



REGATTA

1/2005



Vereinszeitschrift des Ruderverein Emscher
Wanne-Eickel – Herten e.V.
Am Westhafen 27, 44653 Herne
www.rvemscher.de

RVE-Trainerbüro:

Tel./Fax (02325) 741 31

Trainer Jochen Wittor:

Mobil (0173) 532 32 46

e-Mail: rve-j.wittor@t-online.de

Bootshaus-Gastronomie:

Tel. (02325) 7 16 38

Bankverbindung:

Herner Sparkasse

Konto-Nr. 1 019 009

BLZ 432 500 30

1. Vorsitzender:

Manfred Kruse

pr. (02325) 37 04 56

e-Mail: manfred.kruse@ib-wesemann.de

Vorsitzender:

Karl-Heinz Wick

die. (02325) 78 83 11

Vorsitzender Sport:

Dr. Hans-Joachim Siering

pr. (02361) 6 28 04

die. (02361) 3 60 51

Schatzmeister:

Bernd Winkelmann

die. (02323) 59 07 20

Geschäftsführer:

Rüdiger Stirnberg

pr. (0231) 96 72 170

die. (02325) 78 71 20

Redaktion:

Friedhelm Unger, Herne

pr. 02325/79 42 90

e-Mail: friedhelm.unger1@freenet.de

Layout und Gesamtherstellung:

Blömeke Druck, Herne

Liebe Mitglieder	3
Der Schatzmeister hat einen Traum	5
Vereinsmeisterschaften	6/7
Landessportfest der Schulen	9
Bundesfinale –	
Jugend trainiert für Olympia	11
Ein kleiner Bericht über den fernen	
Osten und die Ruder-WM 2005	13-17
Landesmeisterschaften NRW	19
Die Deutschen Sprintmeisterschaften .	21/22
Herbsttrainingslager „zu Hause“	25-27
Saisonabschlussfest mit Ehrung der	
erfolgreichen Sportler	29-31
Neujahrsempfang.....	31
Rückblick – Der Egoismus oder ich	33-37
Herzlich willkommen	37
Vorstellung der Übungsleiter	39
Unser Nachläufer	
hat einen Heißläufer	41-45
Mitglieder werben Mitglieder	45
Wanderrudern der Kinder	46
Heute laufe ich mal auf	
meinem Fettstoffwechsel	47-49
Wir im Internet.....	49
Wie viel Sport braucht der Mensch?	50
Ist Fitness und Gesundheit das Gleiche? ..	51
Wer etwas bewegen will,	
muss sich bewegen!	52
Was bietet das Rudern?	52
Treffen der Vereinsfamilie	53/54
Steuermannslehrgang	54
Lightblue vs. Darkblue	55-58
Mixedboot	59
Schlemmen und Genießen	
in der Bootshaus-Gastronomie	60
Besondere Geburtstage	61
Dank an alle Sponsoren	61
Unsere Vereinsjubilare	63
Wir gratulieren	63
Ruder-Olympiasieger Hans Lenk	64



Liebe Mitglieder,

bei meiner Ansprache zum Anrudern am 5. Mai 2005 führte ich aus: „Wir stehen in diesem Jahr und wahrscheinlich in den nächsten zwei bis drei Jahren vor einer großen Herausforderung. Die endgültige Entscheidung zum Bau eines neuen Bootshauses auf dem Gelände der ehemaligen Zeche Unser-Fritz II/III wird noch in diesem Jahr fallen, der Grundstein könnte dann Mitte nächsten Jahres gelegt werden.“

Dieser Traum ist nicht in Erfüllung gegangen, denn mit dem Schreiben vom 3. Juni 2005 teilte uns das Ministerium für Städtebau und Wohnen, Kultur und Sport (MSWKS) schriftlich mit, dass nach eingehender Prüfung aller zur Verfügung gestellten Unterlagen einer Förderung des Bootshausesneubaus nicht zugestimmt wird.

Diese Entscheidung hat uns tief getroffen, denn in der Zeit zwischen Januar 2004 und März 2005 wurden viele zeitraubende Verhandlungen mit Vertretern der Stadt Herne, den Beratungsbüros Startklar und Stadtart, den Architekten Frau Klingelhöfer und Herrn

Laboda, dem Planungsbüro Prof. Scheuven und Wachten und dem Circus Schnick-Schnack geführt. Aber alleine, ohne Fördermittel, können wir einen Neubau nicht schultern. Die Entscheidung ist also gefallen, wir werden an unserem jetzigen Standort bleiben, an dem wir uns ja 78 Jahre wohlfühlt haben. Eine große Herausforderung kommt aber dennoch auf uns zu, denn die Bauschäden an unserem Bootshaus müssen dringend beseitigt werden. Umfangreiche Baugrunduntersuchungen durch Herrn Prof. Dr.-Ing. Düllmann sind bereits abgeschlossen, ein Team junger Bauingenieure wird die Schäden an unserem Haus auflisten und ein Konzept für die Sanierung entwickeln. Es kommt also ein Menge Arbeit, verbunden mit hohen finanziellen Belastungen, auf uns zu.

**Packen wir es an, gemeinsam
werden wir es schaffen!**

Ich sende Ihnen herzliche Grüße zum Weihnachtsfest und alle guten Wünsche zum neuen Jahr

Ihr Manfred Kruse

Verzeichnis der Inserenten

ADS – Herne.....	57	Gockeln Fenster & Türen.....	43	Reisebüro Rupieper.....	28
Advisa.....	38	Grafs-Reisen.....	14	Reisebüro Wanne Nord.....	10
Autohaus Tiemann.....	34	Hamburg-Mannheimer		R + M KFZ Werkstatt.....	55
Backhoff, Dröge,		W. Popp.....	49	Restaurant Bootshaus.....	65
Spengler.....	64	Hartke u. Sohn.....	50	Salon Haarmonie.....	17
Autolackiererei Berkel.....	8	Heckeroth.....	7	Schäfer Optik.....	32
Bäckerei Brinker.....	27	Heidicker.....	51	Schneider Engineering.....	30
Bauuntern. Jörg Müller.....	44	Herner Sparkasse.....	23	Schwing.....	42
Bauuntern. Ralf Müller.....	66	IGB O. Ebrecht.....	29	Stadt-Parfümerie Pieper.....	26
Baugeschäft		Ing.-Büro Dr. Wesemann.....	62	Stadtwerke Herne.....	67
Günther Nolte.....	56	Kern Getränke.....	33	Taxi Busmann.....	25
Blömeke Druck SRS.....	68	Kosmetik Kaiser.....	49	Wanne-Herner Eisenbahn... 40	
BrillenFreund.....	46	Kostuj Metallbau.....	47	Westhoff & Frie.....	31
D & S Kältetechnik.....	13	Möbelspedition Frye.....	20	Wiegmann.....	37
Prof. Düllmann.....	12	Müller. Die lila Logistik.....	24	Wiemer & Trachte.....	16
Fahrschule Möller.....	58	Paracelsus-/Ruhr-Apotheke.....	45	Witt & Kollegen.....	18
Falck-Herrmann-Mohrmann.....	41	Phadimed.....	53	Wöhle, Dröge, Reuter,.....	64
Fleischerei Boeder.....	4	Provinzial H.-J. Zaremba.....	54	Zänker Orthopädie.....	48
Ford Heilmann.....	15	Reifen Stiebling.....	22		





Fleisch- und
Wurstesser
sind bessere Ruderer

Ihre City-Fleischerei

Boeder

Wanne-Eickel
Hauptstraße 246
Telefon 7 11 90
Hauptstraße 9
Telefon 3 38 31



Der Schatzmeister hat einen Traum ...

**Liebe Ruderkameradinnen,
liebe Ruderkameraden,**

kürzlich hatte der Schatzmeister des RVE einen Traum.

Die Mitglieder waren unzufrieden mit den niedrigen Mitgliedsbeiträgen.

Die Sponsoren standen an der Tür Schlange und aufgrund der vielen Spenden sind die Spendenguthaben ausgegangen. Der Sportdirektor konnte das vorgegebene Budget nicht ausgeben. Die Hausbank rief an und musste ein neues Konto anlegen, weil sich auf dem ersten Konto schon so viel Guthaben angesammelt hatte.

Und dann wachte er plötzlich auf und wusste, es war nur ein Traum!

Nun aber Spaß bei Seite, kommen wir zur Wirklichkeit zurück. Der Ruderverein Emscher hat eine lange Tradition und verfügt über ein intaktes Vereinsleben.

Es tummeln sich eine Menge begeisterter Kinder am Bootssteg, die von neun Übungsleitern und einem Trainer betreut werden. Unser Angebot reicht vom Breitensport bis zum Leistungssport.

Hier haben wir erfolgreiche Aktive in allen Altersgruppen. Der RVE hat einen guten Namen in der Bevölkerung und wir können stolz sein, zur Vereinsfamilie zu gehören.

Nun sind wir aber kein Fußball- oder Handballverein. Wir brauchen mehr als nur einen Trikot-Satz und einen Ball. Der Bootspark, die zahlreichen Trainingseinheiten von rd.

1.300 Stunden pro Jahr und die Regatten müssen bezahlt werden.

Bezahlt von den Mitgliedsbeiträgen, den Sponsorengeldern und den eingehenden Spenden. Der Wind weht rauer, die Förderer aus der Wirtschaft werden immer weniger. Der Vorstand ist ständig bemüht, den Kreis der Sponsoren zu erweitern. Aber auch die Vereinsfamilie ist gefragt. Diejenigen, die die Leistung des Rudervereins in Anspruch nehmen, bitte ich darüber nachzudenken, ob Sie nicht mehr für den Ruderverein Emscher leisten wollen und können.

Damit auch zukünftig die Vereinsfahne stets im Winde wehen kann, bitte ich Sie, unterstützen Sie den RV Emscher durch Mitgliederwerbung, durch Werbung weitere Sponsoren und durch Ihre Spende. Vielleicht geht dann der Traum des Schatzmeisters doch noch in Erfüllung.

**Der Schatzmeister
des RVE
Bernd
Winkelmann**



Vereinsmeisterschaften und Sattelplatzfest

Alle Mitglieder des RVE waren nach 2003 bereits zum dritten Mal aufgefordert, am 10. September wieder ihren Vereinsmeister auf dem Rhein-Herne-Kanal zu ermitteln. Das Wetter war prima und es fanden sich einige Unentwegte ein, die bereit waren, passiv den entsprechenden Rahmen zu bilden oder aber aktiv zu Riemen und Skulls zu greifen.



