SKULL & RIEMEN

RUDERZEITUNG ÜBERLINGER RUDERCLUB BODAN E.V.

NR. 9 • 5. JAHRGANG **April 2008**

ÜRC Überlinger Ruderclub Bodan e.V.

Liebe Mitglieder,

Die Ruderzeitung erscheint nun im 5. Jahr und sie erfreut sich nach wie vor einer großen Beliebtheit, ist sie doch ein wichtiges Medium um unsere Mitglieder zu informieren.

So soll auch diese Ausgabe diesem Zweck dienen und dies gibt mir die Möglichkeit, zunächst einmal allen Dank zu sagen, die zum Gelingen beitragen.

Im letzten Jahr zeichnete sich ab, dass gravierende Veränderungen im Club anstanden, erklärten doch Hubert Bockelmann und Olaf Gläser, einmal aus persönlichen und einmal aus beruflichen Gründen, dass sie auf der Jahreshauptversammlung 2008 nicht mehr als stellvertretende Vorsitzende zur Verfügung stehen würden. Zunächst haben wir beiden für die lange und ehrenamtliche Arbeit herzlich zu danken, wir haben ihre Arbeit auf der letzten JHV entsprechend gewürdigt und sie zu Ehrenmitgliedern des Vereins ernannt.

Lange schienen die entstandenen Probleme unlösbar und viele Mitglieder haben sich an der Suche nach einer Lösung beteiligt.

Besonderer Dank ergeht auch an unsere Ehrenmitglieder Hardy Krämer, Klaus Maier und Michael Wilkendorf, die sich hier ebenso eingebracht haben.

Erfreulich, dass auf einer Besprechung, zu der die Ehrenmitglieder eingeladen hatten, die personellen Probleme gelöst werden konnten, ja es war sogar möglich, alle offenen Posten zu besetzen.

Dafür an dieser Stelle allen, die sich bereit erklärt haben Aufgaben zu übernehmen, ein herzliches Dankeschön.

Ich hoffe und wünsche mir, dass auch die neuen stellvertretenden Vorsitzenden, Ulrike Gut für allgemeine Aufgaben und Andreas Fundinger für den Bereich Finanzen, Freude an der übernommenen Aufgabe haben.

Obwohl wir bei der Mitgliedergewinnung im letzten Jahr große Fortschritte gemacht haben und obwohl wir zum Jahresende sogar ein leichtes Plus zu verzeichnen hatten, mussten wir dennoch feststellen, dass gerade im Jugendbereich die Bemühungen sich oft nicht gelohnt und die Struktur sich zu einseitig Richtung Gymnasium verschoben hatte. Dafür gibt

Der neue Vorstand (v.l.): Andreas Fundinger, Ulrike Gut. Der scheidende Vorstand (v.r.): Hubert Bockelmann, Olaf Gläser. Der neue und alte 1. Vorsitzende: (Mitte) Bernd Kuhn.

es sicher viele Gründe, aber aufgrund von Gesprächen, die ich immer wieder führte, stellte sich auch heraus, dass für viele die Höhe der Beiträge ein gewisser Hinderungsgrund war.

Wir haben uns daher entschlossen, die Beiträge in diesem Bereich deutlich zu senken und wir hoffen nun, dass diese in Zukunft kein Hinderungsgrund mehr sein werden.

Unsere Rennrudergruppe, die die Farben des ÜRC auf Regatten vertreten wird, musste im Jahr 2007 neu aufgebaut werden.

49-mal konnten im vergangenen Jahr die Ruderer Alexander Speer (Junioren B), sowie Henrik Bischoff und Leon Zacharopoulos (Junioren C 14 Jahre), Marc Faupel und Francis Schweizer (Junioren C 12/13 Jahre) und später noch die dazu gestoßenen Ruderer Thomas Walle (Junioren B) sowie Matthias Walle und Jakob Schuler (Junioren C 13 Jahre) am Siegersteg anlegen, dazu kommen noch weitere schöne Platzierungen. Alle haben das Wintertraining beendet und bereiten sich nun intensiv auf die kommenden Regatten vor.

Weitere Kinder haben im Winter trainiert und wir wollen versuchen, auch diese an den Rennsport heranzuführen. Ich hoffe und wünsche mir, dass das Jahr 2008 ähnlich erfolgreich verlaufen wird wie das vergangene.

Trotz großer Investitionen in den vergangenen Jahren, ich möchte hier nur erinnern an die Bootshauserweiterungen und die Reparatur unseres Steges, konnten genügend Mittel angespart werden, um einen neuen, leichteren Gig-Doppelvierer anzuschaffen, den wir bei der offiziellen Saisoneröffnung am sechsten April getauft haben. Wir haben damit einen ersten Schritt in Richtung Austausch der schweren Boote im Breitensportbereich getan, dem sicher noch weitere folgen müssen.

Eine Spendenaktion zum Austausch der alten Holzskulls gegen leichtere aus Kunststoff hat ebenso ein befriedigendes Ergebnis gebracht. Da der Verein sich entschlossen hatte, den gleichen Betrag noch dazu zu legen, war es möglich, eine große Anzahl neuer Skulls anzuschaffen. Damit wurde ein lang gehegter Wunsch der Breitensportler nun Wirklichkeit. Allen Spendern an dieser Stelle ein herzlicher Dank. Diese Aktion zeigt, dass mit einer Gemeinschaftsaktion manche Probleme gelöst werden können.

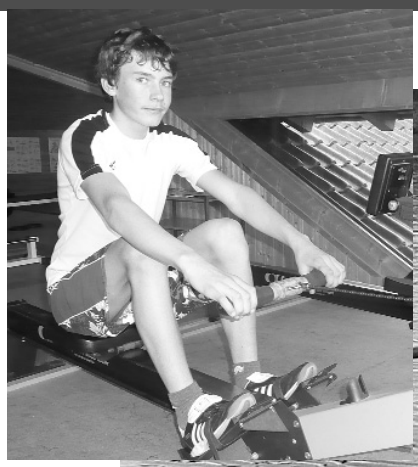
Nicht befriedigend nach wie vor die Situation mit unserem Notsteg, müssen wir doch immer mehr und immer länger mit diesem Vorlieb nehmen. Der Übergang zum Steg ist nicht zufrieden stellend und der Notsteg selber ist einfach etwas zu klein. Wir müssen langfristig hier andere Wege suchen, so dass auch im Winterhalbjahr das Rudern mehr Spaß macht.

Die Diskussionen, die im Zusammenhang mit der Neubesetzung der Vorstandsämter geführt wurden, haben auch ergeben, dass die derzeitige Struktur der Vereinsführung vielleicht reformbedürftig ist, wir werden uns in nächster Zeit dieses Themas annehmen müssen.

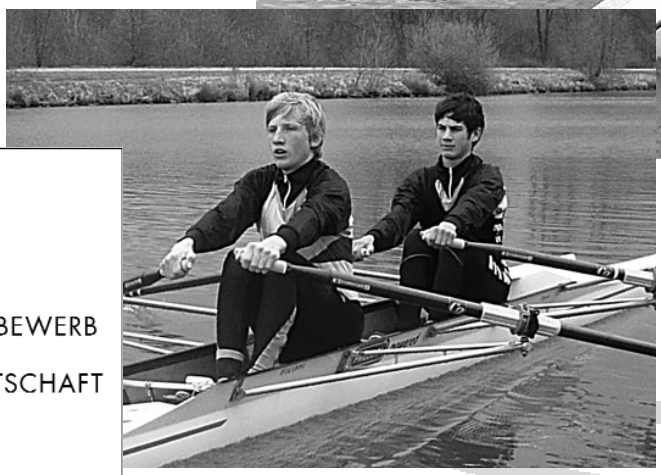
Also warten große Aufgaben auf den neuen Vorstand, die es zu lösen gilt. Mit Unterstützung der Mitglieder werden wir hoffentlich gute Ergebnisse erzielen.

Ich wünsche trotzdem allen Mitgliedern viel Freude und Spaß in unserem Club und allen schöne Rudertage und hoffentlich viel Wasser im See, damit möglichst bald der Notsteg vergessen werden kann.

Bernd Kuhn



Henrik Bischoff Junioren B, auf dem Ergometer.



Thomas Walle im Einer, Junioren B

Leon Zacharopoulos (links) und Alexander Speer (rechts) im Doppelzweier, Junioren B

LEIDENSCHAFT
SPASS AM WETTBEWERB
LEISTUNGSBEREITSCHAFT
TEAMGEIST
ZIELSTREBIGKEIT

Wir unterstützen die Jugendmannschaft des ÜRC.

PRESSOL
powered

Unsere Rennruderer

Marc Faupel (links) und Francis Schweizer (rechts), Junioren C im Doppelzweier

Matthias Walle im Einer, Junioren C

Jakob Schuler im Einer, Junioren C

Jahreshauptversammlung – Wechsel in der Führungsspitze

„Das Vereinsschiff ist auf Kurs" - so lautete das knappe Fazit unseres Ersten Vorsitzenden Bernd Kuhn bei der diesjährigen Jahreshauptversammlung. Bei einem Ausblick auf sportliche Erfolge, abgeschlossene Projekte und kommende Aktivitäten wurde deutlich, dass sich der Verein im Rennsport wie im Breitensport aller Altersgruppen in einem sicheren Fahrwasser bewegt.

Die seit 2006 neu aufgebaute Rennmannschaft der Jugend konnte in der zurückliegenden Regattasaison insgesamt 49 Siege einfahren, darunter erste Plätze bei den Baden-Württembergischen Landesmeisterschaften und ein hervorragender 2. Platz von Henrik Bischoff und Leon Zacharopoulos auf Bundesebene. Zusammen mit Alexander Speer, Francis Schweizer und Marc Faupel hoffen sie die Erfolge in der nächsten Saison noch toppen zu können. Vier Ruderer aus dem Jugendbereich wurden bei der Sportlerehrung der Stadt Überlingen gefeiert.

Die Nachwuchsförderung ist immer ein Thema, da Rudern als Mannschafts- und teilweise auch als Rennsport eher Wert auf Klasse als auf Masse legen muss. Im Frühjahr werden wieder Ausbildungskurse für Erwachsene und Jugendliche angeboten. Stellvertretend für viele engagierte Vereinsmitglieder ging ein großes Lob an Margrit Höring, die die Ausbildung koordinierte und neue Ideen im Bereich des Breitensports umsetzte, ebenso auch an Walter Nutz und Markus Hecht, die für die Jugend verantwortlich zeichnen. Die Kooperation mit dem Überlinger Gymnasium im Bereich „Schülerrudern" hat sich im vergangenen Jahr bewährt. Die Neuanschaffung eines modernen und leichten C-Vierers wird auch als gezielte Investition in den Jugendbereich verstanden.

Der Überlinger Ruderclub möchte in der Jugendarbeit weitere Akzente setzen und besonders liegt ihm daran, dass mehr Jugendliche den Weg zum Verein finden. Die Höhe der Beiträge soll da möglichst kein Hinderungsgrund sein. Deshalb wurden die Beiträge im Jugendbereich um bis zu 25% gesenkt. Gerade die Mitgliederentwicklung im Jugendbereich zeigt, dass weniger die Schüler aus der Hauptschule oder aus der Realschule den Weg in den Verein finden. Kritisch bewertet der Trainer auch die Verkürzung der Gymnasialzeit auf acht Jahre. Das G8 lasse, so Bernd Kuhn, weniger Zeit für Sport und Spiel, eine Entwicklung, die auch Vereine mit Sorge sähen.

Die ausgezeichnete Arbeit des ÜRC kann nur auf der Basis gesunder Finanzen geleistet werden, wie der bisherige Schatzmeister des Vereins, Olaf Gläser, hervorhob. Der Verein ist trotz notwendiger Anschaffungen neuer Boote und der Erweiterung des Clubhauses schuldenfrei. Einen entscheidenden Beitrag leistet auch die Firma Pressol mit dem Sponsoring des Jugendrennsports.

Hubert Bockelmann und Olaf Gläser erhalten die Urkunden für die Ehrenmitgliedschaft

Bernd Kuhn wurde als Erster Vorsitzender bei den Neuwahlen einstimmig im Amt bestätigt. Einen Wechsel gab es in der weiteren Führungsspitze. Hubert Bockelmann als stellvertretender Vorsitzender für allgemeine Aufgaben und Olaf Gläser für Finanzen zogen sich nach vielen Jahren in der Vorstandsarbeit aus persönlichen und beruflichen Gründen zurück. Für ihre großen Verdienste für den Verein wurden sie zu Ehrenmitgliedern ernannt. Für die Nachfolge als stellvertretende Vorsitzende wurden Ulrike Gut (allgemeine Aufgaben) und Andreas Fundinger (Finanzen) gewählt. Ulrike Gut ist seit sechs Jahren im Verein und besonders in der Ausbildung im Breitensport engagiert, Andreas Fundinger ist seit fast 25 Jahren Vereinsmitglied und blickt auf viele Erfolge als Rennruderer zurück.

Der Ausblick auf die weitere Zukunft des Vereins ist positiv. Bootspark und Clubhaus sind in einem hervorragenden Zustand. Neben dem Rudern haben Exkursionen, Besichtigungen und Feste für alle Altersgruppen einen hohen Stellenwert. Im Vorfeld der Jahreshauptversammlung haben sich neue Teams für arbeitsintensive Aufgaben gebildet – für eine moderne und leistungsstarke Ausrichtung des Überlinger Ruderclubs.

Markus Bittmann

Blumen für Margrit Höring

Dieter Bähnke wird für 40-jährige Mitgliedschaft geehrt

Wochenprogramm : April – Oktober 2008

Montag:	
16:00 Uhr	**Ausbildung (Grundkurs) für Kinder/ Jugendl.** ab 14.04.08 Leitung Bernd Kuhn
18:30 Uhr	**Rudern in Mannschaftsbooten (Erwachsene)** anschließend Stammtisch
Dienstag:	
17:00 Uhr	**Rudern für fortgeschrittene Jugendl.** (Aufbaukurs und allg. Rudern) Walter Nutz und Markus Hecht
18:30 Uhr	**Ausbildung für Erwachsene** April Grundkurs
18:30 Uhr	**Ausbildung für erwachsene Mitglieder** Mai/ Juni Aufbaukurs
Mittwoch:	
11:30 - 13:00	**Schulrudern Gymnasium**
16:00 Uhr	**Ausbildung (Grundkurs) für Kinder/ Jugendl.** ab 16.04.08. Leitung Bernd Kuhn
18:30 Uhr	**Rudern in Mannschaftsbooten (Erwachsene)**
Donnerstag:	
13:30 - 15:00	**Schulrudern Gymnasium**
16:00 Uhr	**Ausbildung (Grundkurs) für Kinder/ Jugendl.** ab 17.04.08 Leitung Bernd Kuhn
17:00 Uhr	**Rudern für fortgeschrittene Jugendl.** (Aufbaukurs und allg. Rudern) Walter Nutz und Markus Hecht
18:30 Uhr	**Ausbildung für Erwachsene** April Grundkurs
18:30 Uhr	**Ausbildung für erwachsene Mitglieder** Mai/ Juni Aufbaukurs
Freitag:	
18:00 Uhr	**Rudern in Mannschaftsbooten (Erwachsene)**
20:00 Uhr	**Ruderhock nach Ankündigung** Info durch Aushang oder Internet
Samstag:	
	Rudern nach Vereinbarung
Sonntag:	
8:00 Uhr	**Allgemeines Rudern** oder zu späterem Zeitpunkt nach Vereinbarung

Ausgebildete Ruderinnen und Ruderer mit Steuerbefähigung dürfen auch zu anderen als den oben aufgeführten Zeiten unter Beachtung der Ruderordnung rudern.
Die Boote für den Bereich Breitensport sollten aber zu allgemeinen Ruderzeiten und Ausbildungszeiten zur Verfügung stehen.
Mehrtägige Wanderfahrten sind 1 Woche vorher beim Vorstand mit Nennung des verantwortlichen Fahrtenleiters anzumelden.

Ansprechpartner:		
Bernd Kuhn 1. Vorsitzender	allgemeine Fragen, Wettkampfsport	Tel. 07551 66540
Ulrike Gut	Fragen zum Gesamtprogramm	Tel. 07551 2872
Margrit Höring	Ausbild. Erwachsene	Tel.07551 4415
Walter Nutz	Jugendrudern	Tel.07556 50520
Markus Hecht	Leiter der Jugendabteilung	Tel.07551 1293 0175 1114348

Veranstaltungsprogramm: Sommer 2008

Montag,	**14.04.**	**16:00 Uhr Beginn der Kinder- und Jugendausbildung** mit Anmeldung und Information
Samstag,	**19.04.**	**14:30 Uhr Besichtigung der Bodenseewasserversorgung** Näheres durch Aushang, E-Mail und Internet
Mi. – So.	**30.04. - 04.05. Wanderfahrt**	
		mit dem Hildesheimer Ruderclub auf der Lahn, Informationen s. Aushang und Internet
Sonntag,	**25.05.**	**08:30 Uhr Maiausfahrt zur Marienschlucht**
Samstag,	**31.05.**	**09:30 Uhr Bootshaus Steuermannskurs,** Theorie und Praxis
Sonntag,	**08.06.**	**8:30 Uhr Frühstücksausfahrt** zur Mainauer Bucht mit Picknick
Freitag,	**13.06.**	**19:00 Uhr Mondscheinausfahrt** mit Anlegen unterwegs
Freitag,	**20.06.**	**ab 19:00 Uhr Ruderhock: Grillabend zum Sommeranfang,** der Grill ist angeheizt, jeder bringt was mit.
Samstag,	**28.06.**	**Kreuzlinger Ruderfest, IRB – Veranstaltung** bitte Info beachten
Freitag,	**18.07.**	**19:00 Uhr Mondscheinausfahrt** mit Anlegen unterwegs
Sonntag,	**03.08.**	**8:00 Uhr Frühstücksausfahrt** nach Bodman
Freitag,	**15.08.**	**19:00 Uhr Mondscheinausfahrt** mit Anlegen unterwegs
Samstag, Sonntag,	**30./31. 08.**	**Wanderfahrt nach Radolfzell**
Samstag, Sonntag,	**13./14. 09.**	**Regatta in Bad Waldsee**
Samstag,	**11.10.**	**09:00 Uhr Arbeitseinsatz** auf dem Bootshausgelände
Sonntag,	**12.10.**	**Abschluss der Sommersaison 13:30 Uhr** gemeinsame Ausfahrt **15:00 Uhr** Kaffee und Kuchen
Samstag,	**08.11.**	**Jahresabschlussfeier**

Informationen zu diesen und weiteren Veranstaltungen: Aushang im Bootshaus, Südkurier, Hallo Ü und unter www.ueberlinger-ruderclub.de

Hochrheinrudertreff 2008 in Waldshut

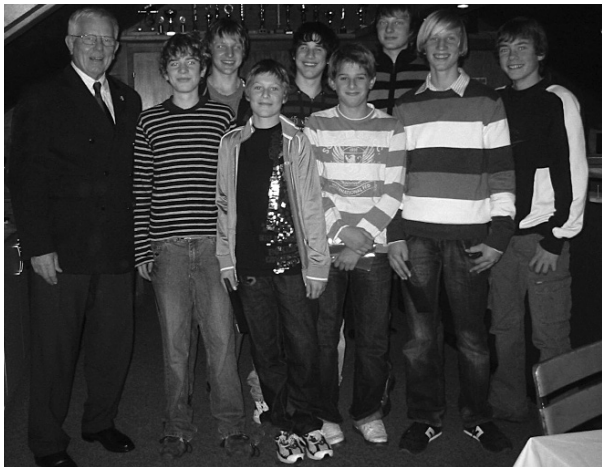
am **Sonntag 21. September 2008**
Nähere Informationen ab August am Schwarzen Brett.

Telefon-Nr:
Bootshaus am Strandweg – Tel. 07551 4962

Jahresabschlussfeier mit Ehrungen

Ca. 80 Mitglieder und Eltern unserer Rennruderer waren am 17. November zur Jahresabschlussfeier gekommen und füllten unseren festlich geschmückten Clubraum bis auf den letzten Platz. Nach der Begrüßung der Gäste hielt Bernd Kuhn zunächst einen kurzen Jahresrückblick und übereichte dann unseren Jubilaren Hardy Krämer und Klaus Reiser die Ehrennadel für 40-jährige Mitgliedschaft. Ursel Kolberg, Sonngart Prieshoff-Krämer, Klaus Zweifel sowie Mirko und Olaf Gläser erhielten die Ehrennadel für 25-jährige Vereinstreue.

Das Küchenteam und die Rennruderer mit Hubert Bockelmann



Danach war Essen angesagt. Das Verpflegungsteam um Margrit Höring hatte schmackhafte Maultaschen mit Salat vorbereite, die von aktiven Ruderinnen serviert wurden. Hierfür erntete Margrit und ihr Team wieder großes Lob und herzlichen Dank der Gäste.
Nachdem sich alle gestärkt hatten, nahm Hubert Bockelmann die Ehrung unserer erfolgreichen jungen Rennruder vor, die in der letzten Saison auf 10 Regatten 49 mal als Erste am Siegersteg anlegen konnten. Als herausragende Erfolge nannte H. Bockelmann den 2. Platz im Doppelzweier U 15 von Henrik Bischoff und Leon Zacharopoulos beim Bundesentscheid in Werder/Havel und die ersten Plätze von Leon und Henrik bei den Landesmeisterschaften in Bad Waldsee. Für ihre Erfolge wurden Henrik Bischoff, Mark Faupel, Francis Schweizer, Alexander Speer, Matthias und Thomas Walle sowie Leon Zacharopoulos mit einem Gutschein belohnt.
Nach dem offiziellen Teil saßen die Teilnehmer noch lange zusammen und nahmen die Möglichkeit, sich auszutauschen reichlich wahr. Es war ein gelungener und harmonischer Abend.

Hubert Bockelmann

Jugend aktiv im Winterhalbjahr

Auch in dieser Saison war neben dem regulären Jugendrudern dienstags und donnerstags um 16:30 Uhr den Jugendlichen ein vielfältiges Winterprogramm geboten. Jeden Dienstag stand für die etwas jüngeren Jugendlichen Schwimmen im Hallenbad in Salem auf dem Programm. Nass ging es mit unserem Winterprogramm los. Ende November ging es ins TuWas (Hallenbad) nach Tuttlingen, was auf großen Anklang bei den Jugendlichen stieß. Etwas trockener lief unsere nächste Jugendaktion ab. An einem Samstagnachmittag vor Weihnachten war den Jugendlichen ein Spielemittag im Ruderclub geboten. Jeder der wollte, konnte seine eigenen Brettspiele mitbringen. Als Ausgleich konnte man sich dann noch an unserem Tischkicker austoben. Zur Weihnachtszeit durften da natürlich auch nicht Weihnachtsgebäck und Punsch fehlen.

Nach einer kleinen Weihnachts-, und Neujahrspause, die die jungen Erwachsenen für Ihre mittlerweile schon traditionelle Skiausfahrt nutzten, ging es Mitte Januar weiter im Jugendprogramm. Es ging nach Kreuzlingen zum Schlittschuhlaufen, wo jeder seinen Eislaufkünsten freien Lauf lassen konnte. Als Stärkung durfte nachher natürlich der Besuch in einem amerikanischen Feinschmeckerrestaurant (Burger King) nicht fehlen. Sportlich ging es dann im Februar weiter. Die Schlittschuhe wurden gegen Fußballspieler im Kleinformat (Tischkicker) ausgetauscht. Nach einer kleinen Aufwärmrunde wurde dann ein Turnier gespielt. Gespielt wurde jeweils Doppel und Einzel sowie Mixed. Dem Sieger in den jeweiligen Kategorien winkte ein Kinogutschein. Aber auch die anderen gingen nicht leer aus. Ihnen winkte eine große Portion Süßes.
Nach all den sportlichen Betätigungen wurde als Abschluss der Winteraktivitäten noch etwas für die Allgemeinbildung getan. Im März ging es nach Winterthur ins Technorama, wo Neuigkeiten aus Natur und Technik bestaunt werden konnten. Toll war vor allem, dass alles hautnah ausprobiert werden durfte. Diese Aktion bildete gleichzeitig den Abschluss unseres Winterprogramms.

Nach den Osterferien geht es dann immer dienstags und donnerstags um 17:00 Uhr mit dem Sommerprogramm weiter. Dort beginnt dann auch die Ausbildung für die Jugendlichen. Bleibt nur noch auf gutes Wetter, ruhiges und vor allem genügend Wasser zu hoffen, damit der Notsteg nicht allzu oft beansprucht werden muss.

Markus Hecht

Als neue Mitglieder begrüßen wir

In der Zeit zwischen dem Erscheinen der letzten und der jetzigen Ruderzeitung haben sich folgende Ruderinnen und Ruderer unserem Verein angeschlossen.

Gillian, Ursula-Maria	Aktiv
Granmayeh, Alexander	Jugend
Hald, Manuel	Jugend
Neumann, Tobias	Aktiv
Ressel, Christopher	Jugend

Der Vorstand

Geschäftsführender Vorstand
1. Vorsitzender: Bernd Kuhn,
Tel.:07551 66540, Fax: 07551 2249,
Funk: 0175-1644630
E-Mail: Kuhn.Ueberlingen@t-online.de

Stellv. Vorsitzender allgem. Bereich:
Ulrike Gut, Tel.: 07551 2872,
E-Mail: ulrike-gut@web.de

Stellv. Vorsitzender Bereich Finanzen:
Andreas Fundinger, Tel.: 07551 938575

Mitglieder des Beirates
Vertreter der Jugendabteilung:
Markus Hecht,
Tel. 07551 1293 und 01751114348,
E-Mail: markus-hecht@gmx.de

Ruderwartin:
Margrit Höring, Tel.: 07551 4415,
E-Mail: mp.hoe-ueb@t.-online.de

Jugend-Ruderwart:
Walter Nutz, Tel.: 07556 50520,
E-Mail: w.nutz@t-online.de

Hauswart:
Michael Jurtz, Tel.: 07553 6933,
E-Mail: michael.jurtz@arcormail.de

Bootswart:
Wolfgang Neitzel, Tel.:07551 9499558,
E-Mail: w.neitzel@friedrichshafen.de

Festwart:
Guntram Neuschl, Tel.: 07551 915981,
E-Mail: neuschl@t-online.de

Kantinenwartin:
Margot Ritter, Tel.: 07551 948784,
E-Mail: margot.ritter@t-online.de

Schriftführerin:
Silke Speer, Tel.: 07557 8907
E-Mail: silke.speer@freenet.de

Öffentlichkeitsarbeit:
Dr. Markus Bittmann, Tel.: 07551 1247,
E-Mail: Markus.Bittmann@t-online.de

Mitgliede./ Beitragswesen:
Mirko Gläser, Tel.: 07551 970622
E-Mail: info@ing-glaeser.de

Vertreter der Passiven: Joachim Schaefer,
Tel. und Fax: 07551 4714

Kassenprüfer:
Jürgen Herr, Markus Hecht

Trainer :
Bernd Kuhn, siehe oben

Schriftverkehr bitte an folgende Anschrift:
Überlinger Ruderclub Bodan e.V.
c/o Bernd Kuhn,
Heinrich Emerich Strasse 35
88662 Überlingen

Einmaliger Rudergenuss

Bitte Arbeitskarten bis Mitte April im Ruderclub in den Postkasten im Eingangsbereich einwerfen!

Das Einzige, was den spiegelglatten See stellenweise verändert, sind Wellenkreise, die in regelmäßigen Abständen nach dem Eintauchen der Ruderblätter erscheinen und nach und nach wieder verschwinden. Die Mannschaft im Fünfer gleitet wortlos dahin, um die unglaubliche Stille auf dem Überlinger See zu genießen. Außer dem rhythmischen Klacken der Skulls in den Dollen gibt es kaum einen Laut. Und obwohl laut Kalender tiefster Winter angesagt ist, hat die bleiche Sonne die Luft auf Plusgrade erwärmt, und von Nebel ist keine Spur. Ideale Voraussetzungen fürs Winterrudern!

Endlich gehört der See wieder den Ruderbegeisterten. Außer der Fähre nach Wallhausen ist kein Schiff am Landungsplatz zu sehen. Wer auf Platz eins sitzt, kann endlich aufatmen und muss nicht ständig den Kopf drehen, um nach Hindernissen aller Art Ausschau zu halten, und zig Mal "Ruder Halt" rufen. Wann ist so ein ungestörtes Rudern in der Hauptsaison noch möglich? Vielleicht frühmorgens – wenn überhaupt! Die wenigen Wellen, die vereinzelt anrollen, kommen von der Wapo oder den Fischerbooten. Somit durchkreuzt nichts unsere Route zum angesteuerten Ziel in Richtung Marienschlucht.

Als ich das erste Mal hörte: „Winterrudern ist das besondere Rudererlebnis", habe ich Margrit Höring und Ulrike Gut etwas entsetzt angeschaut, sie in Gedanken für total rudersüchtig erklärt und mich beim bloßen Gedanken an die Kälte geschüttelt! Inzwischen habe selbst ich Verfrorene meine Begeisterung fürs Rudern in dieser Jahreszeit entdeckt. Meine größten Bedenken, beim Rudern ohne Handschuhe eiskalte Finger zu bekommen, haben sich längst aufgelöst.

Während der Winterzeit sind allerdings die Ruderzeiten eingeschränkt. Angenehm ist der frühe Nachmittag, nur richtig „Winterharte" rudern auch morgens. Einige Telefonate sind schon notwendig, um außerhalb der festen Ruderzeiten die Mannschaft für einen Vierer oder Fünfer zusammenzubringen. Im Idealfall sollte es halbwegs sonnig und vor allem windstill sein, damit das Thermometer für die weniger Abgehärteten einige Striche über Null zeigt.

Abgesehen von den Bekleidungsschichten – ganz wichtig ist die Ruderweste – und den knappen Pausen, bereitet Rudern an Wintertagen großes Vergnügen. Wäre da nicht die Plackerei am Notsteg, könnte selbst ich süchtig danach werden.

Ilse Wagner

Rudern im Winter vom Notsteg

Wandern am Funkensonntag

Einen sonnigen Sonntag hatte Klaus Maier für den Fußmarsch nach Frenkenbach bestellt und ihn auch bekommen. 20 Wanderlustige trafen sich in Stetten, um sich von dort auf den Weg nach Frenkenbach zu machen. Klaus führte uns vorbei an Wiesen und Feldern, zwischendurch im Gänsemarsch durch den Wald, hinauf zum Haldenhof oberhalb Hagnaus bis nach Frenkenbach.
An der romanischen Kirche St. Oswald und St. Otmar las er deren Geschichte vor und wies auf ihre Besonderheiten hin. Die Chorturmkirche wurde im 12. Jh. aus Feldsteinen erbaut. In dem 16 m hohen Turm schlägt noch heute eine Glocke von 1677. Das Gotteshaus besticht durch seine Schlichtheit und ist das älteste Gebäude auf der Gemarkung Immenstaad. Die Kirche unterstand im Verlauf ihrer Geschichte den Herrschaften von Ellenbach, dem Kloster Weingarten, der Reichsstadt Überlingen und dem Großherzogtum Baden.
Nach dem Besuch der Kirche wanderten wir an Obstplantagen und Rebhängen entlang bis kurz vor Kippenhausen, von wo der Rundweg zum Aussichtspunkt Wilhelmshöhe führte. Dort trafen wir auf den „Funken" der Hagnauer Jugend, der zwar noch nicht fertig aufgebaut war, aber die Funkenbar war bereits geöffnet. Bei Kaffee und Kuchen genossen wir den fantastischen Ausblick auf den Obersee und das Schweizer Ufer. Derart gestärkt war es um so schöner, auf dem sonnigen Höhenweg über Harlachen zurück zum Ausgangspunkt nach Stetten zu wandern.
Auf der Rückfahrt nach Überlingen hielten wir an der barocken Wallfahrtskirche in Baitenhausen. Die Einkehr nebenan im „Grünen Berg" war gerade richtig, um den Durst zu stillen, die schon wieder leeren Mägen zu füllen und den schönen Tag ausklingen zu lassen.

Ilse Wagner

v.l.: Ilse Wagner, Markus Heberle, Klaus Maier

Rudersalat

Wenn das Boot ruhig dahingleitet, die Ruderblätter gleichzeitig aufdrehen, eintauchen und nach dem Durchziehen ebenso gleichmäßig ausheben, wenn die Skulls hörbar in den Dollen einrasten und die Blätter beim Vorrollen wieder aufdrehen, scheint zumindest der Bewegungsablauf richtig zu sein. Wenn dann auch noch die Körperhaltung annähernd stimmt, gibt es für die Ausbilderin eine Atempause.

„Rudern lernt man nur durch Rudern", war das Erste, das ich im Boot zu hören bekam. Es sieht so aus, als wären viele Ruderkilometer notwendig, bis die Ruderschläge irgendwann gut gelingen. Bis dahin führt so mancher Schlag zum Rudersalat! Dieses Verhaken der Skulls – der Albtraum eines jeden Anfängers! – unterbricht den Ruderfluss und stoppt das Boot. Also, Skulls sortieren, Ruder hoch und Blatt ab, bis zum nächsten Kommando: "In die Auslage – vorwärts – los!" Schlag für Schlag geht es weiter, bis sich erneut Fehler einschleichen.
„Hör auf zu denken und konzentriere dich auf den Bewegungsablauf!", ruft mir die Ausbilderin zu. Leicht gesagt, wenn der Kopf zu sehr mitmischt, dabei die Koordination von Händen und Beinen durcheinander gerät. Meine Hände schmerzen. Ich habe sie wiederholt überdreht, weil ich die Daumen von den Griffenden genommen habe. Die berühmte "Kralle" will mir einfach nicht gelingen, und die Blätter schleifen schon wieder übers Wasser.
„Aufrecht sitzen, Siegerhaltung!", höre ich von hinten, „langsam vorrollen, früher aufdrehen, zuerst mit den Armen und dann mit dem Oberkörper in die Vorlage, Wasser fassen nicht vergessen, lang durchziehen, die Blätter ausheben ... ."
Von gleichmäßiger Schlaglänge oder Schlagkraft ist noch keine Spur. Ich weiß zwar, dass das Stemmbrett zum Stemmen da ist und der Rollsitz zum Rollen, aber so einfach ist das nicht immer! Die Beine und Hände wollen nicht so, wie es sein soll. Und dann muss auch noch der Bewegungsablauf auf Steuerbord und Backbord identisch sein! Je weniger Fehlschläge es werden und desto mehr der richtige Schlag gelingt, um so größer wird meine Freude an diesem Sport.
Nach Tausenden von Ruderschlägen habe selbst ich „Spätberufene" inzwischen das Rudern einigermaßen erlernt und werde dabei immer gelassener. Das besondere Erlebnis auf dem Wasser, das ich nicht mehr missen möchte, belohnt Ruderneulinge für die anfänglichen Mühen.

Ilse Wagner

Pressemitteilung des Landesruderverbandes Baden-Württemberg
Deutscher Rudertag

Höchste Auszeichnung für Bernd Kuhn

Der Deutsche Ruderverband (DRV) verlieh Bernd Kuhn, dem Vorsitzenden des Landesruderverbands Baden-Württemberg, für sein Engagement im Rudersport die Plakette für besondere Verdienste. Die Ehrung mit dieser höchsten Auszeichnung des DRV nahm dessen Vorsitzender Helmut Griep beim 58. Deutschen Rudertag in Köln vor. Der DRV würdigt mit der Plakette das jahrzehntelange Engagement Bernd Kuhns als Vorsitzender des Überlinger Ruderclubs Bodan, als Initiator, Mitbegründer und Vorsitzender des Landesruderverbands Baden-Württemberg und die mit mehreren Weltmeisterschaftsmedaillen und zahlreichen deutschen Meisterschaften sehr erfolgreiche Trainertätigkeit im Nachwuchsbereich seines Vereins und des Landesruderverbands.
Bernd Kuhn wurde 2002 die Ehrennadel des Landes Baden Württemberg durch den Ministerpräsidenten des Landes verliehen.

Günter Beck

Impressum:

Überlinger Ruderclub Bodan e.V.
Strandweg 18a, Postfach 101933, 88662 Überlingen

Erster Vorsitzender:
Bernd Kuhn
Stellvertretender Vorsitzender/Allgemeines:
Ulrike Gut
Stellvertretender Vorsitzender/Finanzen:
Andreas Fundinger

Redaktion: Dr. Markus Bittmann
Layout: Ulrike Braun
Braun, Meissner-Braun, Büro für Gestaltung

Adressfeld

Messdollen

Durch die großzügige Unterstützung unseres Sponsors, der Firma Pressol, ist es uns gelungen, ein Messsystem anzuschaffen, mit dem die Kraft und der Kraftverlauf während eines Schlages, der geruderte Winkel sowohl vor als auch hinter der Dolle, die Bootsgeschwindigkeit, die Beschleunigung sowie die Bewegung in der Vertikalen und Horizontalen erfasst und aufgezeichnet werden. Die spätere Auswertung am PC zeigt Defizite in der Schlagstruktur auf und so können entscheidende Verbesserungen eingeleitet werden.
Das Bild zeigt die Messdolle und den Monitor, der die Daten speichert und dem Ruderer schon während des Schlages entscheidende Hinweise gibt.

Bernd Kuhn

Was sonst noch wichtig ist!

Mitglieder, die die Einrichtungen des Vereins nutzen, sind verpflichtet 5 Arbeitsstunden pro Jahr abzuleisten. Fehlstunden werden Erwachsenen mit je 12 € und Jugendlichen mit 8 € belastet. Arbeitsstunden können an den allgemeinen Arbeitstagen oder nach Absprache mit den zuständigen Vorstandsmitgliedern abgeleistet werden, sie sind in Arbeitskarten (beim Vorstand erhältlich) einzutragen und vom zuständigen Vorstandsmitglied bestätigen zu lassen.

Immer wieder erhalten wir Postsendungen mit dem Vermerk „unbekannt verzogen" zurück. Auch die Bankdaten sind oft nicht mehr aktuell, weil sich die Bank oder die Kontonummer geändert hat. Die daraus resultierenden Rücksendungen und Rückbuchungen verursachen erhebliche Kosten und bringen für die zuständigen Vorstandsmitglieder unnötige Mehrarbeit mit sich. Deshalb informieren Sie uns bitte, wenn sich bei Ihnen etwas ändert.

Seit einiger Zeit informieren wir unsere Mitglieder per E-Mail über geplante Aktivitäten. Wenn Sie bisher keine E-Mails von uns erhalten haben, fehlt uns noch Ihre Adresse. Senden Sie einfach eine Mail an Kuhn.ueberlingen@t-online.de, Sie werden dann in den Verteiler aufgenommen. Und denken Sie bitte daran uns Bescheid zu geben, wenn sich Ihre Mailadresse geändert hat.

Unser Ruder-T-Shirt findet guten Anklang und hat sich bewährt. Es besteht aus dem schnell trocknenden „dri-release" Funktionstrikotstoff aus 85% Polyester und 15% Baumwolle. Es ist unser Wunsch, dass alle Mitglieder das T-Shirt beim Rudern tragen. Wer noch keins hat, kann es für 13 € bei Bernd Kuhn oder Ulrike Gut kaufen.

Die Verbandszeitschrift „Rudersport" wurde neu gestaltet. Sie ist attraktiv aufgemacht, enthält interessante Berichte aus unserem Rudersport und bringt eine Menge interessanter Beiträge zur Fitness und Entspannung aus verschiedenen Gymnastikschulen und zum Sporttreiben ganz allgemein. So erschien in der Oktoberausgabe 2007 z. B. ein interessanter Beitrag zum Rückentraining mit dem Gymstick. Wir müssen eine Mindestmenge als Pflichtabonnements abnehmen und suchen hierfür Interessenten. Falls Sie ein Abonnement (auch zeitlich befristet) übernehmen möchten, wenden Sie sich bitte an Bernd Kuhn. Der „Rudersport erscheint 20 mal pro Jahr und kostet 91,35 € inkl. Versandkosten.