch-Fässchen geöffnet und hier und da wurde auch ein Schnaps gerne angenommen.

Nach der guten Stärkung ging es weiter, natürlich wieder am Rhein entlang bis nach Unkel – und siehe da, die Organisatoren der Winterwande-

rung, hatten auch die Rücktour nach Rhöndorf gut geplant. Zur Überraschung aller, legte um 16.00 Uhr das Fahrgastschiff „Theresia“ an und wir wurden samt Bollerwagen mit Musik an Bord begrüßt und aufgenommen. Das wurde allerdings auch höchste Zeit, denn mittlerweile wurde der einsetzende Regen doch stärker.

Jedenfalls saßen wir im Fahrgastschiff schön warm und trocken, mit Kölsch und anderen Getränken konnten wir Motorbootfahrer die kleine Rheintour genießen, die erst einmal bis nach Erpel und dann wieder rheinabwärts nach Honnef, hinter Nonnenwerth vorbei bis Königswinter an den Steiger der „Theresia“ ging. Ein kurzer Stopp – das Essen kam an Bord – und weiter ging es wieder rheinaufwärts bis an den Anleger in Rhöndorf. Dort verblieben wir und mittlerweile wurde die Stimmung an Bord immer besser. Bei toller Karnevalsmusik wurde geschunkelt und getanzt.

Winterwanderung:

Oben: Unterwegs
Unten: Einkehr nach der Arbeit

Um ca. 18.00 Uhr wurde dann unser Abendessen serviert, jetzt wurde es zwangsläufig mal etwas ruhiger, aber kaum waren die Teller abgeräumt, ging es heftig weiter.

Um 20.00 Uhr war dann für die Besatzung der „Theresia“ Feierabend.

Das kam für uns allerdings etwas zu plötzlich, na kurz und gut, wir machten uns auf den Weg von Bord. Einige von uns kehrten noch mal im Rhöndorfer „Ziepchen“ ein um einen „Absacker“ zu nehmen.

Auf jeden Fall, die Winterwanderung 2008 war wieder gelungen. Dem Team Karin und Peter Käufer, die die Wanderung nun zum 4. Mal organisiert haben, sei an dieser Stelle besonders gedankt.

Guido Kovacic

WEIHNACHTSRUDERN

Alle Jahre wieder kommt das Christuskind...

... und mit ihm eine alt bewährte honnefer Tradition! Der Glaube ans Christkind alleine genügt unseren Ruderern nämlich schon lange nicht mehr! Sie wollen es nun endlich finden und treffen sich dafür jedes Jahr

am Morgen des heiligen Abends, um das Christkind an den Ufern des Rheins zu erspähen.

Auch dieses Jahr haben sich junge und ältere Ruderer am WSVH zusammen gefunden, um die Jagd aufs Christkind auf zu nehmen. Ziel der Rudertour, unter dem Motto „Wir suchen das Christkind“, war wie so oft der Hafen in Oberwinter. Insgesamt drei Boote fanden ihren Weg dorthin, ein anderes sogar bis nach Remagen, womöglich im Glauben, dort das Versteck des Engelchens zu finden.

Die Fahrt stromaufwärts erwies sich für einige Ruderer als besonderes mühselig, weil sie den Abend zuvor schon in der honnefer Bootshauskneipe verbracht hatten. Denn der Abend des 23. Dezembers entwickelt sich momentan ebenfalls zu einer neuen Tradition. Die Gebrüder Iser veranstalten ihren erfolgreichen Weihnachtsstammtisch für Ruderer, Motorbootfahrer und die gesamte honnefer Jugend.

Unmittelbar vor Weihnachten trifft man sich nun gerne in unsrem Clubraum, um alte Bekannte wieder zu sehen, sich frohe Weihnachten zu wünschen und mit dem ein oder anderen Kölsch gemeinsam an zu stoßen.

Endlich in Oberwinter angekommen bedurften unsere Ruderer erst ein mal einer Pause und um nicht auszukühlen auch einem kräftigen Schluck Glühwein oder was die Seesäcke noch so hergaben. Nun, vollkommen in Weihnachtsstimmung, wurden die ersten Lieder angestimmt und über das schon fast vergangene Jahr resümiert. Als die Thermoskannen dann geleert waren begab man sich auf die Heimreise, natürlich mit einem wachsamen Blick aufs Ufer.

Leider blieben unsere Ruderer dieses Jahr ohne Erfolg und konnten das Christkind nicht finden. Wobei die Jahre zuvor, der ein oder andere schon meinte, es durch den Glühweindunst hindurch entdeckt zu haben! Doch wir Honnefer geben die Hoffnung nicht auf, es doch noch einmal zu finden, und so werden sich auch nächstes Jahr wieder einige Neugierige zusammen finden und die Suche erneut aufnehmen.

Andrea Fauck

AALKÖNIGSKOMITEE

Erneute Nominierung des WSVH

„Wie schon wieder?“ bei der letzten Beiratssitzung konnte ich erfreulicherweise berichten, das dass Aalkönigskomitee uns wieder mit einer Spende beglücken wird. Ehrlich gesagt haben wir nicht damit gerechnet, da sich 30 Vereine für die Unterstützung des Aalkönigs unter dem Motto „Aranka bringt Hilfe“ beworben hatten. Engagement im Bereich Jugend, Familie und Integration wünscht sich das Komitee von den Vereinen für Bad Honnef.

Im Oktober musste die Präsentation eingereicht werden. Da die Spen-

den des Komitees „projektbezogen“ sind, versuchten wir mit einem Brainstorming Ideen zu sammeln. Die Ausbeute war mehr als mager. Zu zweit tüftelten wir weiter. Was fehlt im WSVH? Was entspricht aber gleichermaßen den Ansprüchen des Aalkönigs? Kinder, Mütter, ausländische Mütter die rudern lernen, ausländische Kinder die derweil betreut werden... also „Mütter ins Boot“.

Hier ist ein Auszug des Anschreibens an den Aalkönig: ....in der Anlage erhalten Sie die Präsentation des Wassersportverein Honnef e.V. für sein Engagement im Bereich Jugend, Familie und Integration. Mit unserer Präsentation möchten wir Antrag auf Förderung durch das Komitee stellen.

Der WSVH nimmt sich für das Jahr 2008 insbesondere die Integration von Müttern und ausländischen Mitbürgern vor. Hier wollen wir gezielt Mitglieder werben.

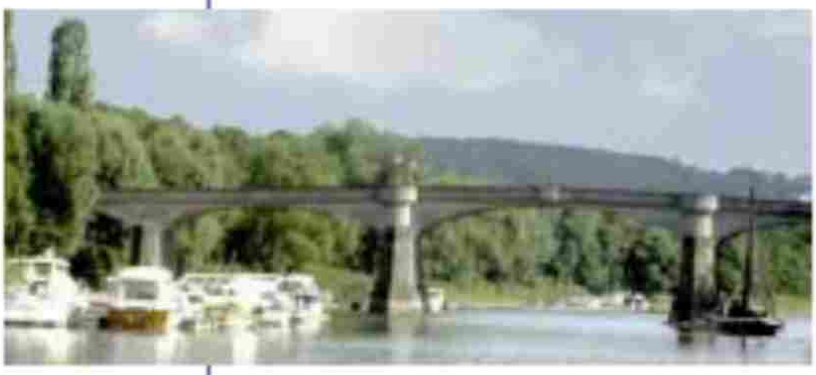
Unser Projekt „Mütter ins Boot“ zielt vor allem auf die Betreuung von Müttern und Kindern ausländischer Familien. Hand in Hand wollen wir die Verbesserung der Integration zu Wege bringen. Gleichzeitig soll unser Projekt die Entlastung der Familien verwirklichen – sie aber auch an den Sport heran führen. Hierzu wird der WSVH finanzielles und ehrenamtliches Engagement in höherem Umfang einsetzen...

Die Präsentation liegt im Bootshaus aus. Alle Familien sind herzlich zu diesem Projekt eingeladen. Unterstützung benötigen wir bei diesem Projekt für die Ruderausbildung der Mütter. Die Kinderbetreuung wird organisiert und durch die Spende finanziert. Ideen, Anmeldungen und Spielzeugspenden zu diesem Projekt nehmen wir gerne entgegen!

Barbara Jonischkeit

Herzlichen Glückwunsch an Susanne Busch und Martin Fauck zur Geburt ihres Sohnes!

Willkommen im WSVH, Simon Felix.



Viel Spaß und Erfolg für 2008!

Wassersportverein
Honnef e.V.