UNSERE VEREINSMEISTERIN U14 CONSTANZE SIERING

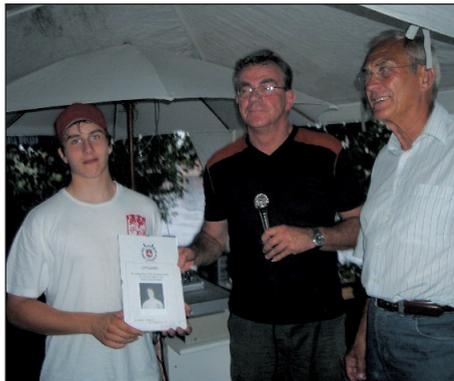
Cheftrainer und Wettkampfleiter Jochen Wittor hatte die Ausschreibung erträglich und gleichzeitig raffiniert gestaltet: Im K.-o.-System ging es jeweils über 300 m. Beginnend beim Achter wurde das Siegerboot geteilt und in der jeweils nächst kleineren Bootsgattung wieder gegeneinander gesetzt.

Um die Anwesenden nicht mit der eigentlich notwendigen Strategie: „Such dir einen Partner, dem du zwar überlegen zu sein glaubst, mit dem du aber alle anderen zunächst schlagen kannst“ ins Chaos zu führen, wurden der Einfachheit halber die Bootsbesetzungen gelöst.

In der offenen Klasse Ü 14 stellten sich dann zunächst drei Achter dem Starter, die in jeweils zwei Rennen jeder gegen jeden ihren Sieger ermittelten, wobei es tatsächlich einen Achter gab, der zwei Siege auf seinem Konto verbuchen konnte und damit das nicht vorhandene Schiedsrichterteam auch vor weiteren Problemen verschonte. Bei den Kindern gingen vier Doppelvierer mit dem-

selben Ausscheidungssystem an den Start. Es wurden teils spannende Rennen mit Ziellinienentscheidungen geboten, ohne dass man jedoch ein Zieleinlaufvideo benötigt hätte. Das Zielgericht – die anwesende Zuschauerschar – kam auch ohne weitere technische Hilfsmittel mit alkoholgeschärftem Blick zu einstimmigen Entscheidungen mit sehr hoher Akzeptanz, denn von offiziellen Protesten seitens der teilnehmenden Mannschaften wurde nichts bekannt, zumal eine Annahmestelle für so etwas – wie schon erwähnt – auch nicht vorhanden war.

Der Chronist möchte auch nicht unbedingt behaupten, dass die frühzeitig Ausgeschiedenen nach ihrer Niederlage sehr frohgemut den Weg zum Bierstand suchten. Schließlich ärgert ein richtiger Ruderer sich ja doch über 1/100 Sekunden Niederlagen – und sei es nur für fünf Minuten. Die Suche war in diesem Jahr auch nur unwesentlich schwerer als sonst, weil man statt des Sattelplatzes die „Landzunge“ mit direkter Einsicht in die Regattastrecke als Veranstaltungsort gewählt hatte.



MIKE STRUCKMEIER (L) VERTEIDIGTE IN DER OFFEN KLASSE SEINEN TITEL

Jedenfalls hat sich wohl keiner der 38 Unterlegenen besonders gegrämt. Es konnte schließlich nach dieser harten Selektion nur zwei Sieger geben, in jeder Wettkampfklasse einen. Bei den Kindern setzte sich mit vier



gewonnen Rennen Constanze Siering als Favoritin durch.

In der Klasse Ü 14 hingegen war es bereits frühzeitig zu einem Favoritensterben gekommen. Unsere „Cracks“ Moritz Boeddinghaus und Bernd Heidicker konnten mit ihren Booten nicht in die Endkämpfe eingreifen und fanden sich frühzeitig am Bierstand wieder (wo beide – gerüchteweise – geäußert haben sollen, sie „wollten jetzt erst recht versuchen, im nächsten Jahr wieder voll dabei zu sein“), was aber natürlich nur zeigt, dass Rudern ein Mannschaftssport ist.

Etwas mehr Glück mit der Auslosung hatte Mike Struckmeier, der, als mannschaftliche Geschlossenheit im Endlauf (dem fünften Rennen) nicht mehr so gefragt war, noch einmal richtig zulangte und dafür sorgte, dass die Vereinsmeisterschaft an einen Nachwuchsruderer ging. Herzlichen Glückwunsch an die beiden Sieger.

Dass man sich nachher noch zu Bier und gutem Essen zusammenfand, hat im RVE bei



„ALTMEISTER“ UNTER SICH, RUDOLF JUPPIEN, FRIEDHELM UNGER, DIETER KURRAT UND GÜNTHER HERBOLD SIND VON DER VEREINSMEISTERSCHAFT BEGEISTERT

solchen und ähnlichen Gelegenheiten bekanntermaßen gute Tradition. Dass die Besucher schon vor 23.00 Uhr das Fest verließen, war der letzten lauen Sommernacht in diesem Jahr eigentlich nicht würdig.

Dr. med. H.-J. Siering

Fliesenfachgeschäft HECKEROTH

Ausführung sämtlicher Fliesenarbeiten

Magdeburger Straße 42
44651 Herne
Telefon 0 23 25/3 51 43
Telefax 0 23 25/3 19 29



BERKEL

PKW- und LKW-LACKIEREREI

seit
1960

AUTO - EINBRENNLACKIERUNG
KAROSSERIE - INSTANDSETZUNG
WERBEBESCHRIFTUNG
SANDSTRAHLUNG

*Bei der Abwicklung von Unfallschäden
sind wir Ihnen gerne behilflich!*

Herne 2 (Wanne-Eickel) • Wiesenstraße 57

☎ 0 23 25 / 95 99-0



Landessportfest der Schulen

Meine ältere Schwester Constanze und ich rudern seit einiger Zeit in der Kinderabteilung des RVE. Wir besuchen beide das Gymnasium Petrinum in Recklinghausen. Bereits im letzten Jahr war meine Schwester im Einer als einzige für die Schule bei der Landesregatta der Schulen auf dem Baldeneysee in Essen gestartet, dort aber bei einer Wind- und Wellenregatta fast untergegangen.

Auf den Kinderregatten hatten wir bereits mehrfach Ruderinnen vom RV Rauxel getroffen, die ebenfalls unsere Schule besuchen. Irgendwann ist dann jemand auf die Idee gekommen, dass man ja auch mal einen Schulvierer fahren könnte. Sofort gingen wir gemeinsam mit Johanna Doktor, Grete und Malte Jakschik (das sind die „Rauxeler“) zu unserem Sportlehrer Tommy Wyrwoll, der früher auch schon erfolgreich beim RVE gerudert hat. Der war ganz begeistert und hat sofort die Unterlagen für die Schülerregatta angefordert. Daraus ging hervor, dass man sich in unserer Bootsklasse sogar für den Wettkampf „Jugend trainiert für Olympia“ qualifizieren konnte. Man musste allerdings den Landeswettbewerb der Schulen in NRW gewinnen – hups!

Am 28. Juni hatten wir dann Gelegenheit auf der normalen Schülerregatta zu üben und gewannen tatsächlich gegen 5 weitere Mannschaften.

Trotz des am Vortag gewonnenen Rennens durften wir uns am 29.06.2005 nicht zu sicher sein, dass wir eine Chance auf den Titel beim Landessportfest der Schulen und damit auf die Qualifikation für Berlin hatten. Doch nach der bravourös gemeisterten Langstrecke (über 3000 m), die als Vorrennen bei zwölf gemeldeten Booten zu absolvieren war und die wir mit 16 Sekunden vor dem zweiten Boot gewannen, konnten wir zumindest mit einer guten Platzierung rechnen.

Als wir uns etwa eine Stunde vor dem Rennen fertig machten, waren trotzdem alle sehr nervös. Jetzt ging es los: Wir brachten



SIEG BEIM LANDESPORTFEST DER SCHULEN
V.L. STM. MALTE UND GRETE JAKSCHIK, JOHANNA
DOKTOR, CHARLOTTE SIERING, CONSTANZE SIERING

das Boot zu Wasser und fuhren locker zum Start hoch. In den Startblöcken fing der Schiedsrichter auch schon mit der Aufzählung der Schulen an und schrie dann so laut er konnte sein berüchtigtes „AchtungLOS!“, und schon fingen alle Boote an ihr Bestes zu geben. Doch das Petrinum-Boot hatte ein Problem. Auf Position drei (dort saß ich) war das Stemmbrett rausgetreten. Was war passiert? Wurden wir sabotiert oder hatte unser Sportlehrer beim Festziehen der Stemmbretter in die falsche Richtung gedreht?! Dass wir mit dem Ausfall keine Chancen hatten, begriff unsere Schlagfrau (meine Schwester Constanze) schnell, hob die rechte Hand und brüllte dem Schiedsrichter „Bootschaden“ entgegen. Nach kurzem Überlegen stoppte der Schiedsrichter das Rennen. Jetzt waren aber nicht nur bei uns die Nerven am Boden sondern auch bei unseren Gegnern. Schnell fuhren wir zum Steg zurück und behoben den Schaden. Wieder ruderten wir zum Start hoch. „Achtung LOS!“ schrie der Schiedsrichter wieder. Ohne großartige Probleme, außer dass unser Steuermann Malte auf dem weiten Baldeneysee die Richtung verlor, etwas verstellte und der Schiedsrichter wie wild geworden „Recklinghausen – nach Backbord“ kreischte, gewannen wir mit knapp 2 Längen. Jetzt war die Reise nach Berlin gesichert.

Charlotte Siering



DREAM TEAM



STIFTUNG
WARENTEST

GUT

Im Test: Beratungsleistung von 16
Reisebüroketten und Franchisesystemen
2 gut, 11 befriedigend, 3 ausreichend

test

4/2000

Frau Steffi Schrader, Herr Oliver Adamski, Frau Meike Reck,
Frau Irene Salert: Bei uns werden Sie kompetent
beraten und erhalten 1-A-Service, verbunden mit der
allerbesten Qualität, eben „Schöne Ferien“. Das sind
die Vorzüge eines Teams, das Ihre Träume in Sachen
Urlaub wahr werden läßt. Worauf warten Sie noch?
Denn um Ihre Träume deuten zu können, müssen Sie
bei uns vorbeischaun. Also bis dann!

[HTTP://WWW.TUI-REISECENTER.COM](http://www.tui-reisecenter.com)



REISECENTER

HAUPTSTRASSE 313, 44649 HERNE
TEL. 02325/98 82 98 / FAX 02325/5 36 30



Bundesfinale – Jugend trainiert für Olympia

Anschließend an unseren Sieg beim Landes-sportfest der Schulen konzentrierten wir uns auf unseren Gymnasium Petrinum-Vierer (Margarethe Jakschik, Johanna Doktor, Charlotte und Constanze Siering sowie Steuermann Malte Jakschik) und trainierten für das Bundesfinale „Jugend trainiert für Olympia“ in Berlin vom 18. bis 22. September. Olga Baranowski leitete unsere 10 Wochen lange Vorbereitung, die leider immer wieder ferienbedingt unterbrochen wurde.



UNSERE FINALTEILNEHMER IM BUNDESFINALE BERLIN.

Am 17. September konnte es dann endlich losgehen. Wir reisten extra einen Tag eher an um die Gelegenheit zu nutzen, Berlin zu besichtigen und dem Durcheinander bei der Akkreditierung der 4000 anreisenden Sportler aus ganz Deutschland zu entgehen. Sonntag ging es dann mit Bus und Bahn zur Regattastrecke Grünau und wir wagten uns an ein erstes Training auf der unbekannteren Regattastrecke.

Montag war dann offizielles Training und wir konnten einen ersten Blick auf unsere Gegner erhaschen. Am nächsten Morgen hieß es früh aufstehen und gut frühstücken, denn an diesem Tag wurden die ersten Vorläufe ausgefahren. Um den Hoffnungslauf vermeiden zu können, musste mindestens

ein dritter Platz im Vorlauf her. Wir schafften einen 2. Platz hinter dem Favoriten, der Sportschule Potsdam aus Brandenburg. So ersparten wir uns ein zweites Rennen an diesem Tag, erholten uns etwas und verbrachten dann noch ein, zwei Stündchen in der Innenstadt.

Olga schickte uns dann jedoch früh ins Bett, denn am nächsten Tag standen das Halbfinale und das Finale in einem Abstand von knapp 2 Stunden an.

Das Halbfinale erwischte uns auf dem falschen Fuß, und wir fuhren – nach unserer aller Meinung – ein schlechtes Rennen, wurden jedoch trotzdem Dritte und zogen so ins Finale ein.

Nach einer kurzen Erholungsphase mussten wir erneut ins Boot steigen und unser Finale bestreiten. Es wurde ein sehr spannendes und knappes Rennen. Bis auf die Ziellinie bekämpften sich die Boote um die Plätze zwei, drei und vier – nur die Potsdamerinnen hatten sich vom Feld etwas abgesetzt. Das Rennen musste schließlich per Zielvideo ausgewertet werden.

Auf dem glücklichen zweiten Platz landete das Gymnasium Carolinum aus Niedersachsen mit 3 Sekunden Abstand zu Potsdam und nur einer hundertstel Sekunde zum Drittplatzierten aus Hessen, die wiederum nur einen Hauch Abstand zum Vierten hatten – 0,02 Sekunden. Auch uns fehlte zum 5. Platz nur eine zehntel Sekunde. Das war zwar ärgerlich, aber wir konnten trotzdem zufrieden sein, denn es war ein gutes und spannendes Rennen für uns gewesen.

Schön war es auch für uns alle, Berlin auf diese Art und Weise näher kennen gelernt zu haben. Und vielleicht kann man im nächsten Jahr auf dem Landessportfest der Schulen wieder ein Boot des Recklinghäuser Gymnasium Petrinum antreffen ...

Constanze Siering



Geotechnik:

- Baugrundbeurteilung, Gründungsberatung
- Grundbaustatik, Spezialtiefbau
- Ingenieurgeologie, Hydrogeologie
- Felsmechanik
- Labor- und Feldversuche
- Erd- und Grundbau

Deponietechnik:

- Standorterkundung
- Planung und Bauleitung
- Eignungsprüfungen für mineralische Dichtungen und Dichtwandmassen
- Qualitätssicherung (Eigen- oder Fremdprüfung)
- Prüflabor für Geokunststoffe

Altlasten:

- Erkundung
- Gefährdungsabschätzung
- Sanierungskonzepte, Sanierungsplanung
- Ausführungsüberwachung
- Erfolgskontrolle

Forschung und Entwicklung:

- Technischer Umweltschutz
- Abdichtungssysteme

Hauptbüro:
52078 Aachen, Neuenhofstr. 112
Tel. 0241/9 28 39-0
Fax 0241/52 77 62

Niederlassung:
44628 Herne, Friedrich der Große 70
Tel. 02323/38 98 40
Fax 02323/38 98 43

Ein kleiner Bericht über den fernen Osten...

... und die Ruder-WM 2005 in Gifu



ANNINA RUPPEL

Angefangen hat es mit der Entscheidung vieler „alter“ oder netter formuliert „erfahrener“ Ruderinnen, die sich frecherweise weigerten, im nacholympischen Jahr ins Boot zu steigen und ihre Prioritäten auf äußerst „unwichtige und überflüssige“ Dinge wie den beruflichen Werdegang setzten. Uns blieben demzufolge eine Handvoll „alter Hasen“ und viele junge Hoffnungsträgerinnen aus dem U-23 Bereich, die größtenteils bereits internationale Regattaerfahrung sammeln konnten.

Die ersten Bekanntmachungen wurden gemacht, zahlreiche Wasserkilometer auf dem Dortmund-Ems-Kanal absolviert und harte

Selektionsmaßnahmen von den Ruderinnen ertragen, bis die ersten internationalen Regatten der Saison, unter anderem in Essen, Paris, München und Luzern, bestritten werden konnten.

Es wurde viel ausprobiert, getestet und analysiert bis die Achter-, Vierer- und Zweierbesetzungen endgültig im Trainingslager in St. Moritz verkündet wurden.

Der Achter sollte in Japan genauso an den Start gehen wie bereits bei dem letzten World Cup in Luzern. Im Boot saßen Nicole Zimmermann, Silke Günther, Nina Wengert, Maren Derlien, Sonja Ziegler, Marlene Sinnig, Nora Wehrhahn und Nadine Schmutzler – na ja und meine Wenigkeit.

Nach dem zweiten Trainingslager im wunderschönen und sehr beliebten Breisach im Breisgau ging es in Kleinbussen gen Frankfurt, um von dort aus erst einmal nach Tokio



**Kältetechnik GmbH
Meisterbetrieb**

Dirk Struckmeier und André Demann

**Kälte- und Klimaanlage
Kühlzellen
Gefrier- und Frosteranlagen
EDV-Klima
Schankanlagen**

Germanenstraße 58 · 44629 Herne
Telefon 0 23 23/38 79 07 · Telefax 0 23 23/38 79 08
E-Mail: DS-Kaelte@gmx.de · www.ds-kaeltetechnik.de



ANTON GRAF

Reisen & Spedition

Verwaltung und Omnibusbetrieb:

44651 Herne-Röhlinghausen Edmund-Weber-Straße 146-156

Reiseveranstaltung und Spedition:

44652 Herne-Wanne Herner Straße 62

Folgende Reisebüros stehen Ihnen außerdem zur Verfügung:

44651 Herne-Röhlinghausen Edmund-Weber-Straße 146-156

44649 Herne-Wanne Hauptstraße 239

44623 Herne-Centrum Bahnhofstraße 7/City-Center

45879 Gelsenkirchen-Centrum Bahnhofstraße 26

44787 Bochum-Centrum Bleichstraße 4

45127 Essen-Centrum Porscheplatz 38 · City-Center

☎ (023 25) 698-0

Fax (023 25) 698-110

☎ (023 25) 698-0

Fax (023 25) 985-220

☎ (023 25) 69 81 21

☎ (023 25) 7 57 54

☎ (023 23) 5 15 15

☎ (02 09) 20 66 68

☎ (02 34) 6 66 42

☎ (02 01) 22 88 33

www.anton-graf.de



Ihr Spezialhaus für Möbeltransporte

Orts-, Nah- und Fernzüge, Auslandszüge, Neumöbeltransporte, Möbellagerungen, Beiladungen in alle Richtungen.

Schreinerarbeiten, Küchenmontagen, Güterkraftverkehr.



Anruf genügt! Wir beraten Sie gern und unverbindlich!



Modernste Möbelwagen mit erfahrenem Fahrpersonal und geschulten Möbelträgern gewährleisten einen erstklassigen Service.



Luxus-Reise-Omnibusse

in allen Größen, für alle Gelegenheiten, modernster Wagenpark bis zu 4000 Personen.

Eigenes Reiseprogramm:

Urlaubsreisen, Rund- und Kurzreisen, Clubtouren, Städte- und Musicalreisen, Tagesfahrten.

alltour



Reisevermittlung

von Flug-, Bahn-, Bus-, Pkw- und Schiffsreisen namhafter Touristikunternehmen.



Internationaler
Bustouristik
Verband e.V.



Deutscher
Reisebüro
Verband e.V.

und anschließend nach Nagoya zu fliegen. 12 Stunden Flug ... HILFE, wie soll man diese Zeit nur überstehen?! Japan Airlines hat uns den langen Flug mit zahlreichen Spielfilmen, Computerspielen, japanischen Crakern, Getränken wirklich erträglich gemacht. In Nagoya gelandet, fühlten wir uns nicht unwesentlich müde und kaputt. Die warme, stehende Luft schlug uns direkt ins Gesicht. Es war furchtbar schwül und man schwitzte bei der kleinsten Bewegung.

Es ist nicht ganz einfach, Japan, wie ich es an dem Ankunftsabend wahrgenommen habe, zu beschreiben. Ich versuche es mal mit aussagekräftigen Adjektiven wie: voll, hektisch, laut, grell, schwül, modern, arbeitswütig. Die absolute Reizüberflutung. Und ich sollte in diesem Chaos auch noch im Linksverkehr Auto fahren – Hiiiiilfe! Na ja, dafür habe ich jetzt eine japanische Übersetzung meines Führerscheines. Dementsprechend brauchte ich 2 – 3 Tage, um mich an die wirklich andere und neue Atmosphäre und das Klima zu gewöhnen. Aber man ist ja seit Athen mehr als flexibel!

Endlich an unserem Hotel angekommen, kam ich aus dem Staunen nicht mehr heraus. Das Mariott Hotel hatte 52 Stockwerke und ähnelte eher einem modernen Bürokomplex als einem Hotel. LUXUS pur! Und fürsorglich und verantwortungsbewusst, wie unser Sportdirektor nun mal ist, auch taifunsicher. Zum Glück wurde dieser Umstand nicht auf die Probe gestellt. Der angekündigte Taifun wechselte dann doch, kurz bevor er unsere Region erreichte, die Richtung und zog an uns vorbei. Ich war nicht wirklich traurig darüber. Unnötig war allerdings nur, die Regattastrecke für 3 Tage zu sperren, einige Rennen zu verschieben und die Boote abzubauen, um sie anschließend in taifunsicheren Hallen lagern zu können. Aber alle wissen: VORSICHT ist besser als NACHSICHT! Der Vorlauf konnte dem zufolge wie geplant am Montag gefahren werden. Die Nervosität, die so ein Weltmeisterschaftsvorlauf mit sich bringt, war vor allem bei den jüngeren Teamkolleginnen deutlich zu spüren. Die erste, schwierige Aufgabe stand vor der Tür. Während des Rennverlaufs wurde uns recht schnell gezeigt, wo

Frohes Fiesta!



Jauchzet, frohlocket!

Tolle **Jungwagen**-Angebote,
Schon für
€ 8.500,-
Ein Fiesta mit Klima, Musik
und Metallic.
**Wir wünschen Ihnen
ein frohes Fest!**
Ford Heilmann, hier bist Du König.

Heilmann

Home

Besser ankommen

*Ihr Partner
rund ums Auto.*

Dorstener Str. 279b-283 • 44653 Herne • Tel. (0 23 25) 94 94 0 • Fax 94 94 80 • www.ford-heilmann.de



WIEMER & TRACHTE

AKTIENGESELLSCHAFT

Bauen im In- und Ausland

Rohbau

Hochbau

Wohnungsbau

Schlüsselfertigbau

Ingenieurbau

Industriebau

Tiefbau



Kino- und Bürogebäude, Herne

Niederlassung:

Gewerbering 13, 08451 Crimmitschau
Tel. (0 37 62) 70 04 - 0, Fax (0 37 62) 70 04 - 10
crimmitschau@wiemer-trachte.de

Zentrale:

Märkische Straße 249, 44141 Dortmund
Tel. (02 31) 41 04 - 0, Fax (02 31) 41 04 - 348
www.wiemer-trachte.de

wir im internationalen Feld zu finden waren, und durchfuhren somit als Fünftplatzierte die Ziellinie. Für uns bedeutete das die Teilnahme am Hoffnungslauf am darauffolgenden Donnerstag und es war uns bewusst, dass dieses Rennen wohl das wichtigste der ganzen WM werden würde.

Dementsprechend gingen wir sehr motiviert und kampfbereit an den Start und sicherten uns durch ein beherztes Rennen und einen vierten Platz vor Russland und Weißrussland den Einzug ins Finale. Die Freude über die Finalteilnahme war bei allen sehr groß und es galt nun, sich optimal auf den bevorstehenden Finalsonntag vorzubereiten. Die beiden vorherigen Rennen wurden analysiert, um daraus Konsequenzen ziehen zu können und Verbesserungsmöglichkeiten für das Finale abzuleiten. Wir waren bereit – und der große Tag kam.

Unsere Gegner, die es zu schlagen galt, waren die favorisierten Rumäninnen, die Amerikanerinnen, die Holländerinnen, die Australierinnen und die Engländerinnen. Jetzt

ging es um alles oder nichts. Das war allen bewusst und ich bin mir sicher, dass das auch alle umgesetzt haben.

Im Nachhinein kann ich nur eines sagen, die Mädels haben sich mehr als tapfer geschlagen, sind die ersten 1.000 Meter sehr gut mitgefahren und ich bin stolz auf die Leistung, auch wenn es schlussendlich „nur“ der sechste Platz geworden ist. Denn eines darf man bei der ganzen Sache nicht vergessen: 62,50 % der Achterruderinnen sind eben noch „kleine Mickey Mäuse“, die sich mit Sicherheit eine Medaille bei der U-23 WM erkämpft hätten und noch ganz am Anfang ihrer sportlichen Karriere stehen. Ich persönlich habe großen Respekt vor der Leistung und dem Mut der Mädels, den man erst einmal aufbringen muss, um bei einer A-WM so auftreten zu können, wie es die jungen Damen 2005 in Gifu getan haben. Mir kann man glauben, da ich aus Erfahrung spreche: Es ist nämlich gar nicht lange her, da war ich noch die kleine Mickey Mouse.

Annina Ruppel

Salon Harmonie

Ihr Friseur Team

Doris Hasler

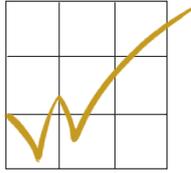
Beethovenstraße 2 · 44649 Herne

☎ 0 23 25/6 35 09 61

Di.-Fr. 9.00-18.00 Uhr

Sa. 8.00-13.00 Uhr





W I T T & K O L L E G E N G M B H

S T E U E R B E R A T U N G S G E S E L L S C H A F T

**STEUERBERATUNG
UNTERNEHMENSBERATUNG
EXISTENZGRÜNDUNGSBERATUNG
LOHNSTEUERBERATUNG
NACHFOLGEBERATUNG**

TELEFON: 0 23 25 / 98 99-0
TELEFAX: 0 23 25 / 98 99-99
E-MAIL: WITT-HERNE@T-ONLINE.DE
INTERNET: WWW.WITT-KOLLEGEN.DE



Landesmeisterschaften NRW

Wie immer fand die Landesmeisterschaft (LM) in Krefeld statt, wie auch die Generalprobe zwei Wochen vorher, bei der die Konstellationen für die LM getestet wurden.

Nachdem diese Regatta genug Aufschluss bot, konnten wir uns auf die Landesmeisterschaft sogar freuen! Diese Freude unterstrich noch das schöne Wetter und die Tatsache, dass ich so lange schlafen konnte wie noch nie bei einer LM. Dieses, das gebe ich zu, kam nur mir zugute.

Nichtsdestotrotz hatten diejenigen, die Vorläufe fahren mussten, beste Bedingungen, was für die Strecke eher untypisch war! Da ich erst Sonntag zur Strecke musste, kann ich nicht viel bis gar nichts über den Samstag erzählen. Dafür umso mehr vom Sonntag!

Der Sonntag begann wie ein Bilderbuchsonntag. Genau wie am Samstag war nämlich schönstes Wetter angesagt. Die Stimmung war also – man sollte es kaum glauben – sehr ausgelassen, was wiederum für eine durchaus wichtige Regatta unüblich ist.

Aber wir hatten keinen Grund nervös zu sein, da wir uns sehr gut auf die Regatta vorbereitet hatten. So hatten wir auch ein paar Finalteilnahmen, wie z.B. den B-Junioren Vierer, der noch vor zwei Wochen einen Sieg einfahren konnte. Leider konnten sie das

nicht wiederholen, weil die Konkurrenz bei ihrem letzten Rennen dann doch zu stark war. Mike Struckmeier, Tom Stecken, Florian Oonk und Markus Böttner waren deswegen ein bisschen niedergeschlagen, und als ob das nicht genug wäre, haben Svenja Rupieper und Stefanie Winkelmann es auch nicht geschafft die Deutschen Meister aus Witten im Doppelzweier zu schlagen.

Aber zum Glück kann man beim RVE nicht behaupten, dass die Gemeinschaft nicht stimmt. Alle haben uns bei unseren zwei



UNSERE LANDESMEISTER IM DOPPELVIERER:
V.L. MORITZ BOEDDINGHAUS, DOMINIC ROSSETTO,
MARKUS BÖTTNER UND JENS NOLL

Siegen ordentlich angefeuert. Der Doppelzweier mit Moritz Boeddinghaus und mir, ein äußerst enges Rennen gegen die jahrelangen Gegner aus Witten, war eines der engsten Rennen überhaupt, das wir aber doch für uns entscheiden konnten. Als wenn das nicht genug gewesen wäre, konnten wir auch noch im

Doppelvierer glänzen. Moritz Boeddinghaus, Markus Böttner, Jens Noll und ich hatten uns schon was vorgenommen.

Zu Recht, was sich ja auch mit dem deutlichen Sieg bewahrheitete!

Mit diesem, so für mich noch nie da gewesenen Doppeltitel, kann durchaus behauptet werden, dass auch unser Trainer Jochen Witor mit diesem Wochenende rundum zufrieden sein konnte.

Dominik Rossetto



FRYE

GmbH



- ✓ Nah- und Fernumzüge
- ✓ Full-Service-Umzüge europaweit
- ✓ klimatisiertes Möbelcontainerlager
- ✓ Küchenmontagen inkl. Installationen
- ✓ Schreinerarbeiten
- ✓ Maschinen- und Schwertransporte
- ✓ Büro/ Betriebsumzüge
- ✓ Versetzungsumzüge nach BUKG
- ✓ Abrechnung mit dem Arbeitgeber
- ✓ Rahmenvertragspartner der Bundeswehr



Archivdepot FRYE

Aktenlagerung gemäß VDS

Das Externe Archiv: Schneller; sicherer; kostengünstiger

- ⇒ Zugriff auf angeforderte Dokumente in 15 Minuten
- ⇒ Optimale Sicherheit für Ihre Dokumente
- ⇒ Transparenz durch Protokollierung aller Zugriffe
- ⇒ Senkung der Archivkosten um 60 - 70 %

Niekamp 34 ; 59399 Olfen

Telefon: 0 25 95 - 96 94 0

Fax: 0 25 95 - 96 94 94

www.frye.de info@frye.de



Die Deutschen Sprintmeisterschaften

Am Freitag, dem 7. Oktober, war es dann also so weit: Nachdem wir die gesamte Woche im Vorfeld der Deutschen Sprintmeisterschaften zweimal am Tag trainiert hatten, ging es auf nach Wolfsburg. Mit kiloweise Sportsachen und Fahrtverpflegung beladen, machte sich der Vereinsbus gegen 15.00 Uhr auf die noch lange Reise nach Wolfsburg. Nach unzähligen Kilometern im Stau kamen wir schließlich im Dunkeln an und bezogen unser Nachtquartier im Vereinshaus des Wolfsburger Rudervereins.

Noch am selben Abend machten wir uns in der Wolfsburger Innenstadt auf die Suche nach Restaurants. Am Ziel angekommen, wurde der Hunger gestillt und die nötige Kraft für den nächsten Tag „getankt“.

Nach einem ausgiebigen Frühstück am Wolfsburger Ruderverein mussten Dominic Rossetto und Moritz Boeddinghaus ihren Vorlauf im Doppelzweier der A-Junioren bestreiten. Ein knapper zweiter Platz reichte dann aber leider nicht aus, um sich direkt für das Finale am Sonntag zu qualifizieren. So mussten die beiden noch am selben Tag den Hoffnungslauf durchlaufen. Durch einen Sieg erruderten sie sich doch noch einen Platz im Finale. Dort trennte nur eine Zehntel-Sekunde die beiden vom 3. Platz und der Bronzemedaille. Nur wenige Rennen später war es dann auch Zeit für den gesteuerten Mixed-Doppelvierer der B-Junioren aufs Wasser zu gehen, um das Finale zu bestreiten.

Ein Vorlauf blieb der Besetzung Svenja Rupieler, Mike Struckmeier, Tom Stecken, Stefanie Winkelmann und Steuerfrau Michelle Otto jedoch erspart, da das Starterfeld von 6 Booten direkt das Finale ausfüllte. Nach einem sehr knappen Rennen mit Foto-Finish konnten sie sich bei der Siegerehrung über einen dritten Platz und somit über die Bronzemedaille freuen. Viel Zeit für die Freude über diese Medaille blieb Stefanie Winkelmann allerdings nicht, da sie direkt und ohne Umwege in den Mixed-Doppelvierer ohne Steuerfrau der A-Junioren umsteigen musste. Auch hier blieb den vier Rudern Jens Noll, Markus Böttner, Stefanie Winkelmann und Stefanie Kokott der Vorlauf erspart, da es in dieser Bootsklasse sogar nur drei Meldungen



V.L. SVENJA RUIPIEPER, STEFANIE WINKELMANN, STF. MICHELLE OTTO, MIKE STRUCKMEIER UND TOM STECKEN NACH IHREM 3. PLATZ BEI DER DEUTSCHEN SPRINTMEISTERSCHAFT

gab. Wie sich jedoch im Rennen herausstellte, war die Konkurrenz ein entscheidendes Bisschen stärker, so dass sich der Vierer mit dem 3. Platz zufrieden geben musste. Eine Medaille gab es allerdings nicht, da man in einem Starterfeld von drei Booten mindestens einen Gegner hinter sich lassen muss.

Als letzte Hoffnung an diesem Finaltag legte sich der Junior-A-Doppelvierer ohne Steuerfrau mit Dominic Rossetto, Moritz Boeddinghaus, Markus Böttner und Jens Noll in die Bahn. Das 6-Boote-Feld blieb bis ins Ziel immer eng zusammen. Aber auch hier war die Konkurrenz einfach etwas zu stark – zwei Sekunden betrug im Ziel der Abstand



IHR PARTNER IM RUHRGEBIET

für Reifen und Autoteile

www.reifen-stiebling.de info@reifen-stiebling.de

Herne
Hölkeskampring
Tel.: 02323 / 49 63 0

Castrop-Rauxel
 Wartburgstraße 259
 Tel.: 02305 / 89 01 46

Dortmund-Kley
 Alter Hellweg 94
 Tel.: 0231 / 61 68 30

Dortmund-Eving
 Evinger Straße 41
 Tel.: 0231 / 81 34 10

Bochum
 Lohacker Straße 9
 Tel.: 02327 / 33 30 5

Essen
 Ernestinenstraße 63-65
 Tel.: 0201 / 21 07 21

Haltern am See
 Münsterstraße 19
 Tel.: 02364 / 45 55

Gelsenkirchen
 Florastraße 78
 Tel.: 0209 / 23 10 0



TOP SERVICE TEAM
Autos in guten Händen

zum Sieger. Aber auch das konnte nicht über den erreichten 5. Platz hinwegtrösten. So war auch das letzte Rennen, wie alle anderen Rennen zuvor, mit viel lautstarker Unterstützung der Aktiven zu Ende gegangen. Nachdem dann alle Boote verladen und auch alle Taschen wieder verstaut waren, traten wir die Heimreise an.

Weniger Staus und Baustellen als auf dem Hinweg verkürzten die Reisezeit auf ein erträgliches Maß.

Am Abend wieder am Verein angekommen, wurde in der Bootshaus-Gastronomie im gemütlichen Kreis mit Eltern und Aktiven das Wochenende abgeschlossen.

Der wirkliche Abschluss des Wochenendes war jedoch nicht das Essen sondern vielmehr das Platznehmen auf dem eigenen gemütlichen Bett. Und ganz ehrlich: Wer würde nicht eine Nacht in seinem eigenen Bett der auf einer Luftmatratze vorziehen?

Tom Stecken

Am 20. Januar 2005
verstarb unser Ruderkamerad

Manfred Urbanski

im Alter von 75 Jahren.

Manfred Urbanski gehörte dem Verein seit dem 1. Juli 1985 an. Er war sowohl Mitglied im Ältestenrat als auch im Verwaltungsrat. Auf Grund seiner großen Erfahrung als Oberbürgermeister unserer Stadt war er dem Vorstand ein hilfreicher Ratgeber.

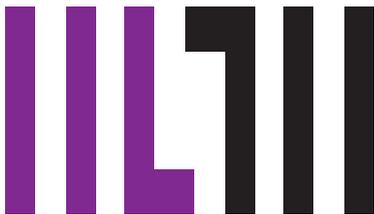
Wir haben mit Manfred Urbanski einen guten Freund verloren. Er wird gedanklich immer in unserer Mitte bleiben.

Wir brauchen es! Und Ihr auch! KONTO 1

Karte mit Geheimzahl, Internetbanking, Service in allen Geschäftsstellen, Kostenfrei und verzinst. Das All-Inclusive-Girokonto für alle, die noch in der Ausbildung sind. Jetzt buchen.

 **Herner Sparkasse**
www.herner-sparkasse.de





MÜLLER | DIE LILA LOGISTIK GmbH
Am Westhafen 19
44563 Herne
Tel. 0 23 25/7 87-0
Fax 0 23 25/7 87-190

DENKEN und HANDELN,
SACHLICHKEIT und EMOTIONALITÄT,
HERZ und VERSTAND.

Mit anderen Worten: Lila steht dafür, wie wir moderne Logistik verstehen: Planung und Umsetzung des Logistikprozesses aus einer Hand.

Logistik hat die Integrationskraft global agierende Unternehmen mit deren Materialströmen und Informationsflüssen miteinander zu verbinden. Sie kann noch mehr. Logistik, wie wir sie betreiben, macht die erheblich gewachsene Variantenvielfalt auf den Märkten beherrschbar und versetzt unsere Kunden in die Lage, sich auf ihre Kernkompetenzen zu konzentrieren.

Ganzheitliche, intelligente Logistikhösungen sind unser Ziel, um unseren Kunden weitere Wettbewerbsvorteile zu eröffnen.

Herbsttrainingslager „zu Hause“

Weil aus verschiedenen Gründen (die Deutschen Sprintmeisterschaften zum Beispiel waren mitten in den Herbstferien angesetzt ...) unser traditionelles Herbsttrainingslager ausgefallen war, planten unsere Trainer ein Ersatzprogramm, damit in den Ferien auch ja keine Langeweile aufkommen konnte.

In der ersten Woche hieß es, vormittags und nachmittags eine Einheit zu rudern. Ein leckeres, warmes und vor allem üppiges Mittagessen gab es bei unserem Wirt in der circa zweistündigen Mittagspause zwischen den Einheiten. In der zweiten Woche der Ferien standen ausgiebige Fahrradtouren auf dem Trainingsplan. Ein freies Wochenende jedoch blieb uns vergönnt, bis dann am Dienstag die erste Radtour startete. Bei bestem Wetter trafen wir uns – zu einer für die Ferien akzeptablen Zeit – um 11 Uhr am Bootshaus. Unsere Gruppe setzte sich aus ungefähr zehn Leuten aus verschiedenen



ORDNUNG SPART ZEIT BEI DER RADSUCHE

Altersbereichen, d.h. der Kinderabteilung, dem B- und A-Juniorenbereich, zusammen. Die Radtour an diesem Tag war mit knapp vier Stunden die kürzeste unserer Touren, doch das ahnten wir zu diesem Zeitpunkt noch nicht. Denn auch schon vier Stunden Fahrrad fahren hatten uns eigentlich erreicht. Alle fuhren schnell nach Hause um den Rest des Tages auszukosten.

TAXI-FUNK-ZENTRALE

Taxi Bussmann • im Hauptbahnhof • Wanne-Eickel

TAG & NACHT **alle Kassen**

 **0 23 25 / 3 33 33**

5 05 05

7 20 20

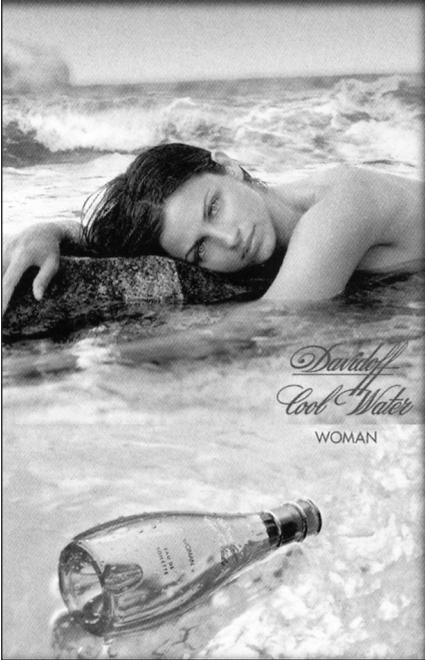
7 21 21





Pure
Frische mit
Pieper

*Erleben Sie die anspruchsvolle
Atmosphäre unserer Parfümerien.
Die große Auswahl internationaler
Düfte, Kosmetika und Accessoires.
Unsere attraktiven Angebote, den
ausgezeichneten Service, die tollen
Verpackungsideen. Und natürlich die
Freundlichkeit und Fachkunde unserer
Mitarbeiter/innen.*



Davidoff
Cool Water
WOMAN

Stadt-Parfümerie
Pieper

Wir beraten Sie schön. Und kompetent.

über 80 mal in NRW

www.pieper-online.de



„WER BREMST VERLIERT“; MANFRED AREND ZEIGT DER JUGEND WIE ES GEHT

Nächster Morgen – gleiche Zeit, gleicher Ort, wiederum bestes Wetter. Diesmal sollte unsere längste Tour anbrechen. Es ging von Herne aus am Kanal entlang nach Oberhausen, Duisburg, Mülheim, Essen-Kettwig und Essen-Werden bis hin zum Baldeneysee und von dort aus nach Herne zurück. Keiner von uns wusste so genau, ob es tatsächlich geplant gewesen war, dass wir an diesem Tag rund 110 km Fahrrad fahren sollten oder ob

wir sozusagen „aus Versehen“ so weit von zu Hause weggefahren waren. Erst am frühen Abend waren wir alle wieder zu Hause. Da nach dieser Tour uns allen der Spaß am Fahrrad fahren erst einmal vergangen war, verzichteten wir am Donnerstag auf unsere Fahrräder und joggten mehr oder weniger locker rund 12 Kilometer, um einmal „aus dem Sattel zu kommen“.

Freitag dachten wir an eine eher kurze Radtour, doch daraus wurde leider nichts, weil es einigen Leuten nicht reichte, einmal nach Bochum-Witten und zurück zu fahren. Statt nach einem kurzen Besuch beim Ruderclub Witten einzukehren, steuerten wir ins Unbekannte. Zwischendurch gab es auch einige Unstimmigkeiten zwischen Egon und Jochen, welcher Weg der kürzeste nach Hause sei. Doch irgendwie schafften wir es auf den richtigen Weg zu kommen, auch wenn es wahrscheinlich nicht der aller kürzeste war... Im Nachhinein jedoch hat uns auch diese Variante von Trainingslager recht gut gefallen.

Constanze Siering

Erfolge

... müssen mühsam erarbeitet werden

PREIS der BESTEN

Ausgezeichnet für langjährige Spitzenleistungen bei den DLG Qualitätswettbewerben

 
Brinker
 ...natürlich das Beste!

1

Leistung ist Trumpf!



Herzlich willkommen in einem unserer Reisebusse!

Wir erfüllen Ihre Reisewünsche.

- Tagesfahrten • Urlaubsreisen • Städtereisen •
- Rundreisen • Musicalreisen • Seniorenreisen •

Wir empfehlen uns als Reisebüro!



*Unser geschultes Fachpersonal wird all Ihre Reisewünsche
gern individuell erfüllen!*

Egal ob Flug-, Bahn-, Bus- oder Schiffsreise.

Mit unseren namhaften Veranstaltern sind Sie gut beraten.

Reisebüro **Rupieper**

Telefon 6 02 16 • Fax 1 76 99

Bleichstraße 4 • 44787 Bochum

Saisonabschlussfest mit Ehrung der erfolgreichen Sportler

Am 21. Oktober traf sich die Vereinsfamilie im Bootshaus in so großer Zahl, dass entgegen den Erwartungen ein zusätzlicher Tisch nach dem anderen in den Raum gestellt werden musste. Selbst der etwas später hinzugekommene Jochen Wittor – er kam von einem Lehrgang zur Erneuerung seiner Trainerlizenz – stellte sofort fest, dass viele neue Gesichter erschienen seien.

Die Stimmung war von Anfang an großartig. Sie wurde zusätzlich angefacht durch eine sehr gut gelungene Präsentation von Di- as der vergangenen Saison.

Den Erstellern dieser Präsentation – Jochen Wittor und Rüdiger Stirnberg – sei an dieser Stelle noch einmal ein herzliches „Danke- schön“ ausgesprochen.

Wie immer standen auch bei diesem Herbst- fest die Aktiven im Vordergrund. Nach der



DR. JOCHEN SIERING INTERVIEWT BERND HEIDICKER BEIM SAISONABSCHLUSSFEST

Eröffnung durch den Vorsitzenden Manfred Kruse übernahm Dr. Jochen Siering die Eh- rungen für besondere Leistungen.

Geehrt wurden Constanze Siering, Adelina und Moritz Boeddinghaus, Markus Böttner,



Oliver Ebrecht

Dipl.-Ing. BDB
Geschäftsführer
Staatlich anerkannter
Sachverständiger für
Schall- und Wärmeschutz

Statik-Bauphysik-Energieberatung

Ingenieurgesellschaft
für Tragwerksplanung mbH

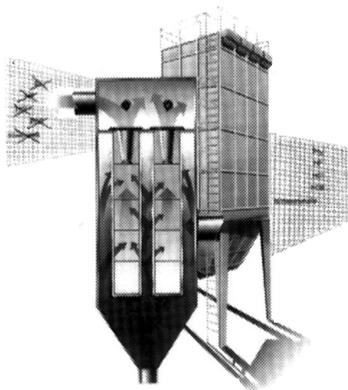
Am Bollwerk 16
44651 Herne

Fon 02325-580087
Fax 02325-580089

E-Mail info@ingenieurbuero-ebrecht.de

ENERGIETECHNIK UMWELTECHNIK VERFAHRENSTECHNIK

Kessel- und Feuerungsanlagen
Filter- und Entstaubungsanlagen
Energierückgewinnungsanlagen
Mess-, Steuer- und Regelungstechnik
Vertrieb von Staub- und Wasserbindemittel



SCHNEIDER ENGINEERING

Stöckstrasse 3 · 44649 Herne
☎ 02325/9281-0 · Fax 02325/9281-81
E-Mail: Schneider-Engineering@t-online.de
<http://www.schneider-herne.de>

Teamarbeit zeigt Wirkung
Feuerung und Abgasreinigung fest im Griff

Athen/Griechenland · ☎ 00 30/1/9 84 86 07 · Fax 00 30/19 88 78 86
Gijon/Spanien · ☎ 00 34/8/5 16 81 41 · Fax 00 34/8/5 16 80 47
Nagykovácsi/Ungarn · ☎/Fax 00 36/1/1 38 94 99 · mobilephone 00 36/30 42 59 67

Südamerika auf Anfrage



Jens Noll, Dominic Rossetto, Tom Stecken, Mike Struckmeier, Stefanie Winkelmann und Svenja Rupieper.

Gedankt wurde den Trainern Jochen Wittor, Manfred Arend, Markus Wilgosch, Annika Brandhofer, Julia Preuss, Olga Baranowski, Britta Möhlheinrich und Daniel Sobanski.

Interviewt wurden Annina Ruppel zum Deutschland-Frauenachter, Bernd Heidicker zu seinem Start bei der Regatta Oxford-Cambridge und der Regatta auf dem Nord-Ostsee-Kanal und Jan Seifert für seine Steuertätigkeit für den NWRV.

Nach dem offiziellen Teil durfte das Tanzbein geschwungen werden. Erfahrungsgemäß wird die Aufforderung dazu nur zögerlich aufgegriffen.

Ermuntert wurde die Vereinsfamilie zu dieser sportlichen Betätigung durch Dr. Siering, der zu diesem Zeitpunkt die Funktion des DJ von Jan Seifert übernommen hatte. Während vorher die Lautstärke der Musik die Re-

den nicht übertönen durfte, setzte nun etwas mehr „Ramba-Zamba“ die Hemmschwelle für gymnastische Übungen so weit herab, dass die Tanzfläche gut gefüllt erschien.

Karl-Heinz Seifert

Neujahrsempfang

Das Weihnachtsfest steht vor der Tür und damit auch bald das neue Jahr.

Seit vielen Jahren ist es Tradition, dass die Vereinsfamilie – Freunde sind immer sehr willkommen – das neue Jahr gemeinsam begrüßt, Rückschau hält und einen Blick in die Zukunft wagt.

**Am Sonntag, dem 15. Januar 2006,
sollten Sie um 11 Uhr im Bootshaus dabei
sein – herzlich willkommen!**

Ein von 600 starken Unternehmern



Bauzentrum
WESTHOFF + FRIE

44653 Herne • Heerstr. 22-40 • Tel. 0 23 25-9 20-0 • Fax 0 23 25-9 20-9 10
E-Mail: bauzentrum@westhoff-frie.de • Internet: <http://www.westhoff-frie.de>

Kaufen
wo die Profis kaufen!

...EINE IDEE BESSER! NIEDERLASSUNG 45699 HERTEN, PASCHENBERGSTR. 1 • NIEDERLASSUNG 45326 ESSEN-ALTENESEN, WICKINGSTR. 5-35

**KNALLER
PREISE**



6,00

nur

Uhr
Fata Morgana, mit eindrucksvollem Effekt durch Innenbeleuchtung des Zifferblattes, mit Tunnellicht



8,00

29x43 cm

Magnettafel
mit Kalendarium und Uhr auf Druckmotiv inkl. Zubehör und Aufhängevorrichtung, Uhr batteriebetrieben, 1x 1,5 V AA Mignon Batterie (nicht im Lieferumfang enthalten)



11,99

anthrazit

LCD-Wetterstation
mit Außenthermometer-Einheit, Innen- und Außentemp., Datum-/Tages-Anzeige, Wettervorhersage, Alarm-/Weckfunktion mit Ton, als Wand- und Tischgerät verwendbar



8,99

105-teilig

Spezial-Sicherheits-Bit-Set
Handgriff mit Knaur, T-Griff-Verlängerung, Hakenschrauber, Magnethalter, Verlängerung, Adapter, vielen verschiedenen Aufsätzen

im praktischen Koffer – alles griffbereit

PROFESSIONELL:

BRILLEN.
SONNENBRILLEN.
KONTAKTLINSEN.
FACHBERATUNG.
PRÄZISION.
PERFEKTION.
DESIGN.
INDIVIDUALITÄT.
UND VIELES MEHR
BIETE ICH IHNEN.
ICH FREUE MICH
AUF SIE ■



ZEISS



A M A
OPTIK
ÜBER 1300 PARTNER



BLICK
PUNKT
OPTIK

BRILLEN . CONTACTLINSEN

ALFONS SCHÄFER
EICKELER MARKT 3B
44651 HERNE-EICKEL
TELEFON 02325 61760
TELEFAX 02325 60023

Rückblick – Der Egoismus oder ich

Jetzt sind es schon 5 Jahre, in denen ich meine Arbeitskraft dem RVE widme. Dabei kann ich mich noch genau an meinen Start erinnern.

Hatte ich in meiner Freizeit als Fußball-„Kreisliga“-Trainer sowie in meinem damaligen Beruf der Rehabilitation die Sportler und Kunden vom positiven Effekt einer Schweißperle überzeugen müssen, so trat diese Aufgabe in der für mich rauen Welt der Egoisten in den Hintergrund.

Der Leistungssport vermittelte mir unmissverständlich, dass es das „Wir“ in diesem Beruf nur auf dem Papier gibt.

**Willkommen im Beruf oder ist das
bloß das wahre Leben?**

Ich wusste zum damaligen Zeitpunkt darauf noch nicht die passende Antwort. Ich hatte



JOCHEN WITTOR

diesen Sport während der eigenen aktiven Zeit ganz anders in Erinnerung und mir war klar, dass dieser Egoismus in meiner Amtszeit diesen Stellenwert nicht mehr bekommen wird. Allerdings muss ich zugeben, dass mir das Vornehmen wesentlich leichter fiel als die Umsetzung.

Von Anfang an sah ich meine Arbeit zweigeteilt. Die Förderung des Leistungssports, der für unsere Jugend zur Selbstfindung enorm wichtig ist und unerreichbar auf das Berufsleben vorbereitet. Dabei geht es mir um den Leistungssport für viele und nicht nur um die eine Person. Zum anderen wollte ich dem auch in unserem Verein nur noch auf dem Papier stehenden „Wir“ wieder Leben einhauchen. Für den Berufsanfänger vielleicht



Getränke Kern GmbH, Am Großmarkt 3, 44653 Herne

Tel.: 0 23 23 / 28 66, Fax 2 46 05

E-Mail: info@Getraenke.Kern.de

Ihr Partner für Gastronomie, Handel und Veranstaltungen

Wir liefern für Ihre Feste:

Bierwagen, Kühlwagen, Rundstände, Zapfanlagen, Theken, Sitzgarnituren,
Stehtische, Gläser und Getränke auf Kommission

Besuchen Sie auch unseren Abholmarkt auf 800 m²



- Parken direkt vor der Tür
- Service bis in den Kofferraum
- Heimdienst
- Geschenkboutique
- Weinabteilung mit Winzerweinen
- Dauerniedrigpreise



SALE



15 x Kurzzulassungen



z.B. **Polo**

40 kW (55 PS),
Radio CD,
Klima, ZV,
Blackmagic
Perleffekt,
el. FH, usw.

Abb. ähnlich

11.980,-

Fox
Polo
Golf
Golf Plus
Touran
Passat

Finanzierung mit **1,9 %** effektiver Jahreszins möglich

Autohaus TIEMANN

Hier kauft man Autos!

GEOT



Heerstr. 4 - 44653 Herne-Wanne-Eickel - Tel. 02325 / 97 38-0
www.autohaus-tiemann.de

ein zu großes Vorhaben, denn nicht jeder vertrat die Meinung des fehlenden Miteinanders.

Ein Beispiel aus meiner täglichen Arbeit soll dies verdeutlichen:

Phänomen der beweglichen Teile

Das Phänomen der beweglichen Teile eines Ruderbootes, „die Rollsitze- und Dollen-schraubenwanderung“.

Die aktiven Ruderer haben dieses Phänomen leider alle schon einmal erlebt. Ich erfahre davon auf zweierlei Weise.

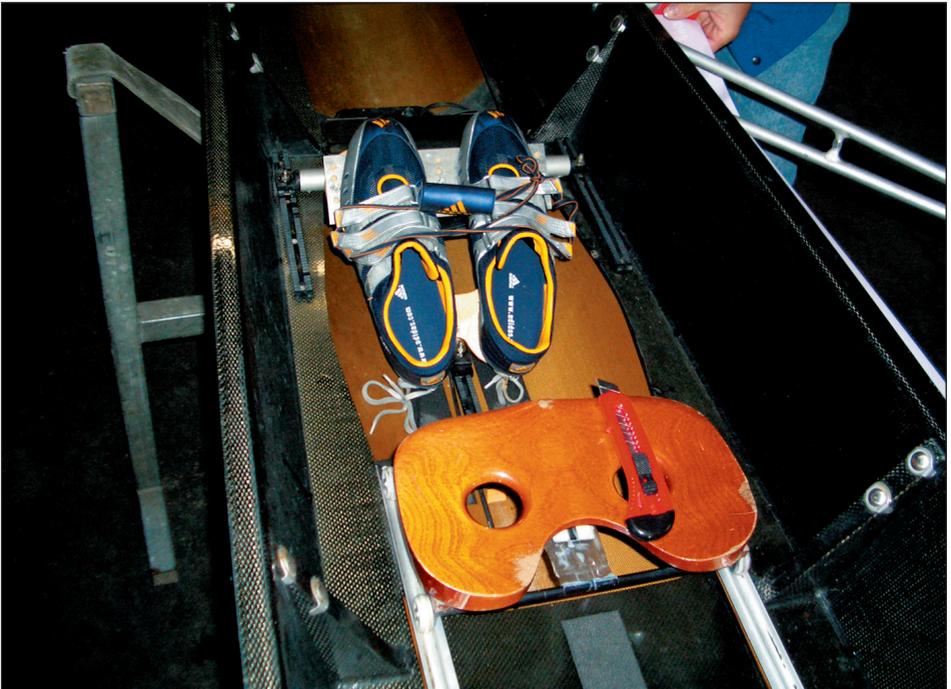
Der Aktive kommt zu mir und berichtet, er sei doch gestern das Boot gefahren und da war der Rollsitze noch da. Oder ich möchte ein Boot nach längerer Zeit mal wieder benutzen und stelle fest: Es besteht nur noch aus der Rohfassung: keine Rollsitze, Dollen-schrauben und mitunter fehlen sogar die Stembretter. Die Antwort auf dieses Phä-

nomen erhalte ich nicht durch gezieltes Fragen, sondern die Suche in den „kompletten“ Booten führt da schon zum Erfolg. Dieser Unart Herr zu werden ist fast eine „never ending story“ und betrifft leider auch die Erwachsenen.

Ich bezeichne dieses Verhalten als fehlendes Miteinander, als Egoismus. Wünschenswert wäre es, wenn das Material zurück an seinen Platz gebracht und mitgeholfen wird, das fehlende Material zu ersetzen. Schon das Mitteilen, dass Material fehlt oder Schäden entstanden sind, führt uns etwas näher zum gelebten „Wir“.

Betrachte ich die letzten Jahre, so darf ich berichten, dass viele Hände dazugekommen sind, die aktiv mithelfen.

Ich hoffe, das Lob wird nicht missverstanden und die helfenden Hände wandern wieder in die Tasche. Es wäre wünschenswert, weitere Hände zu sehen, im sportlichen wie gesellschaftlichen Bereich.



DAS PHÄNOMEN DER BEWEGLICHEN TEILE EINES RUDERBOOTES



Beim Leistungssport haben sich die vielen Hände bezahlt gemacht. Es entstand eine leistungssportlich orientierte Struktur einer altersbezogenen Pyramide, die aus vielen Kindern, Junioren und jetzt sogar schon Senioren B besteht und sich zuspitzt bei Annina und Bernd. Ein Aufbau, der dem RVE eine leistungssportliche Perspektive für die Zukunft bietet.

Willkommen im Beruf

„Willkommen im Beruf oder ist das bloß das wahre Leben?“ habe ich mich vor 5 Jahren gefragt und noch keine Antwort gewusst. Heute kann ich sagen: „So ist die Berufswelt und das Leben“. Aber ich habe auch verstanden, dass wir es selbst sind, die diese beiden Bereiche prägen. Der Verein hat mich geprägt und ich den Verein. Diese Erkenntnis lässt die Hürde „Berufswelt“ kleiner erscheinen und den „Egoismus“ durch das „Wir“ ersetzen.

Jochen Wittor

Herzlich Willkommen

Nach dem Erscheinen unserer News 2/2005 begrüßen wir als neue Mitglieder in unserem Ruderverein sehr herzlich:

Reinhold Martinetz, Marius Utgenannt, Geleon Koch, Francesco Santagati, André Heine, Matthias Koop, Marc Hackenberg, Melanie, Marina und Petra Schulze, Sepp und Petra Hörder, Denise Saft, Dominik Brand, Maximilian Egen, Birgitta, Jonas und Lea Wittor sowie Benjamin Czyszczo.

Wir laden Sie ganz herzlich ein, unsere vielfältigen Angebote zu nutzen und bei unseren Veranstaltungen dabei zu sein!

Wenn Sie Ihre sportliche Betätigung noch nicht gefunden haben, fragen Sie bitte nach. Unser Trainer Jochen Wittor (Mobil: 01 73-5 32 32 46) gibt Ihnen gerne Rat und Auskunft.



wiegmann

Technische Gebäudeausrüstung Sanitär · Heizung · Klima · Solar

**Umweltschutz durch
Energiesparsysteme
Planung · Ausführung · Wartung
Kundendienst · Notdienst**

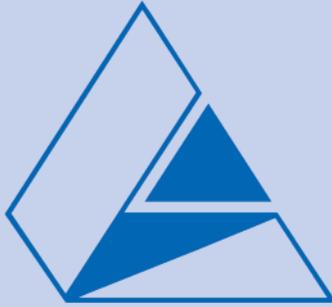
44641 Herne · Postfach 240 130

44651 Herne (Wanne-Eickel)

Königsgruber Straße 15-17

Ruf (0 23 25) 3 23 33/3 06 59 · Fax 3 67 27





ADVISA Herne

Steuerberatungsgesellschaft mbH

- Steuerberatung für Heilberufe -

Spezialist für:

Ärzte

Zahnärzte

Apotheker

Pflegedienste

Freiberufler

Heidstraße 26 · 44649 Herne

Telefon 0 23 25/56 96 77 · Telefax 0 23 25/98 99 99

www.advisa-herne.de · info@advisa-herne.de

Geschäftsführer:

Dipl. Betriebswirt

Werner Düsenborg

- Steuerberater -



Vorstellung der Übungsleiter



MANFRED (EGON) AREND
JUNIOR/INNEN-TRAINER SEIT
2002 - BERUF: DRUCKFORM-
HERSTELLER, BLÖMEKE DRUCK



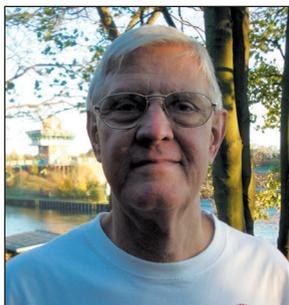
OLGA BARANOWSKI
KINDERTRAINERIN SEIT 2003
KOMMISSARANWÄRTERIN



GABI BARANOWSKI
AUSBILDERIN ANFÄNGER-
RUDERN FÜR ERWACHENE
LEHRERIN: SPORT UND MUSIK



ANNIKA BRANDHOFER
KINDERTRAINERIN SEIT 1999
BERUF: STEUERFACHANGESTELLTE



FRITZ MERLE
AUSBILDER ANFÄNGER-RUDERN
FÜR ERWACHENE



BRITTA MÖHLHEINRICH
KINDERTRAINERIN FÜR DEN RVE
SEIT 2002, ZUVOR LRV BREMEN
STUDENTIN: SOZIALPÄDAGOGIK



JULIA PREUSS
KINDERTRAINERIN UND AEROBIC-
/GYMNASTIKLEITERIN SEIT 2004
AUSBILDUNG ZUR PHYSIO-
THERAPEUTIN



DANIEL SOBANSKI
KINDERTRAINER SEIT 1999
STUDENT: PHYSIK UND
GESCHICHTE



MARKUS WIELGOSCH
JUNIOR/INNEN-TRAINER SEIT
2001, ZUVOR HANSA DORTMUND
AUSBILDUNG ZUM SPEDITIONS-
KAUFMANN, LILA LOGISTIK

Wanne-Herner Eisenbahn und Hafen GmbH

Am Westhafen 27 * 44653 Herne * Telefon (02325) 788-0 * Telefax (02325) 788-430 * Internet www.whe.de * E-Mail info@whe.de



**Die WHE.
Immer um einen Zug voraus.**

Unser Nachläufer hat einen Heißläufer ...

Es war wieder einmal soweit. Wie in jedem Jahr stand die Ruderwanderfahrt der „Alten Herren“ an. Wir hatten uns für den bereits mehrfach beruderten Neckar entschieden. Dieses Mal sollte die Fahrt von Benningen nach Heidelberg gehen.

Am Sonntag, dem 17. Juli 2005, wurde die Barke verladen. Am 18. Juli gegen 8.00 Uhr gingen die Ruderkameraden Frye, Hassler, Heinhold, Kleversaat, Kruse, Merle, Ruppel, Stamm und Unger auf große Fahrt. Theo Frye zog den Bootshänger, Peter Kleversaat folgte mit dem Vereinsbully. Und das war gut so, wie sich bald herausstellte.

Auf Höhe der Abfahrt Siegburg bemerkte ich, dass das linke Rad des Bootshängers qualmte. Unmittelbar danach schlugen Flammen aus dem Achsbereich. Unsere Fahrt endete vorzeitig auf dem nächsten Parkplatz.

Nachdem die Ruderkameraden die Situation analysiert hatten, wurde vom RK Unger der ADAC mit den Worten: „Unser Nachläufer hat einen Heißläufer“ über den Vorfall informiert.

Parallel dazu setzte ich mich mit unserem Ex-Trainer Rüdiger Hauffe in Verbindung. Es lief wie geschmiert! Der ADAC schleppte den defekten Hänger in die nächste Werkstatt. Rüdiger Hauffe lieferte uns einen Ersatzhänger. Die Barke passte punktgenau – allerdings erst nach Demontage des Wellenbrechers. Egal, in diesem Moment dachte keiner mehr an Rückreise, die Ruderwanderfahrt war gerettet.

Am späten Nachmittag wurden wir in Benningen von Ellen Kruse, Thomas und Nadine nebst Nachwuchs empfangen. Der Grillabend im Hof unseres Hotels „Mühle“ war gemütlich und schön.

Falck • Herrmann • Mohrmann

Wirtschaftsprüfer Steuerberater Rechtsanwälte

Bahnhofstraße 27, 44623 Herne/ Tel. 0 23 23-5 20 85

Rainerstraße 6, 44651 Herne / Tel. 0 23 25-9 36 70

mofa-herne@t-online.de

Tätigkeits-/Interessenschwerpunkte:

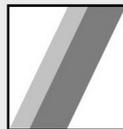
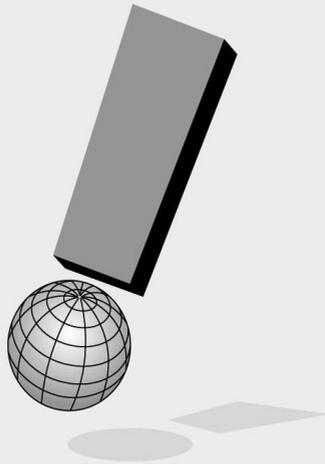
Arbeitsrecht · Betriebsprüfungen · Existenzgründungsberatung
Erbschaftssteuer · Familienrecht · Insolvenz- und Sanierungsberatung

Steuerberatung · Steuerstrafrecht

Unternehmensnachfolge · Wirtschaftsprüfung



SCHWING-Stetter
das komplette
Beton-Baumaschinen
Programm
- weltweit einmalig



SCHWING

SCHWING GmbH · Heerstr. 9-27 · 44653 Herne · Tel. 02325/987-0
E-Mail: info@schwing.de · Internet: www.schwing.de

Der zweite Tag der Wanderfahrt begann ebenso erfolgreich wie der erste. Der Versuch, die Barke auch ohne Bootsstopfen schwimmfähig zu machen, scheiterte. Also Barke an Land ziehen, Wasser schöpfen und ab ging es in die erste Etappe. Die führte uns über eine Strecke von 30 km von Benningen nach Lauffen. Im Gästehaus „Schenk“ fanden wir unsere verdiente Nachtruhe. Vorher hatten wir jedoch eine durch Thomas Kruse organisierte wunderbare Weinprobe.

Zweiter Rudertag – von Lauffen nach Haßmersheim – zu bewältigen waren 37 km und zwar von Flusskilometer 125 bis 88. Bei ca. Flusskilometer 103, kurz vor der Schleuse Kochendorf, kam uns ein Transportschiff aus der Schweiz hoch mit Containern beladen entgegen.

Ich, an diesem Tag Steuermann, informierte meine Ruderkameraden über die bedrohliche Nähe des Schiffes. Ich steuerte fast auf Land, als uns das Schiff hautnah passierte. Wir wurden offensichtlich übersehen. Es passte keine Dolle mehr dazwischen. Unser

lautes Geschrei hatte zumindest den Erfolg, dass sich der Schleusenwärter in Kochendorf nach unserem Wohlbefinden und unsere Unversehrtheit erkundigte. Der Schweizer bat, seine Unachtsamkeit zu entschuldigen. Diese Situation hätte auch ganz böse ausgehen können.

Der dritte und störungsfreie Tag ging über 30 km von Haßmersheim nach Eberbach. Wir quartierten uns im sehr schönen Hotel „Karpfen“ ein.

Den Abend verbrachten wir in einem nahe gelegenen Gasthof. Am vierten und letzten Tag ging die Fahrt über 33 km von Eberbach nach Heidelberg.

Da der RK Kleversaat aus privaten Gründen vorzeitig zurückfahren musste, füllte Thomas Kruse den verwaisten Rollstuhlsitz bestens aus.

Ich denke, die RK konnten sich angesichts dieser Unterstützung an diesem letzten Tag ein wenig pflegen. Außerdem entschädigte



Fenster Türen Innenausbau

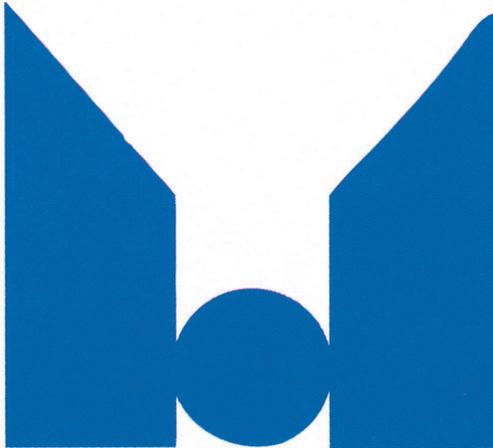
-  **Modernisierung**
-  **Treppenbau**
-  **Baustilerhaltung**

Edmund-Weber-Str. 126
44651 Herne
Tel. 0 23 25/3 23 15
Fax 0 23 25/6 09 81

*Wir
wünschen unseren
Ruderern eine erfolgreiche
Saison 2006!*

**Ihr kompetenter Partner ...
... in allen Fragen rund um ...**

**Tiefbau, Rohrleitungsbau
und Altbausanierung**



**Bauunternehmung Jörg Müller GmbH
Hafenstraße 11-17
44653 Herne
Telefon 0 23 23/97 05-0**

uns die traumhafte Kulisse der schönen Stadt Heidelberg für die geleisteten Anstrengungen.

Mit Hilfe des Heidelberger Ruderklubs von 1872 holten wir unsere Barke in unmittelbarer Nähe der Theodor-Heuss-Brücke aus dem Wasser und verluden sie. Wegen des Autorennens in Hockenheim konnten wir nicht in Heidelberg übernachten. Wir mussten ein zweites Mal nach Eberbach.

Den letzten Abend verbrachten wir in harmonischer Runde im „Karpfen“: Wir ließen 140 km Ruderstrecke, 11 Schleusenfahrten mit insgesamt 64,50 m Hubhöhenmetern Revue passieren.

Es war wie immer eine schöne Ruderwanderfahrt, die Vorfreude auf das nächste Jahr weckt.



Mitglieder werben Mitglieder

Seit unserem in der RV Emscher News Nr. 1/05 im April veröffentlichten Aufruf haben wir bisher 44 neue Mitglieder in unserem Ruderverein herzlich willkommen heißen können. Das ist ein respektabler Erfolg und den hieran beteiligten Akteuren gebührt unser Dankeschön. Das Ergebnis macht aber zugleich Mut, diesen Weg der Mitgliederwerbung konsequent weiter zu verfolgen und auf die vielfältigen Möglichkeiten, die unser RVE zu bieten hat, immer wieder hinzuweisen und zu überzeugen, dass der RVE die richtige Adresse für alle ist. Bitte unterstützen Sie daher unsere Bemühungen um die Werbung neuer Mitglieder auch weiterhin. Aufnahmeanträge erhalten Sie beim Vorstand oder können aus dem Internet www.rvemscher.de herunter geladen werden. Dort finden Sie auch viele weitere Informationen über unseren Ruderverein, Neuigkeiten und Termine.

Günter Ruppel

Friedhelm Unger

Gesundheit im Doppelpack

Eine für alle!



PARACELSUS-APOTHEKE

Heike Sibbel
Gerichtsstr. 8
44649 Herne
Telefon 0 23 25 / 7 17 27
www.paracelsus-apotheke-wanne.de



Auf Ihrer Wellenlänge!



RUHR-APOTHEKE

Dr. Robert Sibbel
Hauptstr. 225
44649 Herne
Telefon 0 23 25 / 7 31 38
www.ruhr-apotheke-wanne.de

kostenlose Service-Nr.: 0800 / 7 42 23 57

Die Wanderfahrt



AKTIV AUF DEN NRW-KANÄLEN, UNSERE KINDERRUDERER

In diesem Jahr unternahm die Kinderabteilung eine Wanderfahrt. Am Anfang fuhren wir nach Lüdinghausen.

Dort angekommen, hieß es erst einmal Boote abladen und aufriggern. Die Kinder durften sich aussuchen, mit wem sie in einem Boot fahren wollen.

Als alle ihre Plätze eingenommen hatten, ruderten wir zum Ruderverein Waltrop. Als wir dort ankamen, mussten die Zelte aufgebaut werden, was sich gar nicht als so leicht erwies.

Abends suchten wir Feuerholz für ein großes Lagerfeuer. Vorher stärkten sich alle noch mit Würstchen und Kartoffelsalat.

Am nächsten Morgen wurde alles wieder eingepackt. Nach dem Frühstück setzten sich alle in die Boote und es ging in Richtung Dortmund. Dort angekommen, waren wir total aus der Puste, aber wir mussten ja auch nur noch abriggern und aufladen.

Dann ging es endlich mit Autos wieder nach Hause. Alles in allem war die Wanderfahrt lustig und alle kamen wohlbehalten zu Hause an.

Tobias Rennkamp

dein
BRILLEN
Freund



Augenoptikermeister
Bernd Reichhardt

Hauptstraße 219
44649 Herne (Wanne-Eickel)
Telefon (0 23 25) 7 03 09

Brillen · Kontaktlinsen
www.dein-brillenfreund.de

Heute laufe ich mal auf meinem Fettstoffwechsel ...

Bonmots dieser Art –ähnlich auch bekannt als Titel eines Kabarