

FAVORITEN KURIER

Juli 2023 123. Jahrgang Nr. 824



RUDER-CLUB
FAVORITE HAMMONIA





Mit einem Schlag gut beraten.

Vor welcher Herausforderung Sie auch stehen: Wir helfen Ihnen und Ihrem Unternehmen bei der Lösung komplexer rechtlicher und steuerlicher Fragestellungen sowohl in der Abstimmung mit der Finanzverwaltung als auch in gerichtlichen und außergerichtlichen Rechtsbehelfsverfahren. Wir beraten Sie ganzheitlich, vernetzt und unabhängig – in den Bereichen **Rechtsberatung, Steuerberatung, Wirtschaftsprüfung** und **Financial Advisory**.

Drehbahn 7 | 20354 Hamburg | 040 4223 6660-0 | info@rosler-hamburg.de

2

EDITORIAL

CLUB INTERN

- 3 Zu diesem Heft
- 3 Clubkalender 2023
- 4 Danke Jan Ole!
- 4 Das Finanzamt im Club!
- 6 Stiftungsfest 2023
- 49 Favoriten, Freunde und Feuerwerk

LEISTUNGSSPORT

- 9 17. Sportgala 2023
- 10 FARI Saison 2023
- 14 Regatta in Lübeck
- 22 Junioren Regatta Köln, 20. Mai 23
- 22 Ruderregatta Otterndorf
- 23 2. Internationale DRV-Junioren-Regatta 2023 und 545. Hamburger Ruder-Regatta
- 24 Meisterschaften U23, U19, U17 in Essen
- 27 Leicht ist schwer!
- 28 Weltcup auf dem Lago di Varese
- 30 Ab und Auf... – Hamburger Active City Xpress
- 58 Neue Website für den AAC/NRB

JUNGFAVORITE

- 18 Regatta Lübeck - unsere Kinderruderer berichten
- 19 Qualifikation der Ruderjugend für den Bundeswettbewerb in Brandenburg
- 20 Landesentscheid „Jugend trainiert für Olympia“ und Hamburger Meisterschaft im Schulrudern

BREITENSORT

- 33 Offenes Ruderbreitensporttraining mit Niels de Groot
- 42 Bucerius-Rudergruppe
- 44 Nur Mut! Riemenrudern – leicht gemacht

WANDERRUDERN

- 34 24. Müggelseeregatta
- 36 Die Ritter auf dem Gardasee
- 39 Ritter-Sport "Breakfast Cup" um den silbernen Coffeepot
- 40 Die FARI-"plus"- Spargelfahrt '23
- 41 Barken-Woche vom 01. – 09. Juli 2023

PERSONEN

- 50 Martin Blüthmann, >THE ACTIVE<
- 54 Herzlich willkommen in der FARI Ruderfamilie!
- 64 Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag
- 66 Nachrufe

HISTORIE

- 60 Die Alster – unser Ruderrevier



Liebe Favoriten,



Mark Schreyer
1. Vorsitzender

der Sommer hat uns fest im Griff. Hitzerekorde sind an der Tagesordnung, ebenso langandauernde Sonnenscheindauern (besser: Sonnenscheinphasen). Die Besucherstatistiken und Auslastung in unserem Club, gut zu dokumentieren durch die elektronische „Einlasshürde“, sind ebenfalls auf Rekordniveau. Alle Rudergruppen in voller Fahrt, volle Anfänger- und Kindergruppen, unsere Mitgliederzahlen konstant auf hohem, rundem 800er Niveau. Hamburg hat Ferienzeit, Zeit zu verschlafen. Familien müssen mal wieder 6 Wochen schulfreie Zeit überbrücken. Auch hier bieten wir Unterstützung an, mit unserem Ferienprogramm und Schnupperkurs Rudern. Alle anderen scheuen sich bitte nicht, einfach weiterzumachen.

Der Favoritenkurier, nicht nur den, den Ihr gerade in den Händen haltet, ist mittlerweile zu einem wahren Prunkstück gereift, bildet auch in der Resonanz von anderen Vereinen eine echte Benchmark, ebenso in der Werbewirksamkeit und Ansprache von potenziellen Potentaten ein echtes Aushängeschild. Leider ist unser Ingo noch immer weitestgehend allein und ich werde nicht nachlassen, hier für seine Unterstützung zu werben. Bitte erbarme sich einer aus unseren Kreisen oder müssen wir aus unserem traditionellen Demokratieverständnis ausbrechen? Hiermit erneuert der Aufruf, raffte Sich ein schlummerndes Talent endlich auf. Nirgendwo bündelt sich hautnaher die gesamte Strahlkraft und Varianz unserer Favorite Hammonia besser als in diesem Hochglanzkompendium.

Für die einen sind Ferien Entspannung und meine Kinder würden sagen, Chillen steht im Vordergrund. Ganz anders bei sechs Favoriten-Jungs! Wir haben im Leistungssport geliefert. Meines Wissens einzigartig in der Clubgeschichte. Mit Jannis Matzander, Ben Tazir, Lasse Junge, Torben Johannesen, Benedict Eggeling und Malte Grossmann haben wir sechs Mitglieder in den deutschen Nationalmannschaften von der U18, über die U23 bis hin zu den drei Olympiaaspiranten für 2024 in Paris. Namentlich habe ich die Reihenfolge bewusst gewählt. Bei allen fließt gerade der Schweiß und die Suche nach weiteren Sekunden für das große Ziel Weltmeisterschaft. Jannis muß als Erster ran, vom 19.07. – 24.07. finden seine U23 Weltmeisterschaften in Plovdiv (Bulgarien) statt. Ihm folgen Ben und Lasse vom 02.-06.08. bei der U18 WM in Paris. Hier wollen Torben, Bene und Malte erst 2024 hin. Sie stählen sich in diversen Trainingslagern für Ihre Olympiaqualifikation und WM vom 03.09. – 10.09. in Belgrad (Serbien). Wahnsinn. Die Fari steht hinter Euch und drückt alle Daumen für Eure Träume!!

Wie Ihr den diversen Meldungen und auch diesem Heft entnehmen könnt, war es für ALLE unsere Leistungssportler eine großartige Saison. Der Medaillenregen und die Platzierungen auf den Jahrgangsmesterschaften spricht für die geleistete Arbeit unseres Trainerstabes um Cheftrainer Jan Stempel. Nochmal unseren herzlichsten Glückwunsch. Der Gruppenzusammenhalt war herausragend und bildet eine tolle Perspektive für die kommende Saison. Es war eine Freude, dies auf den Regatten in Ratzeburg, Essen und Luzern live erleben zu können. Wir sind auf dem richtigen Weg und nach der Saison ist vor der Saison. Erste Planungsgespräche für 2024 laufen bereits parallel.

Unser RBL-Achter, der Active City Xpress ist erfolgreich in die Saison gestartet. Die ersten beiden gelaufenen Renntage zeigen eine solide Aussicht auf vordere Platzierungen. Mit den Euro-Masters vom 27.07. – 30.07. in München haben auch unsere wettkämpferproben Old-Guns Ihren Saisonhöhepunkt. Mehr dazu sicher in der nächsten Ausgabe. Viel Erfolg.

Die Barke. Unsere Barke. Auf Initiative von unserem Wanderruderwart Christian Rehaag lag Sie ruhig und erhaben eine Woche an unserem Steg und lud zum Ausprobieren ein. Ein voller Erfolg. Es war wunderbar anzusehen, wie sich mit den ersten Sonnenstrahlen des Tages bis hinein in die Abendstunden verschiedene Mannschaften zum Testen trafen. Ich bin überzeugt, dass damit die Renaissance des Barkenruderns und auch allgemein die der Wanderruderei eine Neuauflage erfährt. Wie schön sind sie zu lesen, all die Geschichten im Archiv über Elbe, Mosel, Bodenseebefahrungen etc., die Gemeinschaftserlebnisse und die Offenheit bei der Einkehr auch in anderen Rudervereinen und Clubs. Ganz zu schweigen von der Erfahrung, andere Ruderreviere zu testen und bierseelig den Tag mit den Kameraden ausklingen lassen zu können. Schreibt Sie neu... Es soll mein kürzestes Vorwort werden. Der Favoritenkurier

spricht für sich selbst, uns und die Vielfalt unserer Clubgemeinschaft. Ich denke sagen zu können, dass uns nach den trostlosen, covidgeprägten Zeiten, wieder ein intaktes und florierendes Clubleben gelungen ist. Danke an Euch. Dank Euch.

Ich wünsche Allen eine schöne Sommerzeit, tolle Ferien, die nötige Entspannung, Zeit für die Fari, denn auch hier kann man beim Ruder-Yoga Glückseligkeit finden.

Euer Mark

Zu diesem Heft

Es benötigt eine lange Zeit, viel Ausdauer, Muße und Talent, um einen guten Ruderstil zu entwickeln. Dort angekommen, genießt man das Dahingleiten: ohne viel Denken und alles in fließenden Bewegungen. Wie man sich den Glücksmomenten von Marks Ruder-Yoga nähert, erfährt Ihr in „Nur Mut! Riemenrudern - leichtgemacht“.

Wahre Könnner ihres Fachs sind unterdessen unsere vielen Leistungsruderer in den verschiedenen Alters- und Leistungsklassen. Es ist mitreißend zu sehen, mit welchem Antrieb und Freude sich aus Kinderuderern gestandene Leistungssportler und Persönlichkeiten entwickeln, die national wie international Erfolge einfahren. Die Berichte in diesem Heft geben Euch die Stimmungen der Regatten wieder: lasst Euch davon anstecken und erlebt die schönen Momente mit ihnen vor Ort!

Auch dieses Heft möchte Euch das Clubleben näherbringen und versuchen, den Austausch zu fördern. Daher stellen sich erstmals unsere neuen Mitglieder vor – die Motivation reicht von Spaß haben bis hin zur Teilnahme an Olympischen Spielen!

Besonders danken möchte ich den vielen Autoren, ohne die dieser Fari Kurier nicht möglich wäre! Falls ihr auch Lust am Schreiben oder gute Ideen und Fotos habt, seid ihr immer sehr willkommen. Meldet Euch einfach! Der Redaktionsschluß der nächsten Ausgabe ist der 11.08.23. Texte und Bilder bitte an fari-kurier@favorite-hammonia.de senden.

Viel Vergnügen bei dieser Ausgabe wünscht Euch
Ingo von Schönberg

Clubkalender 2023

Save the date!

| | |
|----------------------|---|
| 09. September | Sommerfest, Bootstauen und Interne Clubmeisterschaften |
| 12. November | 17. Rennen um die Martinsgans |
| 24. November | Siegesfeier |
| 06. Dezember | Nikolausrudern |

Regattatermine 2023

| | |
|-------------------|--|
| 27. – 30. Juli | Euro Masters Regatta, München |
| 19. August | Ruder-Bundesliga |
| | 3. Renntag, Mühlheim an der Ruhr |
| 19.-20. August | Coastal Rowing Regatta, Flensburg |
| 2. September | Ruder-Bundesliag |
| | 4. Renntag, Münster |
| 16. September | Ruder-Bundesliga |
| | 5. Renntag, Hamburg |
| 23./24. September | Hamburg Regatta/ Norddeutsche Meisterschaften |
| 14./15. Oktober | Kettwiger Herbst-Cup |
| 04. November | Fari-Cup |

Clubabende: jeder erster Freitag in den geraden Monaten (Februar, April, Juni, Oktober und Dezember)

Weitere Termine siehe: www.favorite-hammonia.de oder www.rudern.de/termine.

IMPRESSUM

Ruder-Club Favorite Hammonia, Alsterufer 9, 20354 Hamburg, Telefon 040 41 35 37 89
Verwaltung: buero@favorite-hammonia.de, www.favorite-hammonia.de
Bankkonto: Commerzbank AG Hamburg, IBAN: DE24 2004 0000 0387 0276 00, BIC: COBADEFFXXX
Redaktion: V. i. S. d. P. Ingo v. Schönberg, fari-kurier@favorite-hammonia.de
Anzeigenagentur u. Produktion: L.A.CH. SCHULZ Gesellschaft für Anzeigen, Werbung und Verlag mbH, Mattentwiete 5, 20457 Hamburg, Telefon 040 369 80 40, Telefax 040 36 98 04 44, www.lachschulz.de, info@lachschulz.de
Geschäftsführer: Michael Witte, Layout: Ines Wagner
Druck: Silber Druck oHG, Otto-Hahn-Straße 25, 34253 Lohfelden, Tel. 0561 52 00 70, Fax 0561 52 00 720, E-Mail: info@silberdruck.de
Die Clubnachrichten werden aus Beiträgen bezahlt und erscheinen fünfmal im Jahr inklusive einem Mitgliederverzeichnis!

Titel: Fari Eliteruderer David Junge beim Training am Landesleistungszentrum Dove-Elbe. Im nächsten Kurier wird der mehrfache Medaillengewinner im Portrait vorgestellt. Foto: Ingo von Schönberg

Beilage: Bitte beachten Sie die Beilage von Autostadt.



Danke Jan Ole!

→ Seit über vielen Jahren haben wir Freiwillige in unserem Bootshaus gehabt: zuerst Zivildienst, jetzt Bundesfreiwilligendienst-Leistende.

Unterschiedliche junge Persönlichkeiten, die sich nach Ihrer Schulzeit sortierten und orientieren. Neben dieser Erfahrung war es für viele auch ein Reinschnuppern in die spätere Arbeitswelt. Hausaufgaben gab es nicht mehr, aber umso mehr die Übertragung von Organisation und Durchführung insbesondere beim Schul-Rudern.

Unser ausscheidender BFDler Jan Ole Kahlke war 12 Monate bei uns. Jan Ole hat in jeglicher Hinsicht ein neues Niveau im Bereich der vorausschauenden Arbeitsorganisation und Planung zum Standard gemacht. Auch menschlich hat er sein Herz am rechten Fleck. Sein neuer kommender Lebensabschnitt ist ein Bahningenieurwesen-Studium mit Schwerpunkt Bauwesen in Gießen und Kiel.

FARI Bootsbauer Stefan Ungerath trifft es prägnant:

Für mich ist Jan Ole die Idealbesetzung für einen „Ruderbuddi“: gut gelaunt, erfrischend chaotisch und dabei bestens organisiert, emphatisch ohne Ende und hochengagiert, maximal multitaskingfähig und von ansteckender Freundlichkeit und Offenheit! All The Best!

Wir wünschen Dir lieber Jan Ole alles Gute und hoffen Dich bald wieder im Bootshaus wiederzusehen.

// Text: Cornelius Grajecki, Foto: Miriam Förster

Das Finanzamt im Club!

→ Nach 169 Jahren erleben wir ein Novum in der Clubgeschichte. Das Finanzamt ist zu Gast und führt eine Steuerprüfung durch. Wir, die Fari, sind ein Gemeinnütziger Club und geben regelmäßig unsere Bilanzen und Steuererklärungen ab. Eine Steuerprüfung ist wirklich etwas Neues und Überraschendes.

Die Jahre 2017, 2018 und 2019 wurden weitestgehend dem Finanzamt elektronisch freigeschaltet und unsere Einnahmen, Ausgaben und Erklärungen geprüft. Das Ergebnis vorweg, es ist alles in Ordnung. Alle Gelder wurden in Einklang mit der Gemeinnützigkeit und Satzung vereinnahmt und ausgegeben.

Lediglich eine Umsatzsteuernachzahlung in überschaubarer Höhe ist zu leisten. Auf die Umsatzsteuer werden wir insbesondere bei der Ausrichtung von Regatten und Veranstaltungen in Zukunft achten müssen. Nebenleistungen, wie der Verkauf von Andenken und Kleidung sowie Getränke sind umsatzsteuerpflichtig.

Hervorgehoben haben die Prüfer, dass unsere Buch- und Kassenführung transparent und strukturiert ist. Unsere Entscheidung,

nach der Wahl im Jahr 2018, die Buchhaltung zu professionalisieren, hat sich als richtige Weg erwiesen.

Die Buchführung mit dem Online-System „DATEV Unternehmen Online“ gibt den Kontenrahmen für Vereine vor. Unsere Jahresumsätze haben das Finanzvolumen eines kleineren mittelständischen Unternehmens erreicht und erfordern eine entsprechende Professionalität und Dokumentation.

Im Anschluss an die Steuerprüfung wird aktuell durch die Künstler-sozialkasse eine Sozialversicherungsprüfung durchgeführt. Auch das ein Novum. Wir berichten, sobald die Prüfung abgeschlossen ist und ein Bescheid vorliegt.

Das Finanzamt HH Mitte hat eine Prüfungsgruppe gebildet, die nur Vereine prüfen wird. Dies ist in der Hamburger Geschichte neu, denn bisher wurden Vereine nicht geprüft. Für Vereine bedeutet das, die Buchführung möglichst transparent und professionell zu strukturieren. Das war eine Empfehlung der Prüfer. Die Zeiten der Excel Buchführung sind vorbei und in der Gemeinnützigkeit lauern viele Stolperfallen.

Für euch zur Info, das Buchhaltungssystem „DATEV Unternehmen Online“ wollen wir nun auch für die gesamte digitale Erfassung von Rechnungen und Zahlungen nutzen. Ein zentrales, digitales System. Daher ist es unerlässlich, dass wir von Lieferanten und Partner ausschließlich digitale Belege akzeptieren.

The End: Das Finanzamt ist nicht immer eine Bedrohung. Wir haben auch etwas gelernt.

// Text: Reinhard Krotz, Kassenwart RC Favorite Hammonia

EINZIGARTIGE SPITZBERGEN-REISEN IM SPÄTSOMMER UND HERBST 2023

mit der MS „Cape Race“



Erleben Sie die erhabenen Landschaften der Arktis, die wundersame Welt des Eises, der Wale und Eisbären und erfahren Sie einen der aufregendsten Naturräume der Welt. An Bord der MS „Cape Race“, eines ehemaligen kanadischen Hochseetrawlers, der 2019 behutsam und mit Liebe zum Detail zu einem Expeditionsschiff mit modernster, nachhaltiger Technik umgebaut wurde, reisen Sie stilvoll und komfortabel mit nur insgesamt 12 Gästen durch den Spitzbergen-Archipel.

Wenn Sie zudem zu den ambitionierten Amateurfotografinnen und -fotografen gehören, bieten wir Ihnen bei zwei Reisen die Möglichkeit, unter Anleitung einer renommierten mare-Fotografin Ihren Blick und Ihre Technik der Landschaftsfotografie zu schulen – vor den denkbar schönsten Kulissen der Schöpfung.



MEHR INFORMATIONEN UNTER
WWW.MSCAPERACE.COM

mareexpeditionen





STIFTUNGSFEST 2023



Mark Schreyer und Dierk Fahrenkrog begrüßen mit einem unterhaltsamen und informativen Rückblick auf unser Stiftungsfest

FARI Jubilare

- 25 Jahre** Wilfried Braun, Ulrich Britting, Ulrich Gerstberger, Alexander Junge, Dietmar Lambert, Sebastian Schönbrodt, Horst Utermark, Jakob Witkowski
- 40 Jahre** Andreas Behem, Dr. Carl von Jagow, Torsten Johannsen, Klaas Jürjens, Dr. Niels Mühlenbeck, Wulf Richter, Dr. Klaus Schmidt-Burgk
- 50 Jahre** Walter Hitter, Wolfgang Kittel, Dr. Klaus Schramm, Joachim Beyer
- 60 Jahre** Detlef Grauert, Dr. Ulrich Janke, Prof. Dr. Rainer Karstedt, Rainer Minning, Axel Schindowsky, Wolf-Dieter Simon
- 70 Jahre** Wilfried Joerss
- 71 Jahre** Helmut Warmke, Günther Necke



Auch unsere Kinderruderer haben sich der Clubgemeinschaft vorgestellt - wir wünschen Euch viel Erfolg und Spaß in den kommenden Jahren bei der Fari!

Das 168. Stiftungsfest wurde mit einem großartig hergebrachten Frühstück eingeleitet und nach dem kurzen Rückblick auf das goldene Jubiläum wurden die diesjährigen Jubilare in Anerkennung der langen Zugehörigkeit zu unserem Club mit der Übergabe der entsprechenden Nadel geehrt.

FARI Ehrennadel

Eine weitere Ehrung erfolgte im Anschluss an die Jubilare. Erstmals wurde die von unserem Clubmitglied Gunther Freudenthal gestiftete "Ehrennadel" überreicht. Diese Ehrennadel soll zukünftig an Clubmitglieder überreicht werden, die sich in besonderem Maße ehrenamtlich für den Club verdient gemacht haben.



Für die Initiierung und Betreuung des Projektes "FunFari", das mit dem Werner-Otto Preis ausgezeichnet wurde, seine Erfolge als Cheftrainer des Hamburger RBL-Achters „Active City X-Press“ (Ehrenkapitän ist Andy Grote) und die Unterstützung der Ukraine-Hilfe mit seinem Programm „Hamburg tritt an“ (Bericht im Kurier Mai 23) wurde Martin Blüthmann vom FARI Vorstand ausgezeichnet.

Wolfgang Kittel hat als langjähriger Ruderwunderwart „Generationen“ von reisehungrigen Ruderern einzigartige Erlebnisse mit unseren stets topgepflegten Booten und seinem großen Erfahrungsschatz in der Planung und Durchführung der Fahrten ermöglicht. Dafür gilt auch ihm großer Dank – verbunden mit der neuen FARI Ehrennadel.



40 Jahre: Klaas Jürjens, Andreas Behem, Thorsten Johannsen, Dr. Carl von Jagow und Dr. Klaus Schmidt-Burgk



25 Jahre: Ulrich Britting, Wilfried Braun, Alexander Junge



Martin Blüthmann



Wolfgang Kittel



50 Jahre: Wolfgang Kittel und Walter Hitter

1891 wurde das FARI Stiftungsfest erstmalig in einem Jahresbericht erwähnt.

In den ersten Jahren wurde das Stiftungsfest immer als Herrenabend veranstaltet und häufig mit speziellen Einlagen der Mitglieder, wie z.B. Vorträgen. Das Stiftungsfest war immer der gesellschaftliche Höhepunkt der Feierlichkeiten bei uns im Club. Von den 554 Mitgliedern waren seinerzeit 150 anwesend und der Verlauf des Abends verlief den Schilderungen nach großartig. Es wurde ein Schwank mit Gesang und Tanz in zwei Aufzügen aufgeführt: "Der Meisterschaftskampf" und der dann folgende "Tingel - Tangel" oder "Eine halbe Stunde in St. Pauli" forderten wahre Lachsälben. So der Kommentar im Jahresbericht.

Das goldene Jubiläumsjahr

(Auszug Favoriten Kurier Nr. 66 Mai 1904)

„Das 50jährige goldene Jubiläumstiftungsfest der Favoriten, das am Sonnabend abend im Konzerthaus Hamburg durch einen Herrenabend gefeiert wurde, gestaltete sich zu einem gedenkwürdigen Tage in der Geschichte dieses unseres ältesten Ruderclubs. Die alten Favoriten, die Abgesandten vieler Hamburger und auswärtiger Ruderclubs und eine grosse Reihe von Gästen, unter denen Herr Bürgermeister Dr. Monckeberg, füllten den mächtigen, mit Sportemblemen prächtig ausgeschmückten Saal fast völlig und gaben ein kräftiges Zeugnis von dem Ansehen, dessen sich die Favoriten in Hamburg erfreuen.“

Durch den im Frühjahr 1875 erfolgten Eintritt des R.-C. „Caecilie“ erhöhte sich die Mitgliederzahl von 25 auf 34 und nahm der Club den Namen „La Favorite-Caecilie“ an. Im Frühjahr 1886 fand eine Vereinigung dieses Clubs mit dem „Hammonia“-Ruderclub von 1866 statt, und bestätigte die konstituierende Versammlung vom 27. April 1886 den nunmehrigen Namen „Favorite-Hammonia“.

Das diesjährige Stiftungsfest war neben der Ehrung der Jubilare insbesondere auch ein Rückblick auf das Goldene Jubiläum 1904. Die damaligen Feierlichkeiten begannen mit einer "Jubelfeier" vor der Villa des Vorsitzenden Adolph Classen auf der Uhlenhorst, An der schönen Aussicht 32. Der eigentliche offizielle Anfang des Festes fand in den Räumen des "Concerthaus Hamburg" statt.

Um 9:00 Uhr abends erschien Herr Bürgermeister Dr. Mönckeberg in Vertretung des Hamburger Senats. Nach einem kurzen Grußwort des 1. Vorsitzenden erhob sich Herr Bürgermeister Mönckeberg um mit lauter vernehmlicher Stimme das Hoch auf den Kaiser auszubringen; er sagte wörtlich:

Hochgeehrte Anwesende! Bei einem 50-jährigen Jubiläum denkt man unwillkürlich zurück, wie es

vor fünfzig Jahren in der Welt aussah. Auch uns Alten, die wir uns schon mit vollem Bewusstsein jener Zeit vor 50 Jahren erinnern können, auch uns wird es sehr schwer, uns ein klares Bild vor Augen zu führen, wie es vor 50 Jahren in der Welt, wie es in unserem Hamburg aussah. Hamburg war damals noch eine verhältnismäßig kleine Stadt, abgesperrt von der Außenwelt durch Torsperre und Accise, durch Bäume auf dem Wasser, und wo jetzt Vorstädte emporgewachsen sind, lagen damals nur Dörfer. Keine Dampfer fuhrten auf der Alster, keine Strassenbahnen durch die Strassen. Die überseeische Schifffahrt lag damals noch in den Windeln, die Hamburg-Amerika-Linie war kaum gegründet, es gab keine kais, keine künstlichen Häfen. ES gab keine Eisenbahnverbindung mit dem deutschen Inlande und über die Elbe hinaus. Nach Bremen fuhr man z.B. mit der Schnellpost noch 12 Stunden. Und doch war unsere Stadt schon damals die erste und grösste Handelsstadt in Deutschland. Und wie sah es in jener Zeit im deutschen Reiche aus? Jeder Staat war für sich allein. In politischer Beziehung herrschte damals eine Zeit tiefster Niedergeschlagenheit und Mutlosigkeit. Wie hatte sich das in wenigen Jahrzehnten geändert, welchen Aufschwung hat ganz Deutschland und speziell unser Hamburg in den letzten



Jahrzehnten genommen! Es liegt in der Natur des Menschen, dass er unzufrieden ist. Aber den Unzufriedenen, den Nörglern, soll man sagen, überlegt euch mal, wie es vor 50 Jahren in Deutschland aussah, und dann erst werdet ihr dankbaren Herzens anerkennen, was ihr Grosses erlangt habt. Und dieses Grosse verdanken wir in erster Linie dem deutschen Reiche. Wir verdanken es dem Monarchen an der Spitze des Deutschen Reiches, und wir verdanken es in erster Linie heute dem hochherzigen Kaiser, unserem besten Freunde, der es durch die Erhaltung des Friedens Deutschland ermöglicht hat, einen solchen Aufschwung zu nehmen. Wenn wir heute aber bei dieser Gelegenheit dem deutschen Kaiser danken, dann bedanken wir uns vor allen Dingen auch für die hochherzige und verständnisvolle Förderung des deutschen Wassersports. Wir sehen Se. Majestät den Kaiser fast alljährlich hier in unserer Stadt, und wir wissen, dass wir es ihm zu danken haben, wenn der deutsche Segel- und Rudersport in den letzten Jahrzehnten einen so hervorragenden Aufschwung genommen hat. Daher stimmen Sie mit mir ein in den Ruf: "Unser allergnädigster Kaiser und Herr, hurra, hurra, hurra."

Soweit der kleine Rückblick auf das Goldene Jubiläum. Es vermittelt doch sehr stark in welcher Zeit dieses Jubiläum gefeiert wurde. Heute können wir uns so eine Rede und so ein Lobgesang auf den Kaiser nicht mehr vorstellen.

// Text: Dierk Fahrenkrog, Fotos: Ingo von Schönberg



Hamburgs Ruderinnen und Ruderer stellen sich mit Sportsenator Andy Grote zum Gruppenfoto: Lina Mistera (ARVH), Lene Holkenbrinck (RCA), Stina Steffen (RGH), Nora Teubermann (ARVH), Frida Dettmann (RGH), Nike Versace (RGH), Philipp Dosse (DHuGRC), Safa Cuny (RCA), Leo Rosenquist (RCA), Jonah Lang-Thurston (RCFH), Nando Schmidt (Trainer ARVH), Malte Koch (ARVH), Mathis Tommek (Co-Trainer RCFH), Sportsenator Andy Grothe, Max von Bülow (RCA)

17. Sportgala 2023 Hamburg feiert seine Besten

→ Die Hamburger Sportgala war auch bei ihrer 17. Auflage wieder ein Highlight in der Sportstadt Hamburg. Am Dienstagabend, den 25. April 2023 feierten und ehrten über 400 geladene Gäste aus Sport und Politik in der festlich geschmückten Handelskammer die Hamburger Sportler*innen der Jahres 2022.

Hallenhockey-Europameisterin Lisa Altenburg (Sportlerin des Jahres), Windsurf-Weltmeister Sebastian Kördel (Sportler des Jahres) und dem als Team des Jahres ausgezeichneten Golfclub Falkenstein, der sowohl bei den Frauen als auch bei den Männern deutscher Meister wurde.

Den „Active City“-Award für besondere Verdienste um die „Global Active City Hamburg“ nahm der Football-Coach Patrick Esume aus den Händen von Sportsenator Andy Grote entgegen. Zu den weiteren Laudatoren des Abends gehörten „Tagesschau“-Sprecher Thorsten Schröder und Moderatorin Monica Lierhaus.

Die Hamburger Sportgala wurde in diesem Jahr vom Hamburger Sportamt, der Handelskammer und dem Hamburger Sportbund (HSB) ausgetragen. Das Hamburger Abendblatt hatte sich in diesem Jahr als Sponsor zurückgezogen.

Alle Hamburger Sportler*innen des Jahres 2022, die einen Titel in ihrer Sportart gewannen, erhielten als Auszeichnung die Hamburger Sportmedaille, so auch die Deutschen Jahrgangsmeister im Lgw. Doppelzweier, Jonah Lang-Thurston, Ruder Club Favorite Hammonia und Partner Safa Curry vom RC Allemannia.

// Text: Gert-Rüdiger Wüstney, Fotos: Ingo von Schönberg



Co Trainer Mathis Tommek und ein strahlender Deutscher Jugendmeister Junioren B



Gert-Rüdiger „Spiddel Wüstney“, HSB Präsidentin Katharina von Kodolisch, AAC Präsident Andreas Döppner, Stellv. Vors. RCFH Verwaltung Dierk Fahrenkrog



Julius Lünenborg



Fabian Salzmänn



Janne Stiefel (DHuGRC)



Felix Abels, Valentijn Reitsma (RCA) und Clara Müller (RCA)

FARI SAISON 2023

Rückblick und Ausblick

Unsere nationale Saison endete letzten Monat mit den Jahrgangsmeisterschaften in Essen. Die über die Saison gezeigten Leistungen bauten auch bei uns Trainern in vielen Bereichen zwangsläufig eine Erwartungshaltung auf – nicht gegenüber den Athleten, sondern vielmehr uns selbst gegenüber. Denn nehmen wir unseren leichten Einerfahrer Julius Lünenborg: Wie schnell kann ich durch gut gemeinte Einwirkung von außen ein funktionierendes Gefüge aus Boot, Sportler und Training aus dem

Tritt bringen! Und doch will man als Trainer das Boot immer schneller machen und dranbleiben. Julius und Mathis haben das ganz hervorragend gelöst und so ganz nebenbei hat Mathis auch noch den Hamburger Achter und den leichten Doppelvierer betreut. Julius' Sieg hat mich besonders berührt, weniger wegen des Abstands zum Zweiten, sondern wegen seiner unnachahmlichen Art bis auf die Linie immer weiterzukämpfen und sei es Längen vor dem Feld. Bei Schlittenhunden nennt man das „Desire to go“.



Teja Töpfer, Mark Schreyer, Jan Stempel und Mathis Tommek



Und wer einmal Schlittenhunde bei der Arbeit gesehen hat, weiß dass dieser Vergleich hier mit höchstem Respekt angebracht ist.

Auch unsere A-Leichtgewichte haben ordentlich abgeräumt. Jonah Thurston gewinnt mit seinem Partner Safa Cuny aus der Allemannia den leichten Zweier ohne und zeigen dabei eine Kompromisslosigkeit, die der von Julius in nichts nachsteht. Beide holen dann noch eine zweite Medaille im leichten Doppelvierer. Christoph de Wall sicherte sich einen Platz im Schleswig-Holstein-

Achter (mit Hamburger Beteiligung) und schließlich aufgrund der Saisonergebnisse unerwartet deutlich die Goldmedaille.

Im U23-Bereich siegt Jannis Matzander im Achter und wird Zweiter im Vierer ohne.

Ohne Siegleistung auf der Meisterschaft aber durch unbändigen Trainingsfleiß haben Ben Tazir und Lasse Junge den Sprung in die Junioren-Nationalmannschaft geschafft. Beide wurden aufgrund ihrer physischen Leistungen zur Mannschaftsbildung eingeladen.



Samy Kaml und Philipp Sommer



Valentijn Reitsma (RCA), Julius Lünenborg, Oskar Müller (RVW), Maximilian Gillmann, Felix Abels und Lennart Koch (RCA)



Mathis Tommek und Jonah Thurston



Teja Töpfer



Peter Tommek und Christoph Simon



Christoph de Wall und Hannes Schulte (RVW)



Tom Butscher, Freddy Wegdell, Hugo Thomas (DHuGRC) und Magnus Weiß (RCA)

Sie sind ein gutes Beispiel dafür, dass Ehrgeiz im Herbst und Winter Voraussetzung für Erfolg ist und dass man sich das Ergometer zum Freund machen sollte.

Lasse und Ben sind somit die jüngsten Nationalmannschaftsmitglieder neben Jannis, der zur U23-WM im Achter antreten wird und unserer Elite Torben, Bene und Malte.

// Text: Jan Stempel, Cheftrainer RCFH, Fotos: Ingo von Schönberg

FARI Platzierungen bei den Jahrgangsmesterschaften

| Bootsklasse | Sportler | Platz | Bootsklasse | Sportler | Platz |
|---------------------------------|------------------------|-------|---------------------------------|----------------------------|-----------|
| Männer-Achter B | Jannis Matzander | 1 | Junior-Achter A | BenTazir, Fredric Wegdell, | 5 |
| Lgw.Junior-Einer B | Julius Lünenborg | 1 | | Tom Butscher | |
| Lgw.Junior-Zweier o.St. A | Jonah Thurston | 1 | Männer-Einer B | Paul Krüger | 6 |
| Lgw.Junior-Achter A | Christoph De Wall | 1 | Junior-Vierer m.St. B | Felix Abels | 6 |
| Männer-Vierer o.St. B | Jannis Matzander | 2 | Lgw.Junior-Doppelvierer m.St. B | Philip Sommer, Samy Kaml | 8 |
| Junior-Achter A | Lasse Junge | 2 | Junior-Achter B | Leo Brandner, | 10 |
| Junior-Vierer m.St. A | Lasse Junge, Ben Tazir | 3 | | Paul-Linus Plinz | |
| Lgw.Junior-Doppelvierer o.St. A | Jonah Thurston | 3 | Junior-Vierer o.St. B | Paul-Linus, Leo Brandner | 12 |
| Männer-Vierer o.St. B | Theo Töpfer | 4 | Lgw.Junior-Doppelvierer m.St. B | Fabian Salzmann | 12 |
| Männer-Achter B | Theo Töpfer | 4 | Männer-Zweier o.St. B | Simon Ternka | Hoff.lauf |
| Junior-Achter B | Felix Abels, | 4 | Junior-Zweier o.St. A | Jakob Markowski, | Hoff.lauf |
| | Maximilian Gillmann, | | | Karl Besler | |
| | Julius Lünenborg | | Lgw.Junior-Einer A | Paul Stürmer | Hoff.lauf |
| Junior-Doppelzweier B | Maximilian Gillmann | 5 | | | |
| Junior-Vierer o.St. A | Fredric Wegdell, | 5 | | | |
| | Tom Butscher | | | | |



Karl Besler und Jakob Markowski



Veit Lukosch, Jonas Müller, Mats Stübe und Benedict Miller (Schlag)



Christian „Chrille“ Heim, Lars Heyna, Malte Grüneisen, Jan Behring (Schlag)



Titus Brüning (ARVH) und Pauli Plinz



Ben Semrau, Lukas Villamizar, Luis Schwersmann und Kurt Ochsendorf



Jasper von Schönberg und Pelle Degen



Flynn Johnstone-Hey gewann im Männer Einer



Julius Lünenborg mit drei Siegen als B-Junior



Karl Besler und Jakob Markowski



Max Bitter

REGATTA IN LÜBECK

21 Siege für den RCFH-RBL Achter mit starkem Auftritt

Bis auf die A Junioren, die für die Regatta in München trainierten, und die im Spitzensport aktiven Männer waren die Fari Kinder, die A und B Junioren, Breitensportler und einige Masters am 29. und 30. APRIL nach Lübeck gereist. Und natürlich der RBL Achter! Insgesamt um die 45 Sportler, erstmals seit drei Jahren ohne durch Covid bedingte Beeinträchtigungen. Das Meldeergebnis war rekordverdächtig, erkennbar am Sattelplatz Falkenwiese, der von einer unglaublichen Menge an Boote belegt war, dicht an dicht gelagert, da passte kaum eine Hand dazwischen. Das Wetter war trocken, die Regattastrecke wie immer auf der Wakenitz nicht gerade „Ententeich“.

Aus Platzgründen möchten wir uns auf folgende Highlights beschränken:

Drei Siege für den leichten B-Junior Julius Lünenborg. Einen im leichten B Junior Einer und – man höre und staune – zusammen mit den Favoriten Max Gillmann und Felix Abels zwei Siege im schweren Junior B Achter des AAC, darunter auch eine Abteilung des Männer Achters. Auf der 1000 Meter Strecke war deren Zeit nur etwa fünf Sekunden langsamer als die des bärenstarken RCA/DHuGRC/RCFH Bundesliga Achters in der vorherigen Abteilung. Unsere RBLer waren am Sonnabend über 350 und 1000 Meter nicht zu schlagen und gewannen die Teilnahme am legendären Rippchen Essen in der Lübecker Rudergesellschaft. Auch am Sonntag siegte die Crew sicher über beide Distanzen und durfte einen Geldpreis entgegennehmen. Flynn Johnstone-Hey gewann im Männer Einer.



Immer dabei: unsere RCFH Flagge – diesmal oberste Etage auf unserem Trailer



Connor Markowski und Vojta Zagic im Jungen 2x 13/14 Jahre, die am Sonnabend ihr Rennen gewonnen haben.

Wir gratulieren den vielen Siegern und platzierten aller Altersgruppen und deren jeweiligen Trainern! Nicht das erste mal von allen hochgeschätzt: Hella Rammings Kochkünste am „Fressanhänger“. Dieser stand unweit der, am höchsten Mast aller Vereine, gehissten RCFH Flagge und lieferte den hungrigen Ruderern und Trainern Unmengen von Nudeln und Milchreis.

// Text: Kai Ramming,
Fotos: Ingo von Schönberg

Alle zusammengefasst konnten folgende Siege und zweite Plätze gezählt werden:

- Kinder:** 3 Siege, 9 zweite Plätze
- Junior B (mit AAC):** 7 Siege, 2 zweite Plätze
- Junior A:** 2 Siege, 1 zweiter Platz
- Breitensport:** 2 Siege, 2 zweite Plätze
- Männer, Masters und RBL:** 7 Siege, 6 zweite Plätze

Dazu kamen zahlreiche weitere Platzierungen.

SCHLAG AUF SCHLAG IN EINE MANAGEMENT- KARRIERE – SO WIE MALTE



„Die KLU fördert akademische und sportliche Exzellenz. Hier kann ich meine Ziele erreichen und fühle mich bestens aufgehoben.“

Malte Großmann
Student
MSc Global Logistics & Supply Chain Management

SONDER-
KONDITIONEN
UND STIPENDIEN
FÜR SPITZEN-
SPORTLER

LASS DICH...

an einer von Deutschlands top-gerankten wirtschaftswissenschaftlichen Privathochschulen praxisnah auf eine internationale Managementkarriere vorbereiten.

Fragen?

Johannes Dietz hilft: 040 328 707-143



Kooperationspartner

OLYMPIASTÜTZPUNKT
HAMBURG/SCHLESWIG-HOLSTEIN





Halten ihren Trainer Dylan auf Trab: Vojtech Zajich, Conner Markowski, Jasper Lünenborg, Nils Schwersmann, Otto Ochsendorf, Max Bodenstab, Kurt Ochsendorf, Ben Semrau, Julian Schuster, Lukas Villamizar, Luis Schwersmann und Laurenz Gillmann (gehalten)



Stehend: Matyas Gietz, Jonathan Peters, Per Behring, Lukas Villamizar, Luis Schwersmann, Kurt Ochsendorf, Ben Semraum und Kindertrainer Dylan Jonat, 2. Reihe Vojtech Zajich, Max Bodenstab, Ben Albers und Conner Markowski

Regatta Lübeck - unsere Kinderruderer berichten

→ Am Wochenende vom 29.04. bis 30.04. fand auch die Jugend Regatta in Lübeck statt, an der zahlreiche unserer Fari Kindersportler teilnahmen. Am Samstag begann der Tag sehr früh, denn die ersten Rennen starteten bereits um 8:00 Uhr, daher haben wir uns bereits um 6:45 Uhr am Hänger getroffen. Nachdem der Hänger abgeladen und die Boote aufgeriggert waren, konnte es endlich losgehen.

Sowohl auf der Langstrecke (3000 Meter) als auch auf den 500 Metern wurden trotz des starken Seitenwinds zahlreiche Siege eingefahren. Am Sonntag fanden die 1000 Meter Rennen statt, in denen wir gute Leistung erbrachten.

Alles in allem war die Lübeck Regatta ein großartiges Ereignis, bei dem wir unser Können auf dem Wasser unter Beweis stellen konnten.

// Text: Conner Markowski,
Fotos Dylan Jonat



→ Für unsere Jungs eine erfolgreiche Regatta auf dem Küchensee bei widrigen Bedingungen. Nach dem alle Boote des jüngeren Jahrgangs im Ziel angekommen ist, wurde die Strecke auf Grund von starkem Wind auf 500m verkürzt. Insgesamt vier Boote der Fari konnten sich beim Hamburger Landesentscheid in Ratzeburg für den Bundeswettbewerb in Brandenburg an der Havel (29. Juni bis 2. Juli 2023) qualifizieren:

- Doppelvierer mit Steuermann 14 Jahre mit Ben Semrau, Lukas Villamizar, Luis Schwersmann, Kurt Ochsenkopf und Stm. Max Bodenstab.
- Doppelzweier LG 14 Jahre mit Conner Markowski und Vojtech Zajic
- Einer 14 Jahre mit Per Behring
- Einer 13 Jahre mit Benedict Albers

Im Jung 1x 13 Jahre hat sich Ben A. Im A-Finale in einem knappen Rennen auf Platz 5 gekämpft. Per hat im E-Finale den Platz 4 errungen. Der Jung 2x 13/14 Jahre Lgw. Mit Conner & Vojta ist mit einem starken Rennen auf den 5. Platz im A-Finale gerudert. Der Jung 4x+ mit Kurt, Lukas, Luis, Ben S. & Stm. Max konnte das A-Finale im Bug an Bug Kampf (0.13sec) für sich entscheiden.

Herzlichen Glückwunsch und viel Erfolg auf dem Beetzsee!
// Dylan Jonat, Leitender Kindertrainer

Kurt Ochsendorf und Vojtech Zajich berichten:

Am Wochenende vom 10. Juni war es für uns in Ratzeburg so weit: die Entscheidung, wer nach Brandenburg zum Bundeswettbewerb fahren darf. Es waren insgesamt drei Bundesländer mit am Start, jedoch musste man sich gegen das eigene Bundesland Hamburg durchsetzen. Erfolgreich waren dabei der 4x+ 14 Jahre mit Ben Semrau, Luis Schwersmann, Lukas Villamizar, Kurt Ochsendorf und STM Max Bodenstab, 2x LG 14 Jahre mit Conner Markowski und Vojtech Zajich, der 1x

14 Jahre mit Per Behring und 1x 13 Jahre Benedict Albers.

Doch auch für die, die sich nicht qualifizieren konnten, war es ein gelungener Samstag.

Wir freuen uns, mit den vier Booten auf dem Bundeswettbewerb vom 29.06. bis 02.07. deutschlandweit zu messen.

Dr. O. Campe & Co.
Immobilien
seit 1935

**Baugrundstück Loogestraße 2
in Hamburg-Eppendorf**
zu verkaufen mit Hilfe
des Bieterverfahrens

**Baugrundstück Eske Wai 6
in Wenningstedt-Braderup auf Sylt**
zu verkaufen mit Hilfe
des Bieterverfahrens

Informationen bei Dr. O. Campe & Co.
Hermannstr. 16 · 20095 Hamburg · Telefon: 32 54 32 - 0
jungclas@dr-campe-immobilien.de
www.dr-campe-immobilien.de
ivd
ivd - VHH - VEEK



Großvater Volker Albers mit seinen Enkelsöhnen Kurt und Otto Ochsendorf



Jugend Trainiert für Olympia – Zieleinlauf und Ehrungen am Fari Steg



Birgit Eckmann (aus dem Vorstand des Schulruderns) und Andreas Döpfer (Vorstand AAC) freuen sich: Der Landesentscheid im Schulrudern „Jugend trainiert für Olympia“ war eine sehr schöne Regatta mit vielen strahlenden Siegern bei strahlendem Sonnenschein im Herzen unserer Stadt!

des Tages fuhr ein Teil der beiden Vierer noch Achter gegen die Stadtteilschule am Alten Teichweg (ATW).

Für das ATW sind im Achter Lasse Junge und Ben Tazir gestartet, die durch das hohe Leistungsniveau in der Schulmannschaft gegen den Achter des Eimsbütteler Modells gewinnen konnten. Gleichzeitig sicherte sich die Mannschaft das Startticket für das Bundesfinale, das vom 17. bis zum 21. September in Berlin ausgetragen wird. Das Besondere an dieser Veranstaltung ist, dass die Landessieger verschiedener Sportarten zusammenkommen und Teil eines großen Sportevents sind. Ich drücke der gesamten Mannschaft die Daumen, die hoffentlich wie letztes Jahr auch den Achter-Cup gewinnen wird!

Für die Sophie-Barat-Schule sind aus der Trainingsgruppe Julius Lünenborg, Maximilian Gillmann, Samy Kaml und Fabian Salzmann (alle U17) im Rennvierer gestartet. Ihnen stand der seitliche Schiebewind im Weg, der einen Skullbruch verursacht hat und nur noch drei der Sportler ins Ziel rudern ließ. Die Mannschaft von Raimund Kruse verpasste dadurch die Qualifikation für das Bundesfinale.

Die erfolgreichste Nachwuchsmannschaft (Jungen Jg. 09-11) waren Kurt Ochsendorf, Luis Schwersmann, Nils Schwersmann und Benedikt Albers, die sich mit dem Steuermann Jasper Lünenborg mit ihrem Sieg im voll besetzten Starterfeld für das Bundesfinale „Jugend trainiert für Olympia“ qualifiziert haben. Damit stellt die Sophie-Barat-Schule zweimal in Folge die schnellste Nachwuchsmannschaft Hamburgs.

Weitere Ergebnisse aller Fari-Athleten sind unter dem QR-Code einsehbar. Denn auch aus dem Kinder- und Breitensportbereich konnten Fari-Sportler sehr schöne Platzierungen belegen.

Ich bedanke mich im Namen der Teilnehmer für die Organisation dieser Regatta, die einen reibungslosen Ablauf aller Rennen ermöglicht haben. Ein besonderes Dankeschön geht an die Lehrkräfte der Sophie-Barat-Schule Raimund Kruse und Antje Hoffmann und an Svenja Grauert, Gymnasium Kaiser-Friedrich-Ufer, die ihre Schulmannschaften an diesem Tag erfolgreich betreut haben.

// Text: Christoph de Wall

Fotos: Miriam Förster, Miriam Gillmann, Carolin Ochsendorf, Raimund Kruse



Maximilian Gillmann mit Laurenz Gillmann, Julius Lünenborg, Samy Kaml und Fabian Salzmann. Der gebrochene Skull durfte nach kleiner Clubspende als Trophäe mitgenommen werden.



Kurt Ochsendorf, Luis Schwersmann, Nils Schwersmann und Benedikt Albers nehmen mit Stm. Jasper Lünenborg am Bundesfinale „Jugend trainiert für Olympia“ teil. Damit stellt die Sophie-Barat-Schule zweimal in Folge die schnellste Nachwuchsmannschaft Hamburgs.



Die Hamburger Meister vom Helene-Lange- Gymnasium mit: Fredric Henry Wegdell, Jakob Markowski, Tom Butscher, Paul Stürmer und Stm. Conner Markowski.

Der Achter ist vom Eimsbüttler Modell, so heißt die gemeinsame Oberstufe vom Helene-Lange Gymnasium und dem Gymnasium Kaiser-Friedrich-Ufer. Im Boot dabei sind Freddy Wegdell, Paul Stürmer, Tom Butscher, Christoph de Wall, Jakob Markowski, Pelle Degen, Carl Eickelberg, Carolin Behrens und Stm. Conner Markowski.

Landesentscheid „Jugend trainiert für Olympia und Hamburger Meisterschaft im Schulrudern 2023

→ Am 14. Juni 2023 fand der Landesentscheid für das Bundesfinale von „Jugend trainiert für Olympia“ (JTFO) in Berlin und die Hamburger Meisterschaft des Schulrudersports in Hamburg auf der Außenalster statt. In diesem Jahr war das Meldeergebnis enorm. Gemeldet wurden 122 Boote von insgesamt 14 Hamburger Schulen.

Beteiligt waren ca. 20 Fari-Athleten, die für die Kooperationsschulen Sophie-Barat-Schule (SBS), Helene-Lange-Gymnasium (HLG) und Gymnasium Kaiser-Friedrich-Ufer (Kaifu) gestartet sind. Erwähnenswert ist an dieser Stelle, dass allein das Kaifu mit 65 Schüler*innen aus dem Ruderunterricht der 7. Klassen am Start war!

Gemeldet wurde von den Sportlehrerinnen und Sportlehrern der jeweiligen Schulen, da es sich bei dieser Regatta um einen Wettbewerb zwischen den Schulen handelt und die Vereinszugehörigkeit außen vor bleibt.

Das Ziel war der Steg von uns und von unseren Nachbarn. Gestartet wurde 1.000 Meter weiter nördlich, kurz vor dem Fähranleger „Alte Rabenstraße“.

Auffrischender Seiten- bis Gegenwind erschwerte im Laufe der Regatta zunehmend die Rennbedingungen, die von Neulingen und Anfängern bis zu den Mannschaften in den Qualifikationsrennen zu meistern waren. Vor allem für die Anfänger war es bei dem Seitenwind im Startbereich eine Herausforderung, die Boote vor dem Start optimal auszurichten.

Aus der Trainingsgruppe sind für das Eimsbütteler Modell (gemeinsame Oberstufe des HLG und Kaifu) Jakob Markowski, Tom Butscher, Paul Stürmer und Fredric Henry Wegdell (alle U19) im Gig-Doppelvierer mit Steuermann Conner Markowski gestartet. Sie wurden in einem sehr eindeutigen Rennen gegen die schulinterne Konkurrenz, die in der Gruppe von Arne Basner rudern, Hamburger Meister. Herzlichen Glückwunsch! Im späteren Verlauf

Junioren Regatta Köln, 20. Mai 23

→ Schauplatz der zweiten Junioren Regatta in diesem Jahr war der Fühlinger See in Köln. Unsere Sportler konnten dort fünfmal gewinnen, wurden achtmal Zweiter und elfmal Dritter. Dabei sticht unser B-Junior Julius Lünenborg, der sowohl im leichten Einer als auch im Achter antritt, mit seinen zwei dominanten Siegen im Einer heraus. Er ist mit den deutlichen Siegen in Köln sicher ein Favorit für die Regatta in Hamburg und vielleicht auch für die DJM in Essen im Juni. Weitere Siege errangen bei den B-Junioren Philip Sommer im leichten Doppelzweier für den AAC, und bei den A-Junioren Tom Butscher und Fredric Wegdell gemeinsam mit dem Club, sowie Karl Besler und Jakob Markowski im Zweier ohne.

Bei den B-Junioren zeigt sich, dass die Großboote zwar solide Leistungen zeigen konnten aber noch Trainingskilometer und Rennerfahrung brauchen, um den Abstand zur Spitze zu schließen. Dazu werden nun die nächsten vier Wochen inklusive der Regatta Hamburg genutzt. Dass unsere bislang schnellsten U19 Sportler Ben Tazir, Lasse Junge, Tom und Freddy nicht richtig in Schwung kamen war durchaus beabsichtigt, da die Regatta den Abschluss einer einwöchigen Trainingslagers bildete. // Text: Jan Stempel



Fredric Wegdell, Johann Thein, Niklas Hilgenberg, Tom Butscher



Belegten den dritten Platz im Lgw Junior Doppelvierer A: Jonah Thurston auf Schlag in Renngemeinschaft mit Karl Schüller (DHuGRC), Safa Cuny (RCA) und Thorben Mellwig (RVW)

2. Internationale DRV-Junioren-Regatta 2023 und 545. Hamburger Ruder-Regatta 02. - 04. Juni 2023 in Allermöhe

→ Die Top U19 Ruderer und Ruderinnen aus ganz Deutschland führen die Rangliste unter den Augen vom U19-Bundestrainer aus. Hamburg ist die letzte große Regatta vor den Deutschen Jahrgangsmesterschaften in Essen, wo sie in ihrer Altersklasse vom 22. bis 25. Juni um den Deutschen Meister Titel und die Nominierung zur Junioren WM in Paris kämpfen.

Insgesamt haben mehr als 1500 Boote an den beiden Regattatagen über die 1.500 m und 2.000 m Renndistanz auf der Regattastrecke gerudert. Vom Einer bis zum Achter, von 15 bis 18 Jahre und von den Leichtgewichtigen bis zur offenen Gewichtsklasse. „Es ist eine großartige Gelegenheit, unseren Rudersport in der Active City Hamburg hautnah live vom Ufer der Regattastrecke in Allermöhe zu erleben“, so Andreas Döpfer, Vorsitzender des AAC/NRB Landesruderverbandes Hamburg.

Für unsere Trainingsgruppe war es ein gemischtes Wochenende. Auf der Rangliste der A-Junioren lief es für unsere drei Zweier nicht ganz optimal. Dafür konnten auf der Regatta einige Siege und gute Platzierungen errudert werden. Vor allem wurden die Rennen für die anstehenden Deutschen Meisterschaften ein letztes Mal als Übung genutzt und einiges an Rennerfahrung gesammelt.

// Text: AAC/Mathis Tommek, Fotos: Ingo von Schönberg



Haoyang Cao, Nicolas Radwe, Pelle Degen und Jakob Sengbier



Idyllisches Ruderrevier rund um Otterndorf

Ruderregatta Otterndorf

→ Vom 19.-21. Mai sind wir vom U-19-Breitensport mit den Kindersportlern zum siebten Mal auf die Regatta Otterndorf gefahren. Auf der Regatta konnten wir in verschiedenen Leistungsklassen am Samstag im Einer und am Sonntag im Vierer, Zweier und Einer einen ersten Platz erringen. Die Strecke von 1000m war durch das gute Wetter und die Strömung herausfordernd, aber auch schön zu fahren. Bei der 500m Strecke konnten wir uns in explosiver

Kraft beweisen. Wir sind gut mit den anderen Ruder Clubs in der Schule Otterndorf in unserem eigenen Zimmer untergekommen, die Schule war dabei so voll, dass manche Vereine im Flur schlafen mussten.

// Henry Fischer



Belegten den ersten Platz im Lgw Junior-Achter A: Rgm. Lübecker RK/Ratzeburger RC/RV Wandsbek, Hamburg/RC Favorite Hammonia/Segeberger RC, Bad Segeberg/Rendsburger RV/Domschulruderclub Schleswig/LRV Schleswig-Holstein Thorben Weise (06), Hagen Friedrich Weyland (05), Hannes Schulte (06), Christoph de Wall (06), Herge Miro Schuppenhauer (06), Jano Drews (06), Ove Westendorf (05), Finn Harder (05), St. Ella Löttsch



Safa Cuny und Jonah Thurston

MEISTERSCHAFTEN U23, U19, U17 IN ESSEN

Gold für den RCFH in jeder Altersklasse

Die U23, U19, und U17 Meisterschaften fanden dieses Jahr am 24. und 25. Juni einmal wieder auf dem Baldeneysee in Essen statt. Jetzt ohne COVID Restriktionen. Die Meldezahlen entsprachen wieder dem Niveau vor der Epidemie. Gewitter am Donnerstag brachten den Fahrplan für die Vorentscheidungen durcheinander, aber da mußten Aktive wie Trainer durch. Zu den Finals herrschten gute Wasserbedingungen. Hier nun die Highlights aus Fari Sicht nach Altersgruppen gestaffelt:

Bei den U23 Männern wurde Paul Krüger im Einer Endlauf sechster. Theo Töpfer blieb knapp hinter den Medaillenrängen und belegte im Vierer ohne und Achter jeweils den vierten Platz in Hamburger Renngemeinschaft. Im Vierer ohne holte Jannis Matzander Silber. Toppen konnte Jannis das noch durch seinen Sieg im Achter in Renngemeinschaft. Wir gratulieren ihm zu diesem



Mathis Tommek und Julius Lünenborg

tollen Ergebnis! Jannis wurde daraufhin für den U23-Achter nominiert, mit dem er bei der WM in Plovdiv die Bronzemedaille gewann.

U19 – Junior A

Besonders glänzten hier unsere Leichtgewichte. Christoph de Wall hatte sich einen Platz in einem vorwiegend norddeutschen Achter ergattert der taktisch klug im langen Endspurt über eine Bootslänge herausholte und somit ganz oben auf das Treppchen durfte. Welche Freude für uns, aber noch mehr für Chris der so die Saison zu einem tollen Abschluß brachte.

Jonah Thurston und Safa Cuny von der Allemania wurden im letzten Jahr U17 Meister im leichten Junior B Doppel Zweier. Dieses Jahr riefen sie zusammen im A Bereich und siegten wieder souverän mit hervorragender Technik. Und als Beweis, daß sie das Skullen nicht verlernt haben, wurden sie in Renngemeinschaft mit Wandsbek und DHuGRC im Doppelvierer anschließend noch dritte. Jonah und Cuny haben genau wie Chris de Wall 2024 noch ein Junior Jahr vor sich.

Im Schwergewicht Vierer mit Steuermann in Renngemeinschaft hatten sich Lasse Junge und Ben Tazir etwas mehr erhofft. So blieb es bei der Bronzemedaille, mit der wir zufrieden sein können. Lasse Junge errang dann im Schlußachter Silber. – Update vdR: Aufgrund der herausragenden Leistungen wurden Lasse und Ben zwischenzeitlich in die deutsche Nationalmannschaft berufen und starten auf der Junioren WM!

Wir gratulieren unseren A-Junioren leicht und schwer zu diesen tollen Erfolgen!

Tom Butscher und Fred Wegdell belegten zum Ende ihrer Junioren Zeit im Rgm Vierer ohne und Achter jeweils einen achtbaren fünften Platz. Gerne erwähnen wir an dieser Stelle noch einmal, daß Fredric Wegdell erst spät aus dem Breitensport in den Junior Leistungssport übergewechselt ist. Chapeau!

U17 Junior B

Hier einmal angefangen mit dem von Mathis Tommek trainierten Achter erzielten Max Gillmann, Felix Abels und das Leichtgewicht Julius Lünenborg einen zufriedenstellenden vierten Platz. Eine Medaille ist natürlich besser, aber hierzu fehlte es am entschlossenen und sauberen Schlußspurt. Felix Abels wurde dazu noch sechster im Vierer mit. Heutzutage „kann man“ gut skullen und riemen. Max Gillmann belegte im Doppelzweier noch den 5. Platz. Den Vogel schoß aber Julius Lünenborg ab, der taktisch klug erst jetzt den leichten Junior B Einer meldete, nachdem er über die Saison schon im schweren Einer vorne mitgefahren war. Bei 28 gestarteten Booten gelangte Julius ohne Probleme ins Finale und siegte souverän mit 4 Sekunden Vor-



Safa Cuny und Jonah Thurston mit Gold im Junior B Doppel Zweier



Glücklicher Moment: Christoph de Wall und Hannes Schulte (RVW)



Julius Lünenborg mit Gold



Unterstützung und Gratulation durch Corny, Teja und Mark - hier mit Jonah



Jannis Matzander mit Silber im Vierer ohne (U23)

sprung. So etwas will erst einmal geleistet sein! Wir gratulieren Julius zu diesem sensationellen Erfolg!

Achtbar ist auch der 6. Final Platz von Paul Plinz im Vierer-ohne und der 8. Platz von Samy Kaml und Philip Sommer, die in ihrem ersten Junior im AAC Doppelvierer mit Steuermann den 8. Platz belegten.

Nicht über die Vorentscheidungen hinaus kamen Simon Ternka (Männer 2-), Jakob Markowski und Karl Bessler (Junior A 2-), sowie Fabian Salzmann (jüngerer B Junior im leichten Doppelvierer). Das sind alles gute Ruderer, die ebenfalls ein hartes Trainings- und Regattapensum geleistet haben, die aber das gesteckte Ziel nicht ganz erreichen konnten.

In Summe über alle Altersklassen: Viermal Gold, zweimal Silber und zweimal Bronze!

Fazit: Unsere Trainer Jan Stempel (Chef) und Mathis Tommek (Co) haben im Team mit den anderen AAC Trainern beste Arbeit geleistet und ermöglichten den Aktiven hervorragende Leistungen. Der RCFH bleibt so weiterhin in allen Altersklassen ein markanter Bestandteil des deutschen Ruder Leistungssports. Hierfür bedanken wir uns herzlich! Der AAC / NRB ist 2023 übrigens das erste Mal seit 2017 wieder deutschlandweit der erfolgreichste Landesruderverband.

// Text: Kai Ramming, Fotos: Laurits Dahlke, Rudern.de



Im Schwergewicht Vierer mit Steuermann in Renngemeinschaft holen sich Lasse Junge und Ben Tazir Bronze



Julius Lünenburg gewinnt Gold in Essen bei den leichten Junior B



Stegempfang bei der Fari

Leicht ist schwer!

→ Das Leichtgewichtsrudern steht immer etwas im Schatten der Schwergewichte. Das gilt vor allem international. Zwischenzeitlich drohte sogar, dass die Leichtgewichte aus dem Programm der Olympischen Spiele 2024 in Paris fliegen. Das ist zum Glück nicht passiert, aber die Leichtgewichte bleiben unter Druck.

Leicht ist es also nicht immer, ein Leichtgewicht zu sein. Die Optionen sind nicht so vielfältig wie bei den Schwergewichten. So starten zum Beispiel auch keine Leichtgewichte beim Baltic Cup. Aber man kann sich das gerade als jugendlicher Leistungssportler nun mal nicht aussuchen. Größe ist Größe, Gewicht ist Gewicht.

Beim Leichtgewicht treten die Ruderer in ihren Altersklassen ungefähr mit dem gleichen Gewicht an, deshalb

sind die Rennen oft besonders eng und spannend. Da alle Gegner ähnliche körperliche Voraussetzungen haben, kommt es besonders auf die Technik und die Willensstärke des Sportlers an. Diese beiden Dinge machen am Ende den Unterschied aus. Mathis Tommek hat also in der Vorbereitung auf die Deutschen Meisterschaften in Essen besonderen Wert auf die Verfeinerung meiner Rudertechnik gelegt.

Bei den Deutschen Meisterschaften im Juni 2023 starteten bei den JM 1x LGW U17 insgesamt 29 Sportler. Mein Ziel war es – auch aufgrund meiner Leistungen bei den Regatten in Köln und Hamburg – Erster zu werden. Die Monate der intensiven Vorbereitung nimmt man mit ins Boot, aber eben auch den Gedanken, dass man in einem Rennen alles verlieren kann

und die Mühen sich am Ende doch nicht auszahlen. Auf dem Essener Baldeneysee ist es gut für mich ausgegangen, ich habe mein Ziel erreicht.

Mit einem Bein stand ich in dieser Saison zwischen der Leicht- und der Schwergewichtswelt. Neben dem leichten Einer bin als auch Teil des schweren Hamburg-Achters gewesen. Als Schlagmann. Das war ein krasses Kontrastprogramm und für mich eine besondere Ehre mit einem super Team auf dem Wasser zu sein. Wir haben den dritten Platz nur um eine Sekunde verpasst.

Für mich geht es jetzt für 10 Monate nach Neuseeland. Dort werde ich weiter rudern und komme zur nächsten Saison zurück. Mal sehen, ob ich dann noch ein Leichtgewicht bin.

// Text: Julius Lünenburg

Julius Lünenburg (2007) gewann im Leichtgew. Einer die Deutsche Jahrgangsmesterschaft in Essen/Baldeneysee 2023. Julius trainiert seit zwei Jahren erfolgreich unter Trainer Mathis Tommek. Anlässlich gleich drei von Leichtgewichten gewonnenen Deutschen Meisterschaften in Essen, stiftet Gert-Rüdiger „Spiddel“ Wüstney einen neuen Wanderpokal für die Interne Clubregatta, „Clubmeister im Einer Lgw.“ Dieser neue Pokal wird erstmals auf der Internen 2023 vergeben.





Mit einem kraftvollen Endspurt zum Bronze-Rang: Mattes Schönherr, Wolf-Niclas Schröder, Marc Kammann, Olaf Roggensack, Torben Johannesen, Max John, Jasper Angl, Benedict Eggeling und Jonas Wiesen beim Weltcup-Finale im Deutschland-Achter.



Die Freude im Team war entsprechend groß: bei der Siegerehrung und anschließend auf dem Bootsplatz

WELTCUP AUF DEM LAGO DI VARESE

16.-18. Juni 2023

Im Boot klatschten sie sich direkt nach der Zieldurchfahrt ab, bei der Siegerehrung rissen sie schwungvoll ihre Arme hoch – die Ruderer und Steuermann Jonas Wiesen sind zurück auf dem Siegerpodest und hatten allen Grund zum Strahlen. Beim Weltcup in Varese gewann der Deutschland-Achter in einem beherzten Rennen die Bronze-Medaille. Mattes Schönherr, Wolf-Niclas Schröder, Marc Kammann, Olaf Roggensack, Torben Johannesen, Max John, Jasper Angl, Benedict Eggeling und Steuermann Jonas Wiesen kamen hinter Welt- und Europameister Großbritannien und dem WM-Dritten Australien ins Ziel.

„Das Podest ist alles, wo man hinwill. Wir haben uns zurückgekämpft und sind einen großen Schritt in die richtige Richtung gegangen. Darauf können wir aufbauen“, sagte Schlagmann Mattes Schönherr und Niclas Schröder ergänzte: „Wir haben hinten raus endlich die richtige Geschwindigkeit reinbekommen. Das hat Spaß gemacht.“

„WIR HABEN EINEN KÜHLEN KOPF BEWAHRT UND IM ENDSPURT ALLES RAUSGEHAUEN“

Die Großboote lieferten sich zum Abschluss der Weltcup-Regatta einen packenden und umkämpften Bord-an-Bord-Kampf. Während die favorisierten Briten das Rennen von der Spitze bestimmten und einem sicheren Sieg entgegenfuhrten, wechselten die Boote aus Australien, Italien, Kanada und Deutschland ihre Positionen im Feld regelmäßig. Schließlich kam der Deutschland-Achter nur eine halbe Sekunde hinter den zweitplatzierten Australiern und einer kompletten Bootslänge vor Italien ins

Ziel. Die bis zur 1.500-Meter-Marke auf Platz zwei liegenden Kanadier wurden schließlich Fünfter vor den abgeschlagenen Tschechen. „Wir haben auf der Strecke einen kühlen Kopf bewahrt, auf den dritten 500 Metern zugelegt und im Endspurt alles rausgehauen. Da sind wir dann richtig nach vorne marschiert“, schilderte Schönherr den Rennverlauf.

Zufrieden mit der Entwicklung ist auch Steuermann Jonas Wiesen. „Wir hatten uns nach Bled einiges vorgenommen und sind froh, dass wir es auch umsetzen konnten und uns belohnen konnten. Das motiviert zusätzlich. Unser Ziel bleibt aber auf die WM in Belgrad gerichtet. Es ist wichtig, dass wir hartnäckig weiterarbeiten.“

VIERER: MIT STABLEM RENNEN AUF PLATZ ZWEI IM B-FINALE

Mit Platz zwei im B-Finale beendete der Vierer ohne Steuermann die Weltcup-Regatta. Theis Hagemeyer, Malte Großmann, Paul Klapperich und Sönke Kruse kamen hinter den Vierer aus



Malte Großmann und Paul Klapperich beim Vorbereitungstraining in der FARI

der Schweiz ins Ziel und ließen die Boote aus Frankreich, Polen, Italien und China hinter sich. Es entwickelte sich ein Duell mit den Eidgenossen an der Spitze des Rennens, in dem das deutsche Quartett zunächst Kontakt hielt, schließlich aber mit einer guten Bootslänge das Nachsehen hatte und letztlich den achten Platz beim Weltcup belegte. Das A-Finale gewann Weltmeister Großbritannien vor Olympiasieger Australien und den USA.

„Wir sind einen beherzten Start und ein insgesamt stabiles Rennen gefahren. Aber leider konnten wir in der Mitte nicht mit den Schwei-



zern, die ein starker Gegner sind, mithalten“, sagte Sönke Kruse und blickte zuversichtlich nach vorne: „Das Abschlussrennen war besser als das Halbfinale, in dem wir noch Probleme hatten. So können wir in die nächste Arbeitsphase gehen, in der wir uns weiter kontinuierlich technisch verbessern wollen.“ Nach einem lehrreichen Weltcup-Wochenende resümierte Paul Klapperich, der für den erkrankten Mark Hinrichs eingesprungen war: „Das war eine gute Erfahrung für mich und hat Spaß gemacht. Ich konnte mich bei ein paar Baustellen, die ich hatte, verbessern und so die Mannschaft gut unterstützen.“

ZWEIER ZIEHT „POSITIVES FAZIT: IMMER BESSER GEKLAPPT“

„Wir können ein positives Fazit ziehen. Es ist uns gelungen, die Rennen offensiver anzugehen und mitzugestalten. Das hat im Regatta-Verlauf immer besser geklappt“, sagte Jannik Metzger, nachdem er zusammen mit Julius Christ das Weltcup-Debüt mit Rang drei im B-Finale zufriedenstellend abgeschlossen hat. Im vierten Rennen des Wochenendes ging es knapp zu, die Positionen wechselten regelmäßig. Am Ende kamen Metzger/Christ hinter den Booten aus den USA und knapp hinter Polen ins Ziel, während sie China, Dänemark und Italien auf Distanz hielten. „Das war ein richtig schönes Rennen, das hat Spaß gemacht“, ergänzte Metzger und weiter: „Uns ist es gelungen, die Spurts besser zu setzen. Dadurch hat man gut gemerkt, dass wir schneller werden.“

// Text: Carsten Oberhagemann, Fotos: Detlev Seyb & Maren Derlien, Ingo von Schönberg



AB UND AUF...

Hamburger Active City Xpress

Die Liga macht eine Sommerpause, dabei hat sie gefühlt eigentlich gerade erst begonnen. Erst zwei Renntage, in Bad Segeberg und Kassel, liegen hinter uns, und wir freuen uns dennoch über eine Pause. Nicht weil wir müde sind, sondern einerseits weil das eine oder andere Festival sowieso vom Training abhält, andererseits weil wir tatsächlich noch ein bisschen aufholen könnten bzw. auch wollen. Aktuell liegen wir punktgleich auf Platz 4 bzw. 5 und wir finden, da ist noch deutlich Luft nach oben!

Was fehlt? Kontinuität!

Unser Kader ist nicht so groß, das ist blöd, aber nicht zu ändern:

Wie Hannover, Mülheim und Münster auf bis zu 16 Ruderer kommen – für uns ein Rätsel. Wir sind lediglich 10 bis 11 und wenn dann einfach mal jemand umknickt, wie auch in diesem Jahr nach Lübeck wieder

geschehen oder wichtige Klausuren schreibt, dann wird es gleich personell eng.

Und da wir uns keine Ruderer schnitzen können, fahren wir dann mit Ersatzruderern (prinzipiell toll!), aber darauf gilt es sich eben immer einzustellen. Kontinuität wäre das Zauberwort, aber wir arbeiten dran. Die Tendenz zeigt nach oben, das bestätigen die Zeiten bei einzelnen Läufen, aber eben wie eben erwähnt leider nicht bei jedem.

In Bad Segeberg, vor der Haustür sozusagen, hatten wir im Zeitfahren Bochum//Witten als Gegner. Liegt man einmal in Front bleibt die Frage, wie sehr man dann noch maximal weiterballert. Wir haben das leider nicht getan und wurden deswegen nur 9. im Zeitfahren!

Das hieß Mainz im Achtelfinale: Dann noch ein Sieg, es geht doch! Sogar mit der zweitschnellsten Gesamtzeit, steile Lernkurve!





gebucht und kamen nicht mehr rein. Schade! (War natürlich ein Scherz: es hätten aber ruhig ein paar Favoriten mehr sein können :-).

Der zweite Renntag Kassel, von den Renntagen auch eher einer der „ruhigeren Vertreter“, glänzte dafür aber mit einer reibungslosen Orga und mit lauter netten Menschen. Respekt!

Auch hier haben wir im Zeitfahren (wieder gegen Hannover) richtig einen rausgehauen – verloren :- (und waren dann 10. im Gesamtranking. Schluck! Diesmal war sogar Leipzig vor uns! Und wieder bescherte dieses sehr mittelmäßige Zeitfahren einen schnelleren Gegner im Achtelfinale: Minden. Und die waren im Rennen richtig gut drauf, wir aber noch besser und konnten die Jungs von der Weser mit der schnellsten Zeit überhaupt(!) in die untere Tabellenhälfte schubsen. Das ist bitter, aber gut für uns! Noch besser aber: Wir können es also doch! (Nur eben nicht immer ;-)) Mit breiter Brust und schnellster Zeit gingen wir deswegen auch im Viertelfinale (mal wieder gegen Hannover) an den Start: Rache ist zwar ein doofes Wort, aber die Niederlage in Segeberg und beim Zeitfahren war wirklich unnötig – aus unserer Sicht – und siehe da: Auch Hannover wurde, zwar knapp, geschlagen und nach unten in die Ränge von 5–8 verabschiedet. Yeeees! Bild wieder gerade gehängt! Wir lagen jetzt somit auf Top 4 und waren wieder gut gelaunt. Und, um es kurz zu machen, am Ende blieb's bei 4! Nicht, weil wir uns dann wieder einlullen ließen, sondern weil es unter den ersten 6 Booten der Liga tatsächlich so extrem eng ist, dass Rennen mit max. 3 Zehnteln verloren gehen oder eben gewonnen werden, was natürlich besser ist. Minimalste Zeitspannen, das kann jeden treffen, im Positiven, wie im Negativen. Ergo: Wir verloren das Halbfinale also äußerst knapp gegen den ungeschlagenen Liga-Champion aus Münster (und Kinnings, die sind in diesem Jahr wirklich mal schlagbar ...). Im Finale dann gegen die Germania aus Frankfurt (die auch schlagbar – by the way). Festhalten, wir kommen! Wichtig dabei zu erwähnen: Die Sommergrippe ließ Philipp Dosse schon in Hamburg bleiben. Melvin verabschiedete sich dann auch noch in Kassel bei der Pizza mit Fieber ins Bett. Und wir wie gesagt wurden 4! Dank der tatkräftigen Unterstützung eines sehr netten ukrainischen Ruderers aus Münster! Der hieß Ivan. Geiler Typ. Unter Ruderern hilft man sich eben – Merci nach Münster!

Der nächste Renntag ist am 19. August in Mülheim. Und wer Fragen hat, spricht die Jungs, – also uns – gerne und jederzeit an.

// Text: Martin Blüthmann, Cheftrainer Hamburger Active City Xpress ,
Fotos: Alexander Pischke/RBL

Und dann gegen Hannover, der Evergreen vom letzten Jahr. Eine bissige Truppe, aber man kann sie eigentlich, (wie im letzten Jahre diverse Male bewiesen) trotz alledem schlagen. In Segeberg zeigten sie sich aber durchaus verbessert, und wir uns dafür noch nicht mit den geforderten Schlagzahlen. Erstmals saß Adrian Renken auf Schlag, er kommt frisch aus Boston, hat da lange gerudert und muss sich erstmal an die Schlagzahlen über 45 gewöhnen. Vielmehr auch an den Punch, vom ersten Schlag an! Also verloren wir seit langem mal wieder gegen die Jungs vom Maschsee! Um dann aber im Halbfinale Berlin zu schlagen. Das sind aber auch nette Jungs, wirklich ;-)

Im Finale gegen Mülheim, die in diesem Jahr richtig schnell unterwegs sind, hatten wir zuerst das Nachsehen und danach das Einsehen, dass wir eben noch einen Zahn zulegen müssen – aber das auch können.

Am Ende des Tages waren wir dann 6. in der Tabelle. Ging so ... Was aber eigentlich gar nicht ging: Ein paar der FARI-Fans hatten ihre Tickets nicht rechtzeitig



Offenes Ruderbreitensporttraining mit Niels de Groot

→ Das Ruderbreitensporttraining unter der Leitung von Trainer Niels de Groot bietet eine großartige Gelegenheit für Ruderbegeisterte jeden Alters und Erfahrungsstands, um Erlerntes zu verbessern. Jeden Freitag um 19 Uhr kommen sportbegeisterte Ruderkameraden zusammen, um gemeinsam in Mannschaftsbooten zu trainieren.

Das offene Training richtet sich an alle, die gerne rudern und ihre Technik und Fitness verbessern möchten. Es ist für alle FARI-Mitglieder offen und bietet in toller Atmosphäre beste Unterstützung, um gemeinsam Fortschritte zu erzielen.

Niels ist ein engagierter Rudertrainer, der sein Wissen und seine Leidenschaft für den Sport mit den Teilnehmern gern teilt. Er versteht die Bedeutung von Lockerheit und Bootsgefühl im Rudersport und arbeitet ganz gezielt daran, diese Aspekte im Training zu fördern.

Lockerheit spielt eine entscheidende Rolle im Rudersport, sie ermöglicht, eine fließende und effiziente Bewegung im Boot zu erreichen. Durch gezielte Übungen und Anweisungen hilft der Trainer den Teilnehmern, Verspannungen zu lösen und eine entspannte Körperhaltung zu entwickeln. Den Ruderern ermöglicht es, ihre Kraft effektiver einzusetzen und eine bessere Balance im Boot zu finden.

Bootsgefühl ist ein weiterer wichtiger Aspekt des Trainings. Es bezieht sich auf das Verständnis für das Zusammenspiel von Boot, Wasser und Ruderbewegung. Durch ebenfalls gezielte Übungen und praktische Anleitungen hilft auch hier Niels den Teilnehmern, ihr Gefühl für das Boot zu verbessern und die richtigen Bewegungen zur richtigen Zeit auszuführen. Ein solcher Trainingsaufbau führt zu einer besseren Kontrolle des Bootes und einer effektiveren Leistung auf dem Wasser.

Wie bereits erwähnt: Trainiert wird in Mannschaftsbooten. Es ist eine tolle Chance im Team zu arbeiten und voneinander zu lernen. Ruderer verschiedener Erfahrungsstufen können voneinander profitieren und sich gegenseitig unterstützen. Die Teamdynamik und der gemeinsame Spaß am Rudern machen jedes einzelne Training zu einem motivierenden und inspirierenden Erlebnis.

Für alle, die ihre rudertechnischen Fähigkeiten verbessern, an ihrer Fitness arbeiten und Teil einer lebendigen Rudercommunity sein möchten, ist das offene Ruderbreitensporttraining mit Niels eine ideale Gelegenheit. Jeder ist herzlich willkommen.

// Text: Heino Rimek, Foto: Walter Schießwohl



24. MÜGGELSEEREGATTA

DHuGRC und FARI am Start

Ein Highlight auf dem Regatta Kalender ist die Müggelsee Regatta vom Ruderclub Ägir in Berlin Friedrichshagen. Vor 24 Jahren hatte die Achter Regatta für geklinkerte Achter Premiere. Seitdem hat sich das Starterfeld jedes Jahr ausgeweitet, auch weil C-Achter zugelassen werden. So viele geklinkerte Achter, die man nicht auf dem Hänger transportieren darf, gibt es nicht mehr. Die teilnehmenden Holzachter sind von Berliner Clubs und kommen auf dem Wasserwege zur Regatta.

Wir sind mit Auto und Hänger am Freitag, den 30. Juni gestartet mit dem Achter "Carsten Warnholtz" und einem Germania Hänger. Denn, wir starten in Renngemeinschaft mit unseren Nachbarn. Fünf Favoriten sind dabei: Horst Poscharsky, Otto Kiehl, Dierk Fahrenkrog, Uwe Herwig und der Autor sind top trainiert und werden zum Power Achter durch

die Germanen Ortwin Höller, Reinhard Graue und Achim Eckart von der Hansa.

Der Damen Achter der Germanen ist ebenfalls eine Renngemeinschaft mit den Ruderinnen Anne Brackelmann, Sybille Graßl, Claudia Schäfer, Nina Bernhardt, Katrin Martinen, Margit Lill und vom RV Bille Marianne Wulfram. Vom RC Köpenik hat Berit den Achter komplett gemacht. Steuermann war Julian vom RC Ägir.

Ankunft in Berlin Friedrichshagen am frühen Freitagabend. Und die Zufahrt zu Club ist frei. Das ist ungewöhnlich bei dieser Regatta. Also laden wir sofort ab und begeben uns schleunigst zum Abendessen ins Ägir Clubhaus. Die Stimmung ist berlinerisch locker.

Der RC Ägir, gegründet 1924, hat eine wechselvolle Geschichte hinter sich. Heute hat der Club 220 Mitglieder:innen und ist sehr aktiv und erfolgreich. Eine wunderbares Ruderrevier und ein schönes Clubhaus, das mitsamt Grundstück im Eigentum des Clubs ist, geben einen wunderbaren Rahmen. Friedrichshagen und den Bezirk Köpenick kennen viele noch nicht. Beides sind dörfliche Stadtteile von Berlin. Es lohnt sich, durch die Straßen zu schlendern oder sich alles vom Wasser aus anzusehen.

Samstag morgen geht es vom Hotel rüber zum Club. Auf dem Steg ist viel Betrieb, das Wetter sommerlich warm. Es starten die Achter. Die Mehrzahl der Teilnehmer sind Damen und das ist außergewöhnlich. Unser Damen Achter schlägt sich beachtlich. Wir sind gespannt auf das Ergebnis und empfangen die Damen auf dem Steg mit Erdbeerbowle.



Wechsel der Bootsbesetzung. Der Herren Achter startet als Vorletzter. Der Weg über die Müggelsee war glatt und schnell. Ab Einfahrt Müggelsee wurde es ruppig. Wind und Welle hatten ordentlich zugelegt. Unser Steuermann Julian vom RC Ägir kennt den

See sehr gut und steuert uns hart am Wind durch die Wellen. Nach der Wende schwappen die ersten Wellen ins Boot. Und wir sehen die DLRG mit Blaulicht durchs Wasser pflügen. Einen Achter kann man im Augenwinkel sehen. Eher die schwimmenden Ruderer, das Boot ist unter der Wasserlinie.

Wir erreichen die Müggelsee und angefeuert von den Damen das Ziel. Alle nass, das Boot ordentlich vollgelaufen. Typisches Müggelseerennen.

Nach und nach werden die Klinkerachter zum Steg geschleppt. Die niedrige Bordkante hat das Vollgelaufen begünstigt. Ein Achter kommt erst nach 60 Minuten ins Ziel. Vollgelaufen, zum Ufer gepaddelt,



Boot ausgeleert und ins Ziel gerudert. So geht's auch.

Und nun die Siegerehrung! Unsere Damen sind Zweite. Ein Super Team mit Super Ergebnis bei widrigem Wind und Welle. Und einem starken Feld aus Damenbooten!

Zu unserer Überraschung: Wir bekommen den Pokal für die älteste Mannschaft! Geholfen haben neben unglaublicher Fitness, Technik und Kraft, dass drei Boote vor uns abgesoffen sind und unser Altersdurchschnitt bei 68 Jahren lag. Pokal ist Pokal.

Die Party auf dem Steg geht los. Und die ist legendär und fordert die letzten Reserven.

Ein wunderbarer Sommerabend auf dem Steg geht zu Ende.

Nächstes Jahr steigt das 25 jährige Jubiläum der Müggelseeregatta. Unbedingt einplanen.



// Text: Reinhard Krotz

Fotos: Kristina Reymann



Gargnano-am-Gardasee



Paradewetter



Kranen in Bogliaco



Piazza della Vittorio in Brescia



IsoladelGarda



Sirmione-inSicht



Villa D'Annunzio



Porto di Gargnano



Ölig glattes Wasser



SoeinseltendämlicherHund



Ritterschmaus



Vorschiff der Puglia

DIE RITTER AUF DEM GARDASEE

Spektakuläre Wanderfahrten mit unserer schönen Fröhmosia Barke gehören für die Gruppe DIE RITTER zum "Markenkern":

Von der Memel und über die Maas, von Venedig nach Triest, über die Marne nach Paris..., ja das gehört zum Ritterprogramm. Und nach den großen Lago Maggiore und Lago di Como war auch noch der Gardasee zu erobern. Corona verhinderte dies zwei Jahre lang, aber der freundliche Hotelier vom "Riviera Garni" im schönen Westufer Hafendörfchen Gargnano hat unsere Anzahlung von 2020 drei Jahre lang treu gehütet, bis die Ritter in diesem Jahr endlich auf dem Gardasee starten konnten. Warum die Journaille so eine Lust daran hat, dem Gardasee das Wasser fehlen zu lassen, ist uns unbegreiflich: Es ist stets genügend Wasser vorhanden, vielleicht 30 cm weniger als üblich. Die Fahrt im gemieteten Luxus-V-Class mit der Barke im Anhängerschlepp dauert von Hamburg gut 14 Stunden, aber bei rechtzeitigem Aufbruch kann man um 20 Uhr am Seeufer in der Pizzeria Al Lago in Gargnano sein erstes Bier bestellen.

Das Hotel Riviera (und einige dazu-angemietete Apartments drumherum) zeigt sich mit seiner großen Terrasse hoch über dem See von der besten Seite, das typisch italienische Frühstück täglich perfekt. Die Barke in den See wassern kann man dann höchst komfortabel im 2km südlich entfernten Häfchen Bogliaco mit Kran.

Die erste Etappe am Sonntag nach Ankunft geht bei absolutem Glattwasser schon quer über den See in das gegenüberliegende Städtchen Torri del Benaco zu einem kleinen Schoppen am Hafen. Den ersten Abendliegeplatz suchen wir aber noch etwas weiter

südlich Richtung Bardolino in der kleinen Werfthafen-Base Rocca-Vela. Sehr erstaunt sind wir allerdings über die Liege-Gebühren: Die Barke nimmt den gleichen Platz ein wie ein Riesen-Motorboot, daher Tarif 75 EUR für die Übernachtung am Steg...

Auch am Montag scheint die Sonne und das Wasser ist spiegelglatt: abgelegt und 14km quer über den See nach Südwesten Richtung Sirmione. Der kleine Porticello Touristico im Norden der Halbinsel (nahe der Sehenswürdigkeiten) mit vielen Taxi-Booten weist uns ab, aber weiter gen Festland auf der Westseite von Sirmione ist ein riesengroßer Yachthafen mit viel Platz für uns: 100 EUR Liegegebühr! Aber alles perfekt und immer noch fußläufig zur berühmten Scaliger-Burg und der pittoresken Altstadt von Sirminone mit den Grotten des Catull.

Am folgenden Rudertag zeigt sich der Gardasee erneut spiegelglatt und wind-arm, die Sonne scheint und mit kräftigen Ruderschlägen wird Fröhmosia rund 15 km zunächst zur Mittagspause vor die Isola del Garda auf Reede gelegt, danach geht es aber noch weiter nach Nordwest in die Bucht von Salo. Mitten in der Stadt Saló hat der Club

Canotteri seinen Hafen und ein mondänes Clubhaus. Wir bekommen einen feinen Liegeplatz und höchst respektvollen Empfang im Clubhaus: Die Barke wird sehr bewundert, und auch unsere einheitliche Ruderkleidung mit Ritter-Cap machen Eindruck. Liegegebühr 150 EUR! Man ist eben wohl wer..

Wir fahren übrigens nach jeder Etappe wieder zurück in unser schönes Hotel Riviera in Gargnano, Landkommando mit V-Class und großem Volvo ermöglicht es. Gargnano bietet eine große Zahl von schönen Restaurants, am meisten angetan hat es den Rittersleut aber die Osteria Lo Zuavo direkt



Parco della Villa D'Annunzio



Frühstücksloggia



Ritterpicknick



Palazzo della Loggia in Brescia



Blutmond



Ritter Froehmosia Gardasee



2-maliger Sieger der Mille Miglia



Ritter auf dem Gardasee Mai 2023



Spezialität Eselsteak

am Hafen. Dort wird Augustiner-Bier (von 1328) frisch gezapft, und solange man sitzt und trinkt werden immer wieder Aufschnittplatten, Focaccia und andere Leckereien als Snacks auf den Tisch gestellt. Da bleibt man einfach sitzen...

Der trad. Ritter-"Kultur-Tag" wird extra auf den einzigen Regentag gelegt (Mittwoch) Ein Ausflug nach Brescia, sehr lohnenswert mit römischen Ausgrabungen, einer alten Burg und einer wundervollen Altstadt. Geradezu Sogwirkung auf die Ritter hat aber das "1000-Miglia" Museum mit einer Ausstellung der legendären Renn-Fahrzeug: Juwelen mit ihrer Chronik eines Mythos von dieser klassischen Rallye durch Italien.

Die letzte Ruderetappe auf dem Gardasee ab Saló führt uns am Donnerstag bei leicht welliger Fahrt zur Mittaggrast in die Lagune am Südufer von Toscolano Maderno und dann weiter in den Yachthafen Bogliaco, wenige km vor Gargnano. Dort kann die Barke exklusiv vertäut werden und am letzten Tag, Freitag, top-professionell auf den Kran-Haken genommen werden, alle Faszilitäten zum Saubermachen sind auch vorhanden, und ein nettes Hafenrestaurant mit Freiterrasse. Liegegebühr 100 EUR, Kran 120 EUR.

Am Sonnabend: Start 0600h, nach einer glatten Fahrt sind wir um 2015h am Club und stellen Fröhmosia unversehrt wieder auf dem Steg ab. 12 Ritter sind an dieser tollen Barkenfahrt beteiligt, 75km netto wurden gerudert. Fazit: alle drei oberitalienischen Lagi eignen sich hervorragend für eine Barkenfahrt, ein bisschen Wetterglück muss man haben: vermutlich ist der Zeitpunkt Anfang Mai besonders gut dafür.

// Text: Karl-Ernst Rothländer

Fotos: Walter Gebhard



Allemania Freshfields: Philipp Jehle, Torben Klopp, Patrick Schroeder, Leon Langner, Klaus-Stefan Hohenstatt, Severin Pretzel, Anne-Kathrin Bertke, Lennart Werbeck, Sue Behring (Steuerfrau) / GERMANEN Juristen: Christopher Brandt, Geert Johann Seelig, Michael Mader, Malte Ahlbrink, Philippe Rollin, Christian Schindler, Viktor v. Websky, Sebastian Horwitz, Vanja Kovacev, Eric Magnus Paul (Steuermann) / Hansa Hives: Armin Reidt, Edgar Nielsen, Elmar Thews, Jakob Wendel, Sönke Jensen, Stefan Guhr, Stefan Gutte, Volker Zaehle, Laura Gnotke (Steuerfrau) / Ritter-Sport: Steffen Leiwesmeier, Max Krahé, Christian Froehlich, Philipp Niesing, Charles Sinn, Antonio deRosis, Patric Unruh, Christian Siepmann, Maxi Kussatz (Steuerfrau)

Ritter-Sport "Breakfast Cup" um den silbernen Coffeepot

→ Teilnehmer sind Breitensport Mannschaften aus Rudergruppen von den RC Hansa (Hives), Allemania (Fresfields), Germania (Juristen) und Fari (Ritter-Sport).

Gegründet im Dezember 2014 (nachzulesen im Kurier 783-März 2015 Seite 17) wurde der Ritter-Sport "Breakfast-Cup" bis heute 10x gegen die befreundeten Nachbarn (Die Juristen, Germania) ausgetragen, nach 9 Jahren stand es harmonische 5:5.

Zeit für einen Neuanfang nach fast 10 Jahren: Der neu erweiterte Ritter-Sport Breakfast-Cup um den silbernen Coffeepot wurde am 1. Juni 2023 erstmalig zwischen unseren vier im Alsterhorizont sichtbaren Nachbarclubs ausgetragen, die guten Drähte von Ritter Steffen Leiwesmeier machten es möglich. Start um 0700h am Café Kliff, ca 1800m Regattastrecke bis zur Fari-Clubhausfahne mit Crewauswahlen vom Fari Ritter-Sport gegen die Hansa-Hives, die Freshfields vom Allemania und die Juristen vom Germania. Die Vier Gig-Achter (Skull) lieferten sich ein spannendes Rennen, welches am Ende die Hansa Crew mit Mas-

ter-Ruderer Volker Zaehle sehr überlegen als Sieger entscheiden konnte, dahinter fast gleichauf im Ziel Ritter-Sport auf Platz zwei, gefolgt von den Juristen und den Freshfields.

Der Silberne Coffeepot wurde unter Fanfarenklängen und launigen Worten durch den "Head of the Ritter" Karl-Ernst Rothländer beim anschließenden Fari-Clubhaus-Frühstück dem Hansa-Hives Team überreicht, die Verlierermannschaften haben das Frühstück nach dem Regatta-Comment zu bezahlen. Der Breakfast-Cup soll nun 2 mal im Jahr ausgetragen werden, der nächste Termin wird Ende November sein. Dabei soll die Freundschaft zwischen den beteiligten Mannschaften auch dadurch gefördert werden, dass das Frühstück reihum in den benachbarten Clubhäusern stattfindet.

// Text: Karl-Ernst Rothländer





Die FARI-„plus“- Spargelfahrt '23

→ Die Corona bedingt unterbrochene Tradition der alljährlichen vom Berliner Ruder-Club ausgehenden Spargelfahrt nach Paretz/Havel wurde wiederbelebt. Gewünscht von den „Jagonauten“ im Hamburger RCFH, organisiert von deren Gruppenkapitän Carl von Jagow und meinem Clubkameraden Horst Poscharsky. Letzterer nutzte die Gelegenheit nun diese Rudertour auch wieder clubübergreifend zu gestalten. Tatsächlich: Zehn Jagonauten der FARI, fünf BRC-Kameraden, ein „Spandauer Friesen“-Paar und ein Ehepaar vom Potsdamer Ruderclub Germania hatten zugesagt.

Anreise der Hanseaten am Freitag, dem 2. Juni; Abendessen auf der Clubterrasse: Osso buco mit Sellerie-Kartoffel-Stampf vom Chefkoch Wolfgang; Übernachtung im „Jungmann-Schlafsaal“ des Hauses. Nach dem Frühstück (für die Hamburger in Horst's Turmzimmer) gehen – bei Kaiserwetter – ein Doppelachter, ein Doppelsechser und ein Dreier` ohne` aufs Wasser: Kleiner Wannsee, Pohle-, Stölpchen- und Griebnitzsee.; über die Havel an Potsdam vorbei nach Werder zwecks Lunch im Fischrestaurant „Arielle“. Landung dann am Nachmittag (nach insgesamt 38 km) in Paretz, dem Sommersitz von Königin Luise. Quartier im „Storchenhof“ und im „Gutshof“ in Ketzin. Punkt 19:00 h dann der namensgebende Tour-Höhepunkt im Gasthaus an der Fähre. Beelitzer Spargel mit Schnitzel, reichlich!

Am Sonntag, nach üppigem Frühstück in den jeweiligen Quartieren, ein kurzer Fußmarsch zu den Booten auf der Badewiese. Die Rückfahrt geht über die idyllische Wublitz und weiter über den langen Sackrow-Paretz-Kanal mit Rast in der „Alten Meierei“ am Schloss Cecilienhof. Abschließend, vorbei an der Pfaueninsel, über den Großen Wannsee zurück zum Club. Fazit: Bei tollem Wetter ein riesiges Vergnügen.

Übrigens: Ab sofort ist die Meldeliste für die „Spargelfahrt '24“ eröffnet.
// Gastbeitrag von Dr. Peter Thies, BRC



Barken-Woche vom 01. – 09. Juli 2023

→ Zwischen den einzelnen Wanderruderfahrten wird unsere Barke für jedermann sichtbar auf dem Steg gelagert. So kam es zu Anfragen von Basti B. und Raimund K., ob man die Barke auch auf der Alster rudern könne. Das ist grundsätzlich möglich, nur das Slippen bei uns am Steg ist aufwendig. Raimund wollte am 03. Juli mit seinen Kollegen von der Sophie-Barat-Schule rudern und Basti hatte für den 08. Juli seine Hochzeitsfahrt auf der Alster geplant. Das bedeutete, die Barke zweimal zu Wasser bringen und wieder rausholen.

So entstand meine Idee zur Barken-Woche. Die Barke eine Woche ruderbereit auf dem Wasser am Steg festmachen. Das ergab die Gelegenheit für alle Gruppen, egal ob Schüler, Anfänger, Breitensportler oder Masters, die Barke kennen zu lernen, zu erproben oder neu zu entdecken. Außerdem wurde einmal slippen in und aus dem Wasser gespart. Das Interesse nach der Ausschreibung erschien viel versprechend. Also los.

Am Sonnabend, 01. Juli morgens um 07:30 Uhr, zur üblichen Ruderzeit, trafen sich die Sahn-Gruppe mit den Sputniks um die Barke am Steg zu Wasser zu lassen.

Aber schon gab es ein Problem. Der Kasten des Barkentrailers war verschlossen und der Schlüssel lag in der Werkstatt. Die war am Wochenende nicht besetzt, also auch verschlossen. Wer hatte einen Werkstattschlüssel? Verschiedene Telefonversuche scheiterten. Am Sonnabendmorgen geht wohl keiner gern ans Telefon. Als rettender Engel erschien irgendwann Malte, unser 1. Bootswart. Der Einzige mit Schlüsselgewalt an diesem Morgen. Also konnte es weitergehen mit dem Slippen. Unter strenger Beobachtung einiger Master-Ruderer wurde die Barke zu Wasser gelassen. Das funktionierte auf Grund der zahlreichen Helfer problemlos. Nach kurzer Erprobung durch das Slip-Team, wurde die Barke fachmännisch vertäut und gefendert am Steg festgemacht

Die Beteiligung an der Barkenwoche war überwältigend. Elf Rudergruppen und vier Einzelrunderer, die auf die Gruppen verteilt wurden, hatten sich angemeldet und genossen diese neue Möglichkeit des Ruderns nach dem Motto „Nice and long and not too strong“. Sogar die Schüler von Svenja waren begeistert.

Ein Lob an alle Benutzer. Die Barke wurde nach jeder Fahrt wieder aufgeklart und fachmännisch festgemacht. Sogar das Unwetter vom Mittwoch, mit Ruderverbot, hat der Barke im Wasser nichts ausgemacht.

Jedes Vergnügen hat mal ein Ende. So musste die Barke am Montag, 10. Juli wieder aus dem Wasser. Dazu hatten sich die Veterans, verstärkt durch einige Ruderer aus anderen Gruppen, bereit erklärt. Diese Aufgabe hatten sich einige Kameraden schwierig vorgestellt. Mit ausreichenden Helfern, Disziplin und physikalischen Grundkenntnissen (Schiefe Ebene) verlief auch diese Aktion problemlos. Die U30- Gruppe konnte abends nur noch die Abdeckplane auflegen und verzurren.

Fazit: Alles in allem eine gelungene Barken-Woche mit reger Beteiligung und positivem Echo. Übrigens haben externe Clubs wohl auch schon von der Aktion erfahren. Der Emdener Ruderverein hat angefragt, ob sie die Barke Anfang August 2024 für ein Wochenende in Hamburg ausleihen können. Na, dann schauen wir mal.

// Beste Grüße, Euer Wanderruderwart Christian Rehaag



Head of Amstel, Amsterdam 2023 mit St. Sue Behring (DHuGRC), Tobias Vogt, Simon Bösken, Leon Langners, Mats Stübe, Jakob Wieckmann, Jonas Müllers, Henrik Steinheusers, David Korb und Cornelius Grajecki



Head of the River, London 2023, Maximilian Melle, Hannes Willenbrock, Götz, David Adamaszek, Jonas Lieke, Benedikt Miller, Lars Walters, Maximilian Bitters und St. Leo Redlich. Nicht auf dem Foto aber dabei: Felix Adamaszek, Matyás Gietz und Cornelius Grajecki

Bucerius-Rudergruppe

→ Die Regattasaison 2023 hat ihre „Halbzeit“ erreicht und wir sind dabei! Wer wir sind? Die Bucerius-Rudergruppe, ein Zusammenschluss aus zahlreichen Ruderinnen und Ruderern, darunter Studierende, Promovierende und Ehemalige der Bucerius Law School sowie eine Handvoll „Quereinsteiger“.

Unsere Rudergruppe besteht schon seit mehr als zehn Jahren und ist stetig gewachsen – sie zählt mittlerweile um die 60 Sportlerinnen und Sportler, die entweder im CLUB oder in der Favorite Hammonia Mitglied sind. Zu finden sind wir an drei Tagen in der Woche auf dem Wasser oder auf dem Ergo und werden dabei von unserem Coach Cornelius Grajecki (genannt „Corny“) trainiert. Bei der Finanzierung der Ein-teiler und Regattateilnahme, insbesondere an den Deutschen Hochschulmeisterschaften, werden wir von der Kanzlei Gleiss Lutz unterstützt, ohne die dies nicht möglich wäre.

Hinter uns liegen in diesem Jahr drei Monate, in denen wir bereits in verschiedensten Konstellationen für drei Regatten trainiert haben: Angetreten sind wir mit einem Frauen-4x+ beim Brügge Boat Race, mit zwei Männer-4x+ beim Head of Amstel und mit einem Männer-8+ beim Head of the River London. Zusammengefasst lässt sich sagen: Wir sind zufrieden!

In Brügge traten wir mit vier CLUB-Frauen und Verstärkung aus Zürich unter ungewohnten Bedingungen an: Ohne Corny und ohne die Mitnahme unseres eigenen Bootes machten wir uns mit einer fast zehnstündigen Zugreise auf den Weg nach Brügge. Neben dem Rennen selbst war das Highlight des

Wochenendes das gemeinsame Abendessen am Vorabend des ersten Renntages, das in Etappen für alle Regattateilnehmer und -teilnehmerinnen in der Bootshalle des Vereins stattfand und bei dem man nicht nur Kontakte knüpfen, sondern auch alte Bekannte wiedertreffen konnte. Nachdem wir am Samstag einen wunderbaren Sightseeing-Tag verbracht und uns am Abend mit einer Menge Pasta gestärkt hatten, starteten wir am

Sonntagmorgen in einem vor Ort gemieteten Boot - leider bei einstelligen Temperaturen und konstantem Regen, sodass wir das 5 km lange „warmup“ auf dem Weg zum Start gut gebrauchen konnten. Als einziges Boot in unserer Rennkategorie traten wir zwar außer Konkurrenz an, konnten aber eine zufriedenstellende Zeit auf der 5 km langen Strecke einfahren.

Die Bucerius-Ruderer in London traten ebenfalls mit einem vor Ort gemieteten Boot an, das in Athen 2004 sogar schon Olympia-Silber einfahren konnte! Mit diesem schwimmenden Prachtstück blieben sie auch von den Widrigkeiten des letzten Jahres verschont - wir erinnern uns noch heute gern an abbrechende Ausleger und kaputte Steuer - und erzielten auf den knapp 7 km ihre bisher beste Regattaleistung bei diesem Rennen! Mit einem Rang 144 von 310 und einer ausschweifenden Party am Abend endete dieses erfolgreiche London-Wochenende.

Die Reise zum Head of Amstel begann für das Team mit einer mehrstündigen Autofahrt durch Regen und Schneesturm. Umso erfreulicher war es, am folgenden Renntag bei angenehmen Temperaturen und strahlendem Sonnenschein



abzulegen. Unsere Männer wurden auf der 7 km-Strecke in einem starken Teilnehmerfeld 8.- und 10.-Platzierte und wurden dabei besonders von Corny unterstützt, der mit seinem Klapprad und unter erschöpfender Anstrengung seiner Stimmbänder mehr Kilometer an der Rennstrecke zurücklegte als beide Boote zusammen. Das 8.-platzierte „Senioren“-Boot der schon erfahreneren Bucerius-Ruderer verbesserte ihre Leistung im Vergleich zum Vorjahr erheblich und auch für das 10.-platzierte Boot stellte die Regatta einen vollen Erfolg dar: Nach nur einjähriger Rudererfahrung fuhren sie eine wunderbare Zeit ein, mit der sie beweisen konnten, dass sie seit ihrem Anfängertraining im Frühjahr 2022 fleißig trainiert haben.

Apropos Anfängertraining! Als Unimannschaft muss man sich natürlich um Nachwuchs kümmern. Eine weitere Besonderheit unserer Trainingsgruppe ist daher die einmal im Jahr angebotene, von uns selbst organisierte und mit Booten der Fari ausgerichtete Ausbildung für Ruderinteressierte. So bringen wir aktuell wieder ca. 20 Einsteigerinnen und Einsteigern über drei Monate hinweg und an den Trimester-Turnus der Hochschule angepasst das Rudern bei, um sie anschließend in unserer Gruppe willkommen zu heißen und den Weg in den CLUB bzw. in die Fari zu bereiten.

// Text: Sue Behring,

Fotos: Lars Christansen,

Der Hamburger und Germania Ruder Club

clermont Second Hand Partner 

USM HALLER SOFORT ABHOLBEREIT



 LUDOLFSTR. 48 - 54; 20249 HAMBURG
TELEFON: 040 60778720
WWW.CLERMONTDESIGNKLASSIKER.DE



AUSSTELLUNGSSTÜCKE + MESSERÜCKLÄUFER

NUR MUT!

Riemenrudern – leicht gemacht



Fabian Hübner auf Schlag und Leo Langwieser vom RC „Allemannia von 1866“ Hamburg, Deutsche Jahrgangsvizemeister 2022 in Achter und Vierer

Schon einmal im Riemenboot gerudert? Viele haben Respekt, ja sogar Angst davor. Aber diese Furcht ist unberechtigt. Denn vieles, was im Skullen wichtig ist, gilt auch für das Riemenrudern – und schwerer zu erlernen ist es keinesfalls – im Gegenteil.



Blattführung: In der Auslage fallen die Riemenblätter senkrecht ins Wasser und „kuppeln“ knapp unterhalb der Wasseroberfläche ein...



...im Durchzug werden sie flach durchs Wasser geführt. Der Oberkörper richtet sich auf, die Beine gehen in die Streckung, die Arme bleiben noch gestreckt.

Die Liste der Gemeinsamkeiten zwischen Skull- und Riemenrudern ist lang und beginnt bereits mit dem mittigen, bequemen Sitzen. Achten Sie auf gleichmäßigem Druck auf den beiden Rollsitzhälften. Auch die Arm- und Beinarbeit ist weitgehend identisch, ebenso die Regeln für eine gute Blattführung. Aber es gibt Unterschiede zum Skullrudern:

Handführung:

Beide Hände fassen den Riemen, die Hand am Griffende des Riemens ist die Außenhand. Die andere Hand ist die Innenhand, sie umfasst den Riemengriff gut zwei Hände breit daneben. Die Steuerung des Riemens, also das Auf- und Abdrehen des Ruderblattes, übernimmt ausschließlich die Innenhand. Die Außenhand drückt lediglich mit dem kleinen Finger den Riemen leicht in Richtung Dolle, damit er nicht herausrutscht.

Krafteinsatz:

Die Hände haben beim Riemenrudern unterschiedliche Aufgaben. Dies führt häufig dazu, dass der Krafteinsatz unterschiedlich ist. Oft wird der Zug mit der Außenhand vernachlässigt. Dies ist jedoch ungünstig. Beide Arme ziehen gleichmäßig am Riemen! Damit beide Arme auch im Endzug gleichmäßig ziehen können, muss das Stemmbrett weit genug heckwärts stehen.

Stemmbretteinstellung:

Beim Riemenrudern wird das Stemmbrett so weit ins Heck gestellt, dass der Riemengriff in der Rücklage noch ein wenig seitlich am Körper vorbeiragt. Der Grund: Nur so kann das Handgelenk der Außenhand im Endzug gerade bleiben. Ist in der Rücklage nicht genügend Platz, knickt das Handgelenk vor dem Körper zu sehr ab. Wenn der Griff dagegen im Endzug handbreit am Körper vorbeiführt, kann die Außenhand den Ruderschlag beenden, ohne das Handgelenk abzuwinkeln.

Körperbewegung (aus dem Endzug heraus):

Wie beim Skullen gehen zunächst die Hände zu den Knien und ziehen von da an den Oberkörper in Vorlage – erst dann beugen sich die Beine und die Knie heben sich. Denken Sie daran: Bevor Sie nach vorn rollen, sind die Arme fast durchgestreckt und der Oberkörper nach vorn gebeugt, hat also bereits die Position



Erst in der letzten Phase des Ruderschlags übernehmen die Arme den Ruderzug. Am Ende wird der Riemen „unmerklich“ senkrecht aus dem Wasser gehebelt.

wie in der Auslage erreicht. Nun ziehen Sie sich mit den Füßen aktiv an das Stemmbrett heran, ziehen das Boot quasi unter sich durch. Diese Rollbewegung nach vorn geschieht in größter Ruhe, ohne Hektik, die einzelnen Teilbewegungen greifen nahtlos ineinander.

In der Auslage sind die beiden Hände an den Griffen aufgrund der schrägen Stellung des Riemens nicht parallel wie beim Skullen, sondern die Schulter der Außenhand ist leicht nach vorn eingedreht. Beim Backbordruderer rotiert also die linke Schulter leicht versetzt vor die rechte Schulter. Achten Sie darauf, dass die Schultern in der Horizontalen dennoch auf einer Höhe bleiben und nicht „abtauchen“. Beide Arme sind jetzt gestreckt. Auch der Kopf ist aufrecht und gerade, die Augen schauen nach vorn.

+ Tipp:

Verzichten Sie zunächst auf das Freiwasserfahren. Machen Sie sich frei von allen Gleichgewichtsproblemen. Ihr Riemenblatt auf dem Wasser ist eine Art Stützkufe. Denn: Die Wasseroberfläche ist Ihr bester Freund! Solange Sie mit den Riemen übers Wasser streichen, scannen Sie quasi die Wasseroberfläche und finden so automatisch die Ebene, auf der Sie den Riemen gut führen können.

Wenn Sie sich dann vorstellen, jemand legt eine Zwei-Euro-Münze auf Ihre Handrücken, sodass beide Arme marginal schwerer werden und damit der Riemen vom Wasser abhebt. Damit treffen Sie dann die richtige „Etage“ zum Vorführen des Riemens in die Auslage. Aber das braucht Zeit. Je mehr Sicherheit Sie hier entwickeln, desto entspannter können Sie rudern. Entspannung ist das Geheimnis des guten Ruderns. Wenn Ihnen dies gelingt, läuft der Riemen irgendwann von ganz allein wasserfrei. Aber dies steht am Ende, nicht am Anfang der Entwicklung.



In der Freilaufphase gehen die Arme vor, das Riemenblatt wird erneut aufgedreht, sobald die Arme die Knie passiert haben. Erst dann gehen die Knie hoch.

Sobald der Riemen unterhalb der Wasseroberfläche „einkuppelt“, beginnt die Druckphase. Die Beine drücken sich gleichmäßig vom Stembrett ab und beginnen mit der Streckung. Die Arme bleiben weiterhin gestreckt, erst kurz bevor die Beine in der Streckung ankommen und der Oberkörper sein „Durchpendeln“ nahezu abgeschlossen hat, übernehmen sie den Ruderzug, beugen sich und ziehen den Griff Richtung unterer Rippenbogen, um den Ruderzug zu beenden.

Durch ein leichtes Tippen auf den Griff wird der Riemen aus dem Wasser gehoben, die Innenhand dreht den Riemen ab. Die Hände gehen unmittelbar vor und der Ruderschlag beginnt erneut.

Blattführung:

Während der Rollbewegung nach vorn schwebt der Riemen horizontal knapp oberhalb der Wasseroberfläche. Sobald die Hände die Knie passiert haben, kann das Aufdrehen des Blattes beginnen. Dies übernimmt die Innenhand, während der Riemen in der Außenhand locker rotiert. Spätestens vor dem „Einkuppeln“ ins Wasser steht das Ruderblatt senkrecht und taucht in der vorderen Umkehr gerade so tief, dass die Blattfläche bedeckt wird.

In der Zugphase wird das Ruderblatt knapp unterhalb der Wasseroberfläche geführt. Stellen Sie sich vor, Sie ziehen den Riemen über eine imaginäre Tischplatte, also ganz gerade zu sich heran – und nicht in einer Kurve oder von oben nach unten in Richtung Leiste. Nur ein gerader Zug sorgt für einen geraden Lauf des Riemens im Wasser. Am Ende des Ruderzugs wird das Ruderblatt senkrecht ausgehebelt und danach wiederum mit der Innenhand abgedreht.

Unterschied zum Skullen:

Der Unterschied zum Skullen tritt erst zu Beginn und am Ende der Ruderbewegung auf – in der Auslage und im Endzug, bei denen der Oberkörper ein wenig eindreht und um die Dolle rotiert. In der Auslage schaffen die Beine für diese leichte Eindrehung Platz, das heißt, die Knie öffnen sich, indem das Außenbein seitlich ein wenig abspreizt. Diese Lücke nutzt die Außenhand, sie wandert zwischen die Beine, um so in die volle Auslage zu gelangen.

Schlaglänge:

Stärker noch als beim Skullen gilt beim Riemenrudern die Gleichung: Länge des Ruderschlags = Geschwindigkeit. Ein schnelles Boot hat nicht so sehr derjenige, der schnell schlägt, aber dabei kürzer wird, sondern derjenige, der bequem lang fahren kann und zudem bei höheren Frequenzen in der Lage ist, diese Länge auch zu halten.

// Text und Fotos: THOMAS KOSINSKI

Übungen

Pausenschläge: Frieren Sie die Ruderbewegung in einer bestimmten Position des Schlages ein, zählen Sie im Geiste bis drei und setzen Sie den Ruderschlag fort. Klassischerweise am Ende der Druckphase, wenn die Arme Richtung unterer Rippenbogen gezogen haben. Auf diese Weise wird die Bewegung im Endzug präziser und das Boot erfährt plötzlich keinen Impuls mehr, gleitet störungsfrei und oft sogar mit mehr Tempo weiter. Denkbar sind auch andere Positionen: in der

Auslage, nach dem Händeweg in der Freilaufphase. Wichtig ist, diesen gemeinsamen Punkt zu verabreden und zu suchen – und vielleicht sogar auch zu genießen.

Weniger Druck: Eine Möglichkeit, die Qualität des Ruderschlags zu erhöhen: Rudern Sie mit weniger Kraft, achten Sie mehr auf die Vollständigkeit und Genauigkeit der Bewegung, also zum Beispiel nicht das Ruderblatt in der hinteren Umkehr auswaschen oder senkrecht eintauchen des Ruderblatts in der vorderen Umkehr.

Mit einer Hand: Rudern Sie nur mit der Innenhand, die ja auch den Riemen dreht.

Sie werden merken, dass Ihre Innenhand fast die gleiche Bewegung macht wie eine Skullhand. Sie dreht das Blatt auf, tippt es leicht aus dem Wasser und lässt es fallen. Die Außenhand greift nach ca. zehn Schlägen wieder an den Griff und bietet eine zusätzliche Sicherheit bei der Schlagbewegung. Steigerung: Fahren Sie nur mit der Außenhand. Hier müssen Sie nun entweder mit stehendem Blatt rudern oder die Außenhand übernimmt die Drehung, was ungewohnt ist, aber das Gefühl für den Riemen stärkt.

+ Tipp:

Beim Riemenrudern sitzen Sie nie allein im Boot, Sie kooperieren mit einem Partner, der den Riemen auf der anderen Seite des Bootes bedient. Versuchen Sie so zu rudern, dass es Ihr Partner möglichst einfach hat. Dann haben auch Sie es einfacher. Je kalkulierbarer und gleichmäßiger Sie rudern, umso leichter machen Sie es sich beiden.

Fehleranalyse

aus Gewohnheit auch beim Riemenrudern, den Oberkörper gerade zu lassen. Lösung: Beim Riemenrudern folgt der Oberkörper dem Riemen. Kontrollieren Sie: In der Auslage stehen Oberkörperachse und Innenhebel, also der Teil des Riemens vom Griff bis zur Dolle, den Sie auch sehen können beim Rudern, parallel zueinander.

Blatt wischt aus: Im Endzug hebt sich das Blatt langsam aus dem Wasser. Lösung: Sie ziehen zu stark Richtung Leiste. Ziehen Sie den Riemengriff höher, knapp unter die Brust. Tipp: Wenn man schön mutig mit beiden Händen an den Körper heranzieht und das Ruderblatt senkrecht bleibt, kriecht man hinter dem Blatt ein kleines „Loch“ im Wasser, aus dem der Riemen fast von allein „herausfluppt“.

Kein Platz vor dem Körper: Sie ziehen im Endzug den Riemen zu sich heran und haben plötzlich keinen Platz mehr vor dem Bauch. Lösung: Überprüfen Sie die Einstellung des Stembretts. Und: Achten Sie darauf, dass Sie genügend Rücklage haben. Der Innenarm zieht am Körper vorbei, nur der Außenarm berührt den Körper seitlich. Knicken Sie dagegen mit den Handgelenken ab, hauen Sie sich im Endzug mit den Armen in den Bauch und können auch nicht mehr sauber aushebeln.



Körperbewegung: In der Auslage schaffen die Knie Platz für die Arme. Der Außenarm greift zwischen die Beine, die Schulter dreht sich parallel zum Riemen um die Dolle



In der Druckphase treten die Beine ins Stembrett, die Arme bleiben in der Streckung und „hängen“ am Riemen.



Kurz bevor die Beine gestreckt sind, beginnen die Arme zu ziehen Richtung oberer Rippenbogen. Die Außenhand zieht am Körper vorbei.



In der Rücklage sind die Arme gebeugt, die Handgelenke aber nicht abgewinkelt. Hier hat der Schlagmann das Ruderblatt bereits ausgehoben und mit der Innenhand abgedreht.

Ist Riemenrudern ungesund?

Oft wird das Riemenrudern als schlecht für den Rücken bezeichnet. Beim Skullen zieht jeder Arm an einem Ruder, der Körper bewegt sich gleichmäßig, die Arme gleichzeitig und die beiden Körperhälften vor allem gleichzeitig. Riemenrudern dagegen ist in Auslage und in Endphase asymmetrisch. Der Körper folgt beim Anrollen und im Durchzug dem Griff des Ruderblattes. Die Schulterachse dreht sich in der Auslage in Richtung des Riemens, im Endzug erfolgt eine leichte Gegenrotation. Dieses ansatzweise Drehen um Dolle führt zu einer leichten Verwindung des Oberkörpers. Durch diese unterschiedliche Belastung kann auf Dauer zu Dysbalancen in der Muskulatur führen.

Dies bedeutet aber keineswegs, dass Riemenrudern ungesund oder gar gesundheitsgefährdend ist. Über Rückenprobleme klagen auch Skuller. Entscheidend ist immer eine gute Technik, mit der man sich vor

Überlastungen schützt. Im Hochleistungssport kann Rudern – ob Skull oder Riemen – zu Rückenproblemen führen. Ursachen sind hier die hohen Trainingsumfänge und der dauerhaft starke Krafteinsatz. Im Freizeitbereich führt vor allem eine ungünstige Rudertechnik zu Rücken- oder Schulterproblemen. Wenn Sie nach dem Rudern Schmerzen verspüren, sollten Sie nicht generell mit dem Rudern aufhören, sondern Ihre Rudertechnik verbessern.

Beim Riemenrudern wird es deshalb auch als angenehm empfunden, nach einer gewissen Zeit den Bootsplatz von Backbord auf Steuerbord und umgekehrt zu wechseln. Vorteil: Dies trainiert auch gleichzeitig die andere Körperseite mit der dazugehörigen Muskulatur. Dieses quasi seitenverdrehte Rudern unterstützt das Lernen der Ruderbewegung.

JETZT BESTELLEN!

RUND UMS RUDERBOOT

Bootpfege, Checklisten und Tipps von unseren Experten

Ein Sonderheft von **rudersport**

Bestellungen unter:

07031/862-851

vertrieb@sportverlag-sindelfingen.de

Oder direkt auf unserer Website:
www.rudersport-magazin.de



Preis:
14,90 €
inkl. MwSt.
und Versand



FAVORITEN, FREUNDE UND FEUERWERK

Die Kirschblüte dient als wichtiges Symbol für den Aufbruch und verkörpert den Anfang des Frühlings. Auch das Kirschblütenfest hat in Hamburg eine lange Tradition und wird seit 1968 ebenso gefeiert. Seither bedankt sich die japanische Gemeinde Hamburg jährlich bei der Hansestadt für ihre Gastfreundschaft. Das Highlight dieses Festes ist das Jahr für Jahr stattfindende Feuerwerk über der Außenalster, welches traditionell am Freitagabend des Festwochenendes stattfindet. Leider gab es aufgrund unterschiedlicher Gründe eine Zwangspause von drei Jahren, aber dieses Jahr war es endlich wieder soweit: am 19. Mai 2023 fand das Feuerwerk wieder statt. Wir als Favorite Hammonia genießen eine mehr als exquisite Lage um das Feuerwerk aus erster Reihe zu bewundern. Diese Lage in erster Reihe muss genutzt werden und daher haben sich die Likedeeler und die U30 Breitensport Gruppe zusammengesetzt, um ein Fest auf dem Steg zu organisieren. Mit mehr als 15 Helfern wurden Gewichte verlagert, Kisten geschleppt, Plakate geklebt und Bierbänke aufgebaut. Als die Tore zum Steg aufgeschlossen wurden, standen bereits die ersten Gäste wartend in der Schlange. Zahlreiche Clubmitglieder kamen in Begleitung von Familie und Freunden. So füllte sich im Laufe des Abends der Steg und der Krafraum mit ca. 200 Gästen.

Für das leibliche Wohl sorgten Mitglieder der Likedeeler bzw. U30 Gruppe in dem Würstchen vom Grill mit Kartoffel- oder Krautsalat und eine breite Auswahl an Getränken angeboten wurden. Gegen 22:30 Uhr startet das Feuerwerk auf der Außenalster und alle Gäste konnten das Feuerwerk aus bester Perspektive genießen. Für ca. eine halbe Stunde waren alle Blicke gebannt auf die



Mitte der Außenalster gerichtet, während eine wirklich beeindruckende Show am Himmel abgefeuert wurde.

Nachdem das fantastische Feuerwerk beendet war, feierten einige Favoriten noch kräftig weiter und halfen am Anschluss beim Aufräumen.

Wir freuen uns auf das kommende Kirschblütenfest und hoffentlich wieder so zahlreiche Favoriten mit Familie und Freunden!

// Text: Paul-Niklas Hinkel, Beisitzer Geselligkeit,
Foto: Ingo von Schönberg

Kirschblütenfest – ein Kommentar von Theo Ransmayer

Viele, viele Menschen kamen. Die Außenalster war ausgebucht. Besucher an allen Ufern, Straßen und Plätzen. Glücklicherweise, wer ohne Auto kam. Zigtausende wollten das Feuerwerk sehen und wurden von der Vorstellung nicht enttäuscht. Der Wind kam von Norden und warf die Lichterflut direkt vors Haus.

Auf dem Gelände unseres Clubs war ab 19 Uhr kein Sitzplatz mehr zu ergattern. Die Veranstaltung der Ökonomie war ebenfalls ausgebucht.

Leider hat sich eine Zweiklassengesellschaft entwickelt. Die Favoriten konnten wählen zwischen einem Spargel Engagement zu 75 Euro oder, einer Jugendveranstaltung mit gegrillter Bratwurst zu 3 Euro. Zusammen mit Eintritt, und Limo also 10 Euro. Ein tolles Angebot. Ich

bevorzugte erstmals das günstige Angebot. Das Arrangement mit 75 Euro und teilweise eng auf Bänken zusammengepfercht, war mir doch zu happig.

Glückwunsch zu der sicherlich auch ertragreichen Veranstaltung unserer Jugend. Es war eine gute Gelegenheit unseren Ruder Club Favorite Hammonia auch Freunden, Familienangehörigen zu präsentieren.

Nachdenklich macht das teure Angebot der Ökonomie. Ich erinnere mich gern an frühere Jahre. Damals waren nahezu alle Gäste Mitglieder und deren Angehörige. Inzwischen sind sie die Minderheit. Unser damaliger „Erste“, Pit Hüpeden, hat die Kirschblütenprinzessin sogar japanisch begrüßt. Leider konnten weder die Gäste noch die gebürtige Hamburger Kirschblüten-Deern kein Wort davon verstehen... Wir jedenfalls waren begeistert über diese unsere Clubveranstaltung.

Es ist zu hoffen und zu wünschen, dass Veranstaltungen der Ökonomie bei solchen Gelegenheiten wieder überwiegend von Mitgliedern besucht werden. Dies setzt aber voraus, dass die Preise gedeckelt und für die meisten erschwinglich werden.

Im Gespräch mit

MARTIN BLÜTHMANN, >THE ACTIVE<



Martin mit Freddi auf dem FARI Steg

Martin, dir wurde kürzlich die – und zwar die erste – „FARI Ehrennadel“ * verliehen. Zu Recht, denn die Liste deiner entsprechenden Taten ist lang. Sie hier alle aufzuzählen wäre müßig. Lass uns dennoch in diesem Gespräch einige davon konkretisieren.

Über die Ehrennadel habe ich mich unglaublich gefreut. Zum einen, weil sie unverhofft kam, sie es zuvor gar nicht gab. Zum anderen, weil dadurch gerade das Inklusionsprojekt bekannter wurde. Dabei geht es mir nicht um mich. Aber wer sich einbringt – und vor allen Dingen womit – darf auch mal einen Punkt machen.

Uns allen bekannt ist dein Engagement für die Ruder-Bundesliga. Da wird es im September auf der Binnenalster wieder hoch spannend. Und bis dahin hart für dich.

Ooooh, das ist alles machbar. Und ich habe mit Dierk, Dyti und Stefan tolle Mitstreiter. Wir freuen uns auch drauf. Wir werden schließlich an dem tollen Erfolg gemessen, den wir schon im letzten Jahr nicht nur bei den Ruderinnen und Ruderern, sondern auch medial und somit in der Stadt hatten. Wir haben ein paar Dinge einfach anders und zeitgemäßer gemacht. Und vor allen Dingen so die Fari sehr modern, offen und würdig vertreten. Wir müssen uns auch diesmal attraktiv verkaufen, so von wegen Nachwuchs, Reputation, Kohle...

Aber nach wie vor schlägt dein Herz für unsere „Liga-Männer“ im schwarzen Boot.

Absolut. Die Truppe, wie auch die RBL-Idee, liegt mir sehr am Herzen. Seit vier Jahren sind wir dabei. Und wir wollen dieses Jahr noch weiter nach vorn, obwohl der Tabellenplatz noch gar nicht so sehr danach aussieht. Aktuell sind wir Vierter, was ja auch nicht übel ist. Aber die Jungs haben mehr Potenzial, da bin ich mir sicher. Und dann sind auch Aufwand und Kosten zu hoch, um da nur mal eben mitzufahren. Wichtig: Dank unserer Partner Simon & Schulenberg, dem Golf Lounge Resort und Primetime Fitness (hier handelt der Achter drei- bis viermal die Woche), trägt sich das Projekt selbst. Letztlich haben wir der Fari sogar einen Achter errudert. Den hatte unser toller Sponsor Christoph Simon mit seiner Kanzlei ja als Siegesprämie ausgesetzt, und wir haben vorletztes Jahr in Münster „geliefert“. Mal gucken, wo wir dieses Jahr noch landen. Wir freuen uns

natürlich auf zumindest große Unterstützung

der Favoriten hier in Hamburg, wenn wir am 16. September die Binnenalster zum Glühen bringen.

Das schwarze Schiff macht Eindruck. Deine Mannschaft auch?

Das sind alles ganz lustige Vögel. Generation Z eben. Schwer einzufangen, alle sehr selbstbewusst, sehr medial unterwegs, aber am Ende des Tages: alles ganz strebsame, smarte und gut aufgestellte Jungs.

Als Steuermann sitzt du nicht im Boot. Wohl aber am Schreibtisch deiner gleichnamigen Hamburger Werbeagentur.

Na ja, ich mache während meines ganzen Berufslebens Marketing. Habe in Nürnberg/Erlangen und Kiel BWL mit den Schwerpunkten Marketing und Innovationsmanagement studiert, hatte als Nebenfach Psychologie, war dann im Marketing bei Kraft Foods, um später zu Axel Springer zu wechseln. Das hatte gute Seiten, ich war z.B. eine Weile in New York, um dort als Interim-CEO eine Zeitung wieder auf Vordermann zu bringen. Das war eine sehr renommierte jüdische Zeitung, eine großartige Erfahrung. Zurück in Deutschland wollte ich dann erst recht lieber mein eigenes Ding machen, hatte aber zum Beispiel auch auf Bild. de keine Lust, by the way. Also bin ich bei Springer weg und gründete meine eigene Agentur, die heißt tatsächlich steuermann. Heute sind wir eine Marketing- und Werbeagentur und machen nur Projekte, mit denen wir ethisch gut umgehen können. Das ist mein Anspruch. Aber geben dann dabei richtig Gas. Wir beraten viel und können wirklich helfen. Wir arbeiten z. B. gerade an einem großartigen Projekt für die Allianz, haben aber auch diverse Mittelständler unterschiedlichster Branchen als Kunden am Start.

Mit deiner Zeitschrift >sporting< geht dein Blick auch über den Ruderhorizont hinaus, macht das sportliche Geschehen in unserer „Active City“ sehens- und lesenswert.

Das freut mich. Ja, neben der Agentur habe ich vor acht Jahren sporting hamburg ins Leben gerufen. Weil ich finde, dass Sport so viel leistet. Für den einzelnen Menschen, aber auch für unsere Gesellschaft. Und viel zu viele dieser schönen Geschichten, die dabei entstehen, kommen gar nicht in die Öffentlichkeit. Das wollten wir ändern. Und dann wollen wir die Menschen motivieren sich zu bewegen und sie informieren – und Geld verdienen müssen wir damit auch.

Wir berichten über den Hamburger Sport in all seiner Vielfalt, arbeiten mit Hamburg

*) gestiftet von Gunther Freudental



Feierlaune mit „seinen“ RBL Jungs am Jungfernstieg

Active City und vielen Vereinen und Verbänden zusammen. Und haben dabei großen Spaß. Denn Sportler und Sportlerinnen sind ja fast ausnahmslos nett.

Dein ehrenamtliches Engagement endet nicht am sprichwörtlichen Hamburger Tor zur Welt. Vielmehr stellst du deine Kreativität und Tatkraft nun auch erfolgreich in den Dienst der Ukrainehilfe. Jeder kann in der Europapassage am Ballindamm mit seiner Körperkraft die Kriegsnot ein wenig lindern – einfach genial!

Oh, vielen Dank. Na ja, das Projekt ist wirklich schön, macht aber auch super viel Arbeit, die wir natürlich unentgeltlich leisten. Aber wenn Du mich fragst, ob ich das noch mal machen würde... Aber Spaß beiseite: Natürlich, denn das Projekt ist wirklich klasse, sehr verbindend, sehr viel Gemeinsinn stiftend. Und ca. 80.000 Euro sind auch schon zusammen gekommen. Die Fari hat ja auch schon geradelt, kann auch gern noch mal kommen, das Jahr ist noch lang. Das erradelte Geld geht komplett an „we are all ukrainians“, die haben die direkten Drähte in die Ukraine. Mit denen haben wir drei konkrete Projekte definiert. Also, wer helfen oder mitradeln möchte, meldet sich gern. Helfen tut nicht weh und kann sogar richtig Spaß machen.



Die Fari ist deine Heimat. (Auch dein Hund Freddi fühlt sich wohl bei uns.) Mit deiner Initiative hast du nicht nur jungen Menschen mit körperlichen und geistigen Einschränkungen das Rudern bei uns ermöglicht, sondern auch der Fari das Glück der Verleihung eines hochdotierten Preises beschert.

Man könnte meinen, ich hätte zu viel Zeit, aber tatsächlich ist mir die Inklusionsgruppe so über Nacht erschienen und ich bereue keine Minute. Für mich persönlich ist diese Sache absolut bereichernd. Und ich habe selten so viel Dankbarkeit erlebt.

Unsere Gesellschaft ist breit aufgestellt und vielfältig. Wir sollten dafür Sorge tragen, alle teilhaben zu lassen. Und da ist die Idee Menschen mit geistiger Beeinträchtigung das Rudern zu ermöglichen eigentlich nur ein kleiner Schritt. Die Barrieren sind in unseren Köpfen.

Die gilt es aufzubrechen, sodass es völlig egal ist, wem wir in der Fari sehr gern beim Boottragen helfen. Und was heißt schon „Beeinträchtigung“. Ich hatte auch mal einen Schlaganfall. Also, worüber reden wir? Ich hatte mal einen Sportler in der Gruppe, der zu mir gesagt hat, er sei verrückt. Da war ich zunächst total entsetzt. Meine Antwort war dann: „Dann bist du hier in der Fari genau richtig“. Die Fari kann das. Muss so etwas machen. Daran wachsen wir.

Du bist Favorit seit 19 Jahren. Was bringt die Fari dir?

Die Fari ist eine tolle Gemeinschaft, ich habe viele Freunde und hilfsbereite Menschen um mich, und ich weiß, wenn ich heute meiner Gruppe schreiben würde, dass ich Hilfe brauche, wären alle da. Aber ich glaube, wir können sogar noch besser, wenn wir über die Gruppen hinaus noch mehr auf einander zugehen. Durch New-Work, Home-Office und all die medialen Möglichkeiten, driftet unsere Gesellschaft ganz schön auseinander. Da ist die Fari ein Gegenmodell. Dabei ist es nicht doof, einen Zweier online zu buchen oder das Training über

WhatsApp zu koordinieren (das ist praktisch und sinnvoll), sondern vielmehr die Möglichkeiten, sich gegenseitig beim Boottragen zu helfen, unter der Dusche und in der Umkleidekabine mit einander zu schnacken, und das möglichst Generationen übergreifend.

Und was wünschst du dir für die Zukunft unseres Clubs?

Wir sind sportlich und infrastrukturell toll aufgestellt. Aber ich glaube, dass Miteinander können wir noch besser, indem wir noch mehr Verständnis für einander aufbringen; einander zuhören. Auch indem z.B. unsere Selbständigen unseren Sportlern Praktikumsplätze vermitteln, oder günstige Wohnungen oder indem wir ermöglichen, dass die Jugend den Älteren den Umgang mit einem Smartphone erklärt, indem wir gemeinsam am Tresen stehen, feiern und uns auch was zu sagen haben. Vielleicht braucht es dazu noch ein, zwei knackige Events mehr. So „Kennerlernabende“ 😊. Die Fari ist ein cooler Laden. Erstrecht, wenn es uns gelingt unsere Werte und Tradition immer mit den Trends und Ideen, dem Zeitgeist und dem aktuellen Leben in Balance zu halten. Stillstand ist kein guter Ruderkamerad.

// Das Gespräch führte Horst Poscharsky, Fotos: Ingo von Schönberg



"Hamburg tritt an!" in der Europa Passage



Auf dem Wasser mit „Fun Fari“



HERZLICH WILLKOMMEN

in der FARI Ruderfamilie!

Michael Burmeister

Unsere neuen Mitglieder stellen sich vor

Michael Burmeister

Als frischer gebackener Rentner wollte ich nun endlich wieder mit dem Rudern anfangen. Schon als Jugendlicher hatte ich unter Gerhard Meyboden und Hans-Heinrich Busse vier Jahre gerudert und Regatten gefahren. Da ich als IBM-Testmanager beruflich immer viel unterwegs war, hatte sich leider nie die Möglichkeit ergeben, dies regelmäßig einzubauen. Und jetzt sollte es nach 43 Jahren Pause wieder losgehen; am liebsten im Riemenachter. Der Internet-Auftritt der Fari gefiel mir am besten. Viele Mannschaften wurden vorgestellt und haben mir einen positiven Eindruck vermittelt. Ich bin dann zunächst zu Nils gegangen, um zu sehen, ob ich es überhaupt noch kann. Und es gab eine große Überraschung: Rudern ist tatsächlich wie Fahrradfahren. Wer es einmal gut gelernt und trainiert hat, der kommt schnell wieder rein. Aufgemuntert durch die lobenden Worte von Nils habe ich dann nach einer Mannschaft gesucht. Mein Wunsch war ein „senioriges“ Team im Breitensport zu finden, das gemeinsam rudert und in geselliger Runde Spaß hat. Nach Abstimmung mit Corny konnte ich mich bei Gert-Rüdiger „Spiddel“, Wüstney und dem leider viel zu früh verstorbenen Michael Heimsoth in der Di-Runde melden. Was soll ich sagen? Es ist eine großartige Gruppe, genauso wie ich es erhofft hatte. Und so kommt zusammen, was zusammengehört. Abgeschlossen ist das Aufnahmeprozeder aber erst richtig nach der ersten Getränke-Runde, wenn man auch „so ein selten dämlicher Hund“ ist. Jetzt kommt der nächste Wunsch, eine Wander-Ruderfahrt mit schöner Landschaft, überschaubaren Etappen und ganz viel Spaß. Vielleicht kann ich dann wieder berichten.

Thalès Töpfer

Was hat dich in die Fari verschlagen?:
Das Sommercamp und der Ferienpass
Warum möchtest du diesen Sport betreiben?:
Weil es mir sehr doll Spaß macht.
Hast du sportliche Ziele, oder möchtest du "einfach rudern"?:
Ich möchte auf eine WM, EM oder Olympia fahren.
Worauf freust du dich noch diesen Sommer?
Auf meine erste Regatta, die an meinem Geburtstag ist (02.09)
Was machst du sonst in deiner Freizeit?
Ich spiele gerne Fußball mit meinen Freunden
Was machst du sonst so? Bist du berufstätig (und als was?), noch in der Ausbildung oder schon im Ruhestand?
Ich bin Schuler und komme dieses Jahr ins Gymnasium
Bist du Hamburger oder zugezogen?
Hamburger
Wie beschreiben dich deine Freunde/Eltern oder welches Tier kann mit dir verglichen werden?
Eine Tarantula oder ein Nasenbär.



Moritz Meeder

Ich heiße Moritz Meeder, bin fast 14 Jahre alt und habe über das Schulrudern zu diesem Sport und schließlich auch zur Fari gefunden. Vorher habe ich 8 Jahre Fußball gespielt.
Mir macht das Rudern total viel Spaß und ich mag es, auf dem Wasser zu sein.

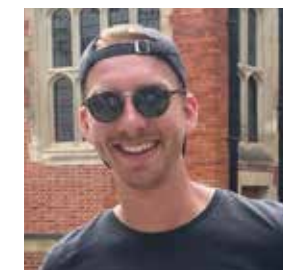


Bruno Wittchow

- Was hat dich in die Fari verschlagen?
Bodenständiger Ruderverein in bester Lage mit gutem Ruf.
- Warum möchtest du diesen Sport betreiben?
Weil ich Wassersport cool finde und Lust auf Rudern habe.
- Hast du sportliche Ziele, oder möchtest du "einfach rudern"?
Momentan möchte ich einfach rudern und später im deutschen Achter gewinnen.
- Worauf freust du dich noch diesen Sommer?
Ferien, Sonne, Strand und Meer.
- Was machst du sonst in deiner Freizeit?
Basketball spielen und Lego bauen.
- Was machst du sonst so? Bist du berufstätig (und als was?), noch in der Ausbildung oder schon im Ruhestand? Ich gehe zur Schule.
- Bist du Hamburger oder zugezogen?
Waschechter Hamburger.
- Wie beschreiben dich deine Freunde/Eltern oder welches Tier kann mit dir verglichen werden?
Sportlich, freundlich, fröhlich, hilfsbereit, ehrgeizig.
Ich freue mich auf neue Ruderfreunde.

Jan Möller

- Was hat dich in die Fari verschlagen?
Ich habe eine neue sportliche Challenge gesucht und bis dadurch auf Rudern gestoßen. Da Fari der einzige Club war, der auch im Winter einen Anfängerkurs angeboten hat, bin ich zu euch gekommen :)
- Warum möchtest du diesen Sport betreiben?
Der perfekte Mix aus Ausdauer, Kraft und Ruhe
- Hast du sportliche Ziele, oder möchtest du "einfach rudern"?
Ich möchte „einfach rudern“ – aber als Sportler ist man immer ehrgeizig und will sich verbessern.
- Worauf freust du dich noch diesen Sommer?
Meine Reise in die Toskana.
- Was machst du sonst in deiner Freizeit?
Ich mache viel Sport (Fitness, Golf, Schwimmen, Tischtennis und manchmal Tennis), treffe meine Freunde, lese und höre gerne Musik, Reise wenn es möglich ist und verbringe am allerliebsten Zeit mit meiner Tochter.
- Was machst du sonst so? Bist du berufstätig (und als was?), noch in der Ausbildung oder schon im Ruhestand?
Ich arbeite als Personal Coach in Hamburg, aber auch Deutschlandweit (Digital). Dadurch habe ich viel mit Menschen zu tun und begleite sie physisch, mental und emotional ihre Potentiale zu erkennen und zu leben.
- Bist du Hamburger oder zugezogen?
Ich bin zugezogen und komme gebürtig aus Kassel.
- Wie beschreiben dich deine Freunde/Eltern oder welches Tier kann mit dir verglichen werden?
Dazu müssten wir meine Eltern fragen, aber sie würden natürlich nur gutes berichten :) Ein Tier... ich würde sagen ein Mix aus Vogel und Elefant :)



Julian Leschke

Liebe Favoriten,
ich bin Julian, 26 Jahre alt und wohne seit 2 Jahren in Hamburg. Zur Fari hat mich das Ruderteam der Bucerius Law School gebracht. An der Bucerius habe ich meine Doktorarbeit geschrieben, mittlerweile bin ich als Rechtsreferendar für die Freie und Hansestadt Hamburg tätig. Rudern habe ich zunächst im Hochschulsport in Münster und Hamburg, dann in England im Achter gelernt. Meinen Trainingspartnern zufolge kann ich daher zwar fast die Kette aus dem Ergo reißen, dafür mangelt es mir an technischer Finesse. Ich habe große Freude daran, Rennen zu fahren und erwarte mit Spannung die Deutsche Hochschulmeisterschaft im Rudern in Köln diesen Sommer. Am Rudern begeistert mich, wie gut man seine eigenen Fort- und Rückschritte erkennen kann. Und mir macht nichts mehr Freude als zu merken, dass ein Boot endlich vernünftig läuft. Daneben genieße ich das freundschaftliche und vertrauensvolle Verhältnis, das man untereinander aufbaut. Sprecht mich immer gerne an, wenn Ihr mal zusammen aufs Wasser gehen möchtet, es wäre mir eine große Freude!
Liebe Grüße Julian



Nicolas Pauli

Hallo zusammen, ich bin Nicolas, 27 und Student an der UHH. Ich war schon immer am Rudern interessiert und freue mich, endlich den richtigen Club dafür gefunden zu haben. Durch Julius Kuntz bin ich auf die Fari gestoßen. Sportliche Ziele verfolge ich eigentlich keine... Vielleicht schaffe ich es irgendwann, die Fari bei einer Regatta zu vertreten. Ich hoffe über den Sommer möglichst viele Mitglieder kennen zu lernen und an möglichst vielen Veranstaltungen teilnehmen zu können. :)

Tobias Kurz

“Hallo! Ich bin Tobi Kurz, 19 Jahre alt und komme aus Sindelfingen in Baden Württemberg. Seit Herbst des letzten Jahres studiere ich hier in Hamburg Jura. Über die Ruder-Gruppe meiner Uni bin ich zur Fari gekommen und freue mich nun, hier rudern lernen zu dürfen. Ich freue mich auf gute Stunden auf dem Wasser und darauf die anderen Mitglieder kennenzulernen. Bis bald!”



Mika Chu

Hallo mein Name ist Mika Chu ich bin geborener Hamburger. Ich habe Rudern für mich entdeckt als ich im Sommer 2022 eine Probeweche bei euch gemacht habe. Mein Ziel ist es Wettbewerbe zu gewinnen. Ich freu mich sehr auf meine Spanienreise mit meinen Eltern und die tolle Zeit. Ich gehe sehr gerne an die frische Luft, spiele Basketball und bin sehr musikalisch. Zurzeit besuche ich die 6 Klasse. Meine Freunde sagen immer, dass ich sehr sympatisch bin und sie mit mir gut streiten können. Ich finde, dass ich eine Katze bin weil: ilch kann ehrgeizig sein aber auch sehr faul!



Frank Held

Der Start – oder der Beginn – ist immer das Schwierigste ...Also gut- dann gibt es jetzt ein paar Zeilen von mir als neues Mitglied im Club. Wie kam es eigentlich dazu Mitglied im RCFH zu werden? Wahrscheinlich ging es mir wie vielen vor mir: Man trägt einen Gedanken – in diesem Fall den Gedanken „Rudere doch mal wieder“ - monatelang (und vielleicht noch länger) mit sich herum. Und dann – eines Tages - ein Schlüsselmoment und es macht „klick“. Bei mir war dieser Moment gekommen als ich – endlich - einmal am Aushang am Clubgelände des RCFH stehen blieb. Wie altmodisch - und doch: Es war diese Einladung oder diese Aufforderung zum Rudernlernen die den Ausschlag gab. Es dauerte zwar noch etwas bis zur Umsetzung aber eines Tages saß ich schließlich doch im Boot... An dieser Stelle ein ausdrückliches Danke an Niels, der mir den Wiedereinstieg deutlich erleichterte und mir wertvolle Rudertipps gegeben hat. (Da ich als junger Mensch schon einige Jahre im Rudersport aktiv war kann man von so etwas wie Wiedereinstieg sprechen...) Jetzt bin ich seit einigen Monaten tatsächlich Clubmitglied und genieße es, bevorzugt am Abend bei hoffentlich ruhigem Wasser, im Boot im besten Fall über das Wasser zu gleiten. Und nicht unerwähnt bleiben sollte, der anschließenden Ausklang im Clubrestaurant, der nicht fehlen sollte. Abschließend ein Kompliment an alle Beteiligten: Das „Ankommen“ im RCFH war aufgrund der offenen und angenehmen Atmosphäre, die ich dort vorgefunden habe, relativ einfach. Und auch aufgrund des integrativen, sozialen Engagements des Chefs unserer Rudermannschaft.



Henry Fischer

Ich bin Henry Fischer aus der U-19 Breitensport Gruppe und bin 14 Jahre alt. Ich habe nach einem Ruderclub gesucht, der nett klang und auf der für mich auf der richtigen Seite der Alster ist, da ich aus dem Hamburger Westen komme. Ich möchte rudern, da man es sowohl alleine als auch im Team machen kann. Mein Ziel ist die Leistungssportgruppe. Freuen tue ich mich auf Reisen und das Rudercamp im Sommer.



Artur Lorenz

Guten Tag, mein Name ist Artur und ich bin Mitglied im Ruder-Club seit Juni 2023. Ich habe im letzten Herbst am Anfängerkurs von Niels teilgenommen und dieser hat mir gut gefallen. Deswegen habe ich mich im Club angemeldet. Ich möchte gerne rudern, weil Rudern eine interessante Sportart ist. Mir gefällt, dass Kraft und Ausdauer trainiert werden und ich gemeinsam mit anderen Sportlern im Ruderboot auf dem Wasser unterwegs bin. Rudern ist ein guter Ausgleich zu meinem Berufsalltag im Büro. Konkrete sportliche Ziele habe ich im Moment nicht. Ich möchte erstmal „einfach rudern“. Entweder beim Breitensport-Training oder in einer Ruderguppe. Ich komme aus Schleswig-Holstein und bin wegen meines Berufs (Informatiker) im Juli 2019 nach Hamburg gezogen. In meiner Freizeit mache ich auch andere Sportarten (z.B. Schwimmen, Krafttraining, Fahrrad fahren und laufen). Weitere Hobbys von mir sind: Videospiele, ins Kino gehen, Bücher lesen, Brettspiele und Kartenspiele. Ich freue mich auf den Sommer. Vor allem auf meinen Sommerurlaub und auf Rudertraining bei bestem Wetter auf der Alster.



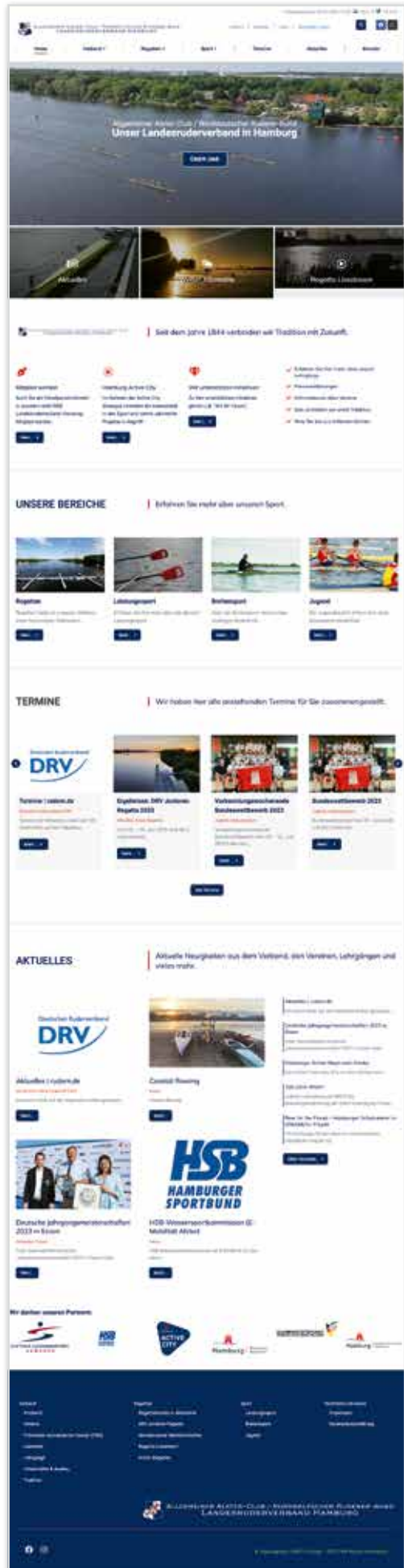
GUT BASTHORST

KEIN TAG WIE DER ANDERE.

HOCHZEITEN, TAGUNGEN, INCENTIVE UND FEIERN – GEMEINSAM SCHAFFEN WIR DIE SCHÖNSTEN MOMENTE.

Hotel & Restaurant Gut Basthorst
Auf dem Gut 3, 21493 Basthorst
event@gut-basthorst.de | 04159-82 52 0

Nur ca. 30 km von Hamburg und Lübeck entfernt.



Neue Website für den AAC/NRB Landesruderverband Hamburg

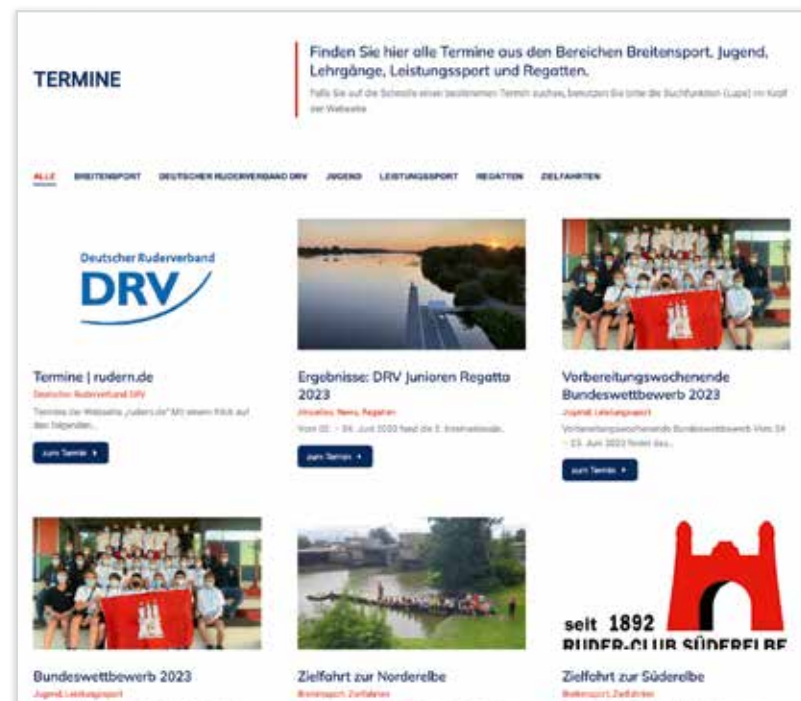
www.lrv-hamburg.de

→ In weniger als 3 Monaten haben wir es in einem kleinen Team mit der professionellen Arbeit von Lumeth Design geschafft, unsere in die Jahre gekommene alte Homepage durch eine komplett neue Website abzulösen.



Mitgliedsvereine des AAC – Der RC Favorite Hammonia profitiert mit seinen zahlreichen Athleten in besonderem Maße von den Angeboten des Landesruderverbands

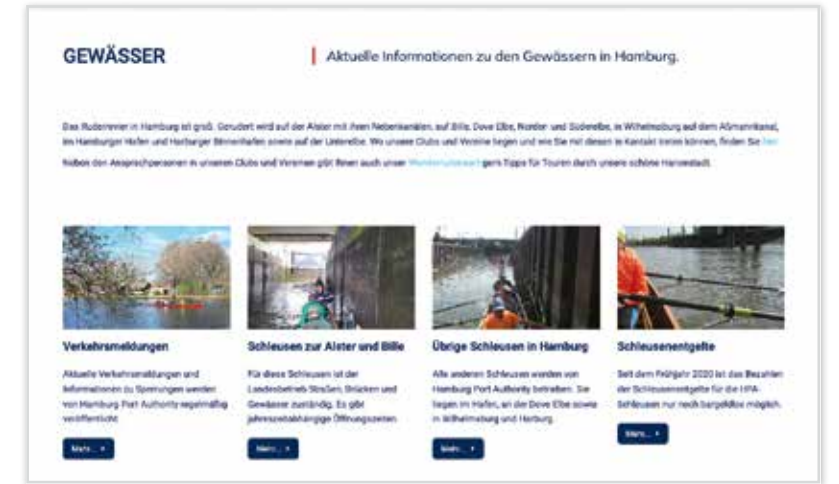
Damit haben wir eine neue – den heutigen Anforderungen gerecht werdende – moderne Kommunikationsplattform geschaffen. Diese Plattform bietet dem Nutzer die Möglichkeit, sich über anstehende Termine und aktuelle Themen nicht nur zu informieren, er kann sich auch über Formulare zu Lehrgängen und den angebotenen Veranstaltungen direkt anmelden.



Anstehende Veranstaltungen werden ausführlich angekündigt.



Des Weiteren wird gleich auf der übersichtlich gestalteten Startseite dem interessierten Nutzer die Mitgliedschaft AAC/NRB Landesruderverband Hamburg angeboten. Über einen Button erreicht er das Formular „Mitglied werden“. Weitere moderne Elemente sind die angebotene Suchfunktion im Kopf der Webseite und die kommende Bereitstellung eines Zugangs zum Online-Mitgliederbereich.



Der AAC richtet sich mit seinen Informationen und Angeboten auch an den Hamburger Breitensport.

Diese neue Plattform bietet daher für die Zukunft das Medium, mit dem wir vom AAC/NRB Landesruderverband kommunizieren möchten. Sie finden alle Informationen übersichtlich und strukturiert aufgelistet. Strukturierte Link-Verzweigungen gerade bei Terminen und Aktuelles sind inbegriffen.
// Andreas Döpfer
Vorsitzender, Allgemeiner Alster-Club/Norddeutscher Ruderer-Bund Landesruderverband Hamburg

S SCHULENBERG
SIMON FACHANWÄLTE FÜR VERKEHRSRECHT



RA-Kanzlei Schulenberg & Simon | Barmbeker Straße 4b | 22303 Hamburg
Telefon 040 · 44 93 28 | Telefax 040 · 44 83 81
info@schulenberg-simon.de | www.schulenberg-simon.de



Brückensteg an der Alster. Radierung von Heinrich Stuhlmann. 1838

Die Alster – unser Ruderrevier

Als unsere Gründungsväter ihr Ruderrevier erkundeten, erlebten sie die Alster noch ganz anders

→ Die Alster: ein Flüsschen von 56 Kilometer Länge und einem Gefälle von 27 Metern von der Quelle bis zur Mündung in die Elbe – für einen so kurzen Tieflandfluss recht viel. Ohne die zahlreichen Windungen und Schleusen hätte die starke Strömung den Fluss zeitweilig recht wasserarm werden lassen. Bereits 1188 wurde dieses mäandrierende Gewässer kurz vor der Mündung abgedämmt und dort eine Wassermühle errichtet. Ein zweiter Damm, der Reesendamm, kam um 1250 für eine weitere Mühle dazu. So entstanden die gestauten Alsterbecken von Binnenalster und Außenalster.



Abb. 51. Die Alster bei der Wintersteghaufer gegenüber dem Gropendeker Moor. Photograph. 1911

Was also erlebten unsere Altvorderen? Sie ruderten vom Bootsschauer am Jungfernstieg durch die Binnenalster unter der 1827 errichteten, hölzernen Lombardsbrücke hindurch zum Hamburger Baum. Das war eine Reihe weiträumig in den Alsterboden gerammter Pfähle in Höhe der jetzigen Kennedybrücke mit dazwischen gelegten Schlängeln. Im westlichen Teil gab es eine Durchfahrt, die mit einsetzender Dämmerung mit einem Floß geschlossen wurde. Torsperre! Wer bis zur Dämmerung nicht zur Binnenalster durchgefahen war, musste draußen bleiben. Der Baum sollte feindliches oder unerlaubtes Eindringen auf der Wasserseite verhindern. Außerdem wurde beim Durchfahren ein Zoll, die sogenannte Akzise, erhoben. Erst 1866 wurde diese Durchfahrtsperre aufgegeben.

Die Ufer der Außenalster boten sich ihnen dann dar als Viehweiden, Baumgruppen und schilfgesäumte Sumpfwiesen, die im Winter überschwemmt waren – keine festen Uferlinien also. Wenn die Herren am Westufer vorbei an dem Wirtshaus „Zur alten Rabe“ die beliebten Frühstücksausflüge zum Andreasbrunnen in Eppendorf machten, konnten sie morgens noch die in die Stadt segelnden Milchwerer treffen. Die brachten die Milchkanen von den Bauernhöfen in Eppendorf und Winterhude zum Neuen Jungfernstieg. Von prächtigen Alstervillen war noch nichts zu sehen. Brücken gab es außer der Lombardsbrücke auch noch nicht. Ab der Krugkoppel – mit knorrigen Eichen bestanden – ruderten sie entlang des Treidelpfades an der östlichen Seite des schmalen Flusses bis zur Mündung der Tarpenbek nach Eppendorf.

Auf dem sogenannten „Streek“, dem Alsterlauf zwischen Fuhlsbüttler Schleuse und der Einmündung in die Außenalster, gab es nur zwei Furten. Wer vom preußischen Wandsbek ins dänische Altona wollte, musste die Furt beim Lattenkamp benutzen. Lediglich für Fußgänger gab es die Möglichkeit, in Höhe des Winterhuder Fährhauses über den „hohen Steg“ nach Eppendorf zu gelangen, um dort in der einzigen Bäckerei einzukaufen oder die kleine Kirche zu besuchen. Dieser Steg war auf der Eppendorfer Seite hoch und nur über eine Treppe zu erreichen, um den talwärts fahrenden Schuten die Durchfahrt zu ermöglichen.

Unsere Ruderer überholten im Streek vielleicht eine flachbodige Schute, die leer von drei oder vier Frauen den Leinpfad entlang gezogen wurde. 1 bis 1,5 Kilometer in der Stunde schafften sie. Da waren unsere Ruderer wesentlich schneller. Bei der Talfahrt hingegen wurden die Schuten, beladen mit Holz, Torf und Steinen, von zwei Schiffern mit langen Stangen, den Staaken, dirigiert. Dazu sammelten sich

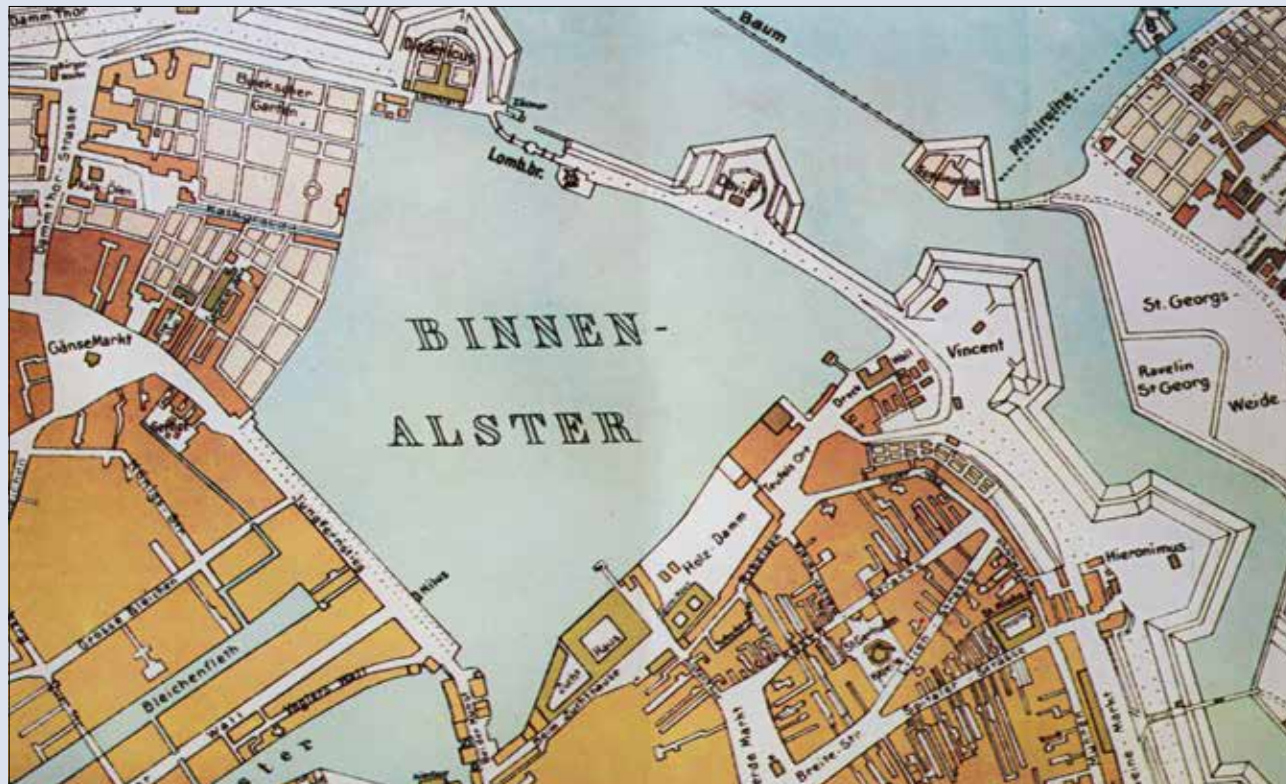


Abb. 758. Bild von der Alten Mole auf die Stadt um 1800; nach Kupferstich von J. Wolf, S. 11. 5. 3. 2. 12. 11. 10

bis zu zehn Schuten auf den Teichen vor den Schleusen. Dann wurde das Wasser abgelassen, und die Strömung trug die Schiffe abwärts zur Außenalster. Wassermühlen mit Teichen gab es an der Tarpenbek-Mündung, der Fuhlsbüttler Schleuse und dem Wandse-Einfluss, der Kuhmühle. Bis zur Mitte der sechziger Jahre des 19. Jahrhunderts wurde die Treidelei am Alsterlauf noch betrieben.

Nach dem großen Stadtbrand von 1842 entwickelte sich die Stadt nach Norden. Die Altstadt mit dem Wallring war bereits nach der Franzosenzeit ab 1813 entfestigt worden, Wälle und Wallgraben verschwanden. 1843 wurde der Wasserspiegel der Alster um 80 cm gesenkt, die Alsterwiesen fielen trocken, die Ausdehnung der Stadt konnte beginnen und die Torsperre 1861 endgültig aufgehoben werden. Erste Ansätze zur Besiedelung des östlichen Alsterufers gab es bereits zu Zeiten der Club-Gründung: ein altes Moorloch in dem Uhlenhorster Wiesengebiet wurde zum Feenteich erweitert. Dazu hatte der Senat 1837 die dortige Hofstelle an eine Grundstücksgesellschaft um Dr. Abendroth verkauft. Die ließ dort den Uhlenhorster-





Karte von 1791

und den Hofwegkanal graben, um Baugrundstücke mit Wasseranbindung zu schaffen. Der Bodenaushub wurde zur Erhöhung des umliegenden Landes genutzt. Das Bild der Alster und ihrer Umgebung änderte sich endgültig, als Adolph Sierich am Kronskamp eine zweite Hofstelle (Bauernhof) erwarb. Nun war er dort Großgrundbesitzer und konnte Winterhude für Baugrundstücke entwickeln. Er ließ ab 1861 den Rondeelteich, den Rondeel- und den Mühlenkampkanal anlegen. Er war auch für den Bau des Leinpfadkanals verantwortlich, mit dem er wertvolle Baugrundstücke mit Wasseranschluss gewinnen wollte. Das brachte Geld!

Auch auf dem Streek tat sich was. Sierich ließ 1869 die Streekbrücke nach dem Vorbild der Lombardsbrücke mit drei Bögen anlegen. In Eisenbeton wurde sie 1912 erneuert. Das Vorbild Lombardsbrücke war 1868 für die Verbindungsbahn nach Altona in Stein errichtet worden. Dabei wurde auch die dort stehende Windmühle abgerissen. Die Krugkoppelbrücke wurde erst 1890–92 in Holz mit fünf Bögen gebaut, 1927 abgerissen und mit drei Bögen in Eisenbeton und Ziegelverblendung nach dem Lombards-Vorbild erneuert. Der „hohe Steg“ zwischen Eppendorf und Winterhude war bereits 1873 durch eine aus Steinen gebaute Brücke ersetzt worden.

Erlebten unsere Gründer und spätere Mitglieder die Zuflüsse zum großen Alsterbecken, die Isebek, Tarpenbek, Goldbek, Osterbek und Wandse – so sie denn dorthin

ruderten –, noch mit ursprünglichen und natürlichen Ufern, so wurden diese Bäche (norddeutsch: Bek) mit der wachsenden Stadt und der einsetzenden Industrialisierung immer mehr zu Kanälen. 1861–1866 ließ Sierich den westlichen Teil des Goldbekkanals ausbauen.

Der zweite Grundstücks mogul im südlichen Winterhuder Areal, Julius Gertig, veranlasste den Ausbau der Osterbek im ersten Abschnitt 1863–65, damit man auch mit Alsterdampfern und Booten zu seinem bekannten Gartenlokal-Ensemble einschließlich Pferderennbahn am Mühlenkamp kommen konnte. 1873 wurde sie bis zum dortigen Gaswerk erweitert. 1910 folgte der Bau des Barmbeker Stichkanals. So wurde die Verbindung zum Stadtparksee geschaffen und dessen Bau überhaupt erst möglich. Osterbek und Goldbek waren danach gesuchte Standorte für Industrieanlagen. Die Begradigung der Wandse hatte bereits 1854 begonnen, 1874 wurde die dortige Kuhmühle abgerissen und der Ausbau als Eilbekkanal bis 1898 vollendet. Hier fand statt Industrie der Wohnungsbau eine Heimat. Der Isebek wurde bereits 1633 erstmalig von den damaligen Besitzern des evangelischen Damenstifts St. Johannis leicht kanalisiert, 1873 sowie 1883 auch hier im Zuge des Wohnungsbaus in die heutigen Kanalufer gezwungen.

Welch ein Wandel hat sich da auf unserem Ruderrevier vollzogen! Auch unsere Lieblingsstrecke auf dem Streek ist gegenüber dem Beginn des Ruderbetriebs nicht wiederzuerkennen: Mit dem Start der Passagierschiffahrt

auf der Alster 1859 wurde der westliche Alsterlauf von der Krugkoppel bis zur Mündung der Isebek zum Schutz gegen die Dampferwellen mit Steinen befestigt und bis zum Winterhuder Fährhaus verbreitert und begradigt. Das Harvestehuder Ufer der Isebek erhöhte man dabei um zwei Meter.

Der obere Teil bis zur Fuhlsbüttler Schleuse hingegen blieb ein windungsreicher Flusslauf von 7,5 Kilometer Länge. Er schlängelte sich durch ein idyllisches Alstertal mit sumpfigen Viehweiden. Bereits 1873 begannen erste Planungen für einen Ausbau. Und dann dauerte es. Zunächst sollte ein reiner Frachtkanal zur Versorgung des Fuhlsbüttler Gefängnisses und des dortigen Krematoriums entstehen, später entschied man sich – auch unter dem Einfluss von Oberbaudirektor Fritz Schumacher – zu einer naturnahen und landschaftlich geprägten Uferlinie mit begleitendem Grünzug sowie prägenden Architekturensembles wie Brücken und Uferanlagen. Vorschläge gab es genug, und schließlich wurde von 1913 bis 1928 der Alsterverlauf im oberen Streek auf 4,8 Kilometer verkürzt. Gewaltige Bodenbewegungen waren erforderlich. Sie wurden zur Aufhöhung des Ufergeländes genutzt. Gleichzeitig entstanden der Insel-, der Skagerrak- sowie der Brabandkanal. So gewann man erneut den begehrten Wasseranschluss für die teuren Villengrundstücke.

Generationen von Ruderinnen und Ruderern haben die Alster und ihre Zuflüsse wie wir immer geliebt und gern befahren. Diese Wasserflächen teilen sich auf in Außenalster mit 164 ha, die Kanäle mit 68 ha, dem Streek mit 42 ha und der Binnenalster mit 18 ha. Das zusammen entspricht 410 Fußballfeldern à 105 mal 68 Metern. Zum Vergleich: Der Ohlsdorfer Friedhof ist mit 548 Fußballfeldern größer. Unser geliebtes Ruderrevier ist um ein Viertel kleiner als der Ohlsdorfer Friedhof. Kaum zu glauben – aber wahr!

// Gastbeitrag von Erik Diemke, Der Hamburger und Germania Ruder Club, Lit.: Wilhelm Mehlhop, Die Alster 1932; Monika Rulle, Die Alster und ihre Kanäle, 1999

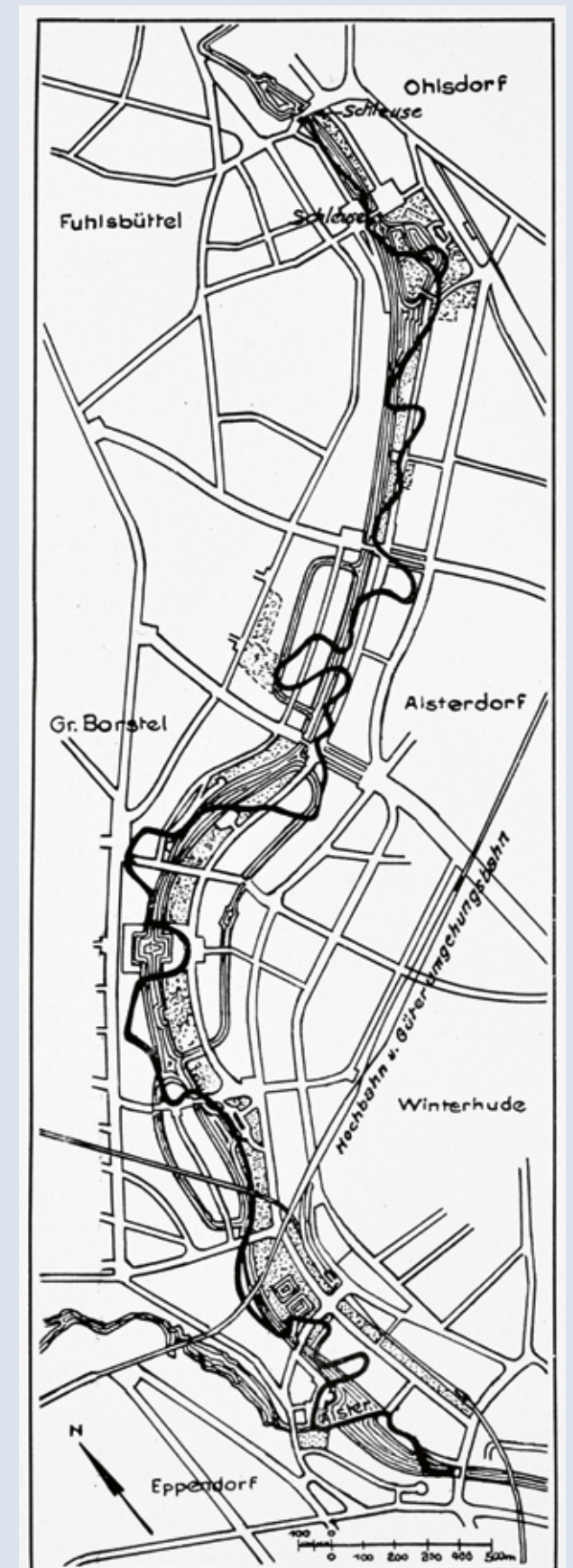


Abb. 49. Die Kanalisierung des Alsterstreeks von der Eppendorf-Winterhuder Brücke bis zur Fuhlsbütteler Schleuse



Fari-ICE Hamburg-Berlin – Rennrad-Tour

→ Was: 4-rer Mannschaftszeitfahren von Hamburg nach Berlin
 Wann: 28.5.2023
 Warum: warum nicht?
 Wer: Lars Reichel, Holger Wetjen, Andreas Garleff, Jan Thielebein
 Strecke: Hamburg-Curslack bis Berlin-Brandenburger Tor, 288 km
 Zeiten: reine Fahrzeit 10h32min, Gesamtzeit 12h30min
 Pannen: 2, eine defekte Gangschaltung und eine lose Bremsscheibe

RITTER NEWS

→ Unsere wohl älteste Rudergruppe im Club möchte mit Stolz vermelden, dass ein Ruderkamerad unseres Clubs neues Mitglied dieser Gruppe geworden ist.

Am 27. Juni 2023 wurde Ruderkamerad Patric Unruh mit Hilfe eines stilvollen Scull in den Ritterstand geschlagen mit dem Ritter-Namen:

"Patric, Ritter Polytechnikus vom Hinterarten"

Patric gehört einigen Jahren schon zu den herausragenden Ruderern von "Ritter-Sport", seine Aufnahme in den engeren Ritterstand war nach seiner erfolgreichen Teilnahme an der Ritter-Barkenfahrt auf dem Gardasee im Mai d.J. beschlossene Sache.

Ein (85 Jahre) Geburtstags-Thingabend von Ritter Bio Lorenzo "Der Wachtelkönig" (Lorenz Wehrmann) im Clubhaus gab den den stil- und gehaltvollen Rahmen.

// Text: Karl-Ernst Rothländer



Ritter Patric wird in den Ritterstand geschlagen und erhält aus der Hand von Ritter Karl I. von der Seidenstraße einen traditionellen Zinnbecher mit Gravur seines Ritternamens



Jürgen Schreep *22.4.1933 † 11.4.2023

Am 11.4. hat uns Jürgen nach kurzer schwerer Krankheit für immer verlassen, und damit ist der Sahneachter um einen weiteren Kameraden kleiner geworden. Jürgen ist 1948 zusammen mit Heinz Rieger in die Favorite eingetreten und wäre damit jetzt 75 Jahre Club-Mitglied. Eingetreten waren die beiden eigentlich, um Hockey zu spielen. Die Fari hatte seinerzeit eine gute Hockey-Mannschaft, die vorwiegend aus Ruder-Trainingsleuten bestand. Um 1950/51 fing Jürgen aber mit dem Rudertraining an. Bis 1960 trainierte er, zuletzt in der Senioren-Klasse, die seinerzeit die Spitze eines Rudertrainings war.

Ab 1961/2 schloß er sich dann dem Sahneachter an und machte mit diesem viele Wanderfahrten auf deutschen und europäischen Flüssen. Bis ihm sein Rücken das Rudern leider unmöglich machte. Er war inzwischen nach Fleestedt in ein eigenes Haus gezogen und dort zunächst auf Tennis aber letztlich auf Golf umgestiegen, das er zusammen mit seiner Frau bis relativ kurz vor seinem Tode gern gespielt hat. Dabei ist er aber immer der Fari und seinem Sahneachter treu geblieben und hat an allen Veranstaltungen teilgenommen. Viele persönliche Freundschaften banden ihn an den Sahneachter. Er war ein guter und treuer Freund, der immer ein Ohr für seine Freunde hatte und jederzeit hilfsbereit zur Stelle war. Es ist ein grosser Verlust für uns alle, und wir denken gern an ihn zurück. Er fehlt uns sehr.

// Pit Hüpeden



Dr. Hermann Weiß

*Passau 29.02.1940 † Hamburg 05.05.2023

Hermann fand den Weg in den Ruderclub Favorite Hammonia über seinen Freund Franz Mittermeier. Damit war der Einstieg bei den Fröhmos geglückt – doch schon bald fand Hermann – gemeinsam mit Jan Steffen – dass der Tunke Achter, der Mittwochnachmittag ruderte, auch ganz gut zu ihm passte.

Und dazu gehörte, dass es nicht nur der Rudersport ist, sondern dass sich sehr viel mehr damit verbindet. Da war der Runde Tisch, an dem nach der Rudertour alle Probleme der Welt gelöst wurden. Die Gemeinschaft, das soziale Netz, die Vielfalt der Charaktere und die Nonchalance im Club. Aber auch die Erlebnisse der Wanderfahrten oder Kurzausflüge.

Hermann war in Bayern zu Hause, dort wurde er geboren und dort ist er aufgewachsen. Nach dem Abitur hat er in München studiert. Physik war sein Fach und er wurde in dieser Wissenschaft auch promoviert. Auch sein privates Glück fand Hermann in München für den gemeinsamen Lebensweg. Beruflich sollte es nicht Siemens sein, sondern Philips – mit Leib und Seele und vor allem erfolgreich auf der Karriereleiter.

Eine weitere Leidenschaft von Hermann war die Malerei – auch Bilder aus dem Ruderleben. Mal -Utensilien wurden als weltweite Reisemitbringsel für ihn nach Hamburg gebracht. Eine großartige Ausstellung auf dem Philips-Gelände ließ die Besucher tief beeindruckt zurück. Sein Job war Verstand geleitet und ziel- und ergebnisorientiert. Die Malerei war emotional, prozessorientiert, frei und offen. Eine Übereinstimmung besteht gewiss in der Intensität der Beschäftigung. Befriedigung ergab sich, was geschaffen wurde und nicht mit Blick darauf, was es einbringen wird.

Beim Tunke Achter hat Hermann zuerst die Kasse der Wanderfahrt übernommen und später auch die Gruppenkasse. Wir alle konnten ruhig schlafen, denn da Geld war in guten Händen und Hermann brauchte auch keinen Rettungsschirm als Turbulenzen auf den Finanzmärkten ausbrachen.

Bleibt noch eine Anmerkung zu seinem Geburtsdatum: 29. Februar. Dieses Datum kommt nur alle vier Jahre. Würde bedeuten auch mit Achtzig steht vorne die 20. Nicht so bei Hermann – er feierte außerhalb der Schaltjahre am 28. Februar seinen Geburtstag – auch im Club mit Weißwurst und Bier.

Wir haben einen liebenswerten Ruderkameraden und Freund verloren. Wir werden ihm ein dankbares Andenken bewahren. // Dietmar Lambert

Der amtierende Vorstand

| Funktion | Name | E-Mail |
|---|-------------------------------|---|
| Vorsitzender | Mark Schreyer | Vorsitzender@favorite-hammonia.de |
| Stellv. Vors. Sport | Teja Töpfer | Stellv.vors.sport@favorite-hammonia.de |
| Stellv. Vors. Verwaltung | Dierk Fahrenkrog | Stellv.vors.verwaltung@favorite-hammonia.de |
| Kassenwart | Reinhard Krotz | 1.kassenwart@favorite-hammonia.de |
| Stellv. Kassenwart | Marc Gärtner | 2.kassenwart@favorite-hammonia.de |
| Schriftführer | Christian Heim | 1.schriftfuehrer@favorite-hammonia.de |
| Stellv. Schriftführer | Dr. Alexander Wehowski | 2.schriftfuehrer@favorite-hammonia.de |
| Ruderwart | Cornelius Grajecki | 1.ruderwart@favorite-hammonia.de |
| Stellv. Ruderwart | Florian Rosenke | 2.ruderwart@favorite-hammonia.de |
| Wanderruderwart | Christian Rehaag | Wanderruderwart@favorite-hammonia.de |
| Bootswart | Malte Grüneisen | 1.bootswart@favorite-hammonia.de |
| Stellv. Bootswart | Jan Thielebein | 2.bootswart@favorite-hammonia.de |
| Hauswart | Jan Widderich | hauswart@favorite-hammonia.de |
| Stellv. Hauswart | Rainer Kotkamp-Suhr | hauswart@favorite-hammonia.de |
| Zeugwart | Christopher Harder | |
| Jugendwart | Hannes Willenbrock | 1.jugendwart@favorite-hammonia.de |
| Beisitzer Training (kommissarisch) | Christoph Dyttert | Beisitzer.training@favorite-hammonia.de |
| Beisitzer Ökonomie | Michael Klose | Beisitzer.oekonomie@favorite-hammonia.de |
| Beisitzer Geselligkeit | Paul-Niklas Hinkel | Beisitzer.geselligkeit@favorite-hammonia.de |
| Beisitzer Fari-Cup | Christian Neumann | Beisitzer.faricup@favorite-hammonia.de |
| Beisitzer Archiv | Gunter Freudenthal | Beisitzer.archiv@favorite-hammonia.de |
| Beisitzer Medien | Ingo von Schönberg | Fari-kurier@favorite-hammonia.de |
| Beisitzer IT | Martin Stöckle | admin@favorite-hammonia.de |
| Beauftragter Datenschutz | Oliver Neuner | datenschutz@favorite-hammonia.de |
| Beauftragter z. Prävention sexualisierter Gewalt | Martin Hinkel | Beauftragter.psg@favorite-hammonia.de |
| Aufnahmeausschuss | Otto Kiel | aufnahmeausschuss@favorite-hammonia.de |
| | Dr. Peter Mertens | |
| | Torben Weichhaus | |
| Wahlausschuss | Dr. Timm Volmer (Vors.) | wahlausschuss@favorite-hammonia.de |
| | Prof. Dr. Roger Mann | |
| | Richard Justenhoven | |
| Kassenprüfer | Selk Storjohann (Vors.) | kassenpruefer@favorite-hammonia.de |
| | Jörg Mahl | |
| | Ulrich Britting | |
| RCFH Verwaltung | Miriam Förster und Georg Geck | buero@favorite-hammonia.de |
| RCFH Werkstatt | Petra Friedemann | |
| RCFH Bootsmeister | Stefan Ungerath | bootsbauer@favorite-hammonia.de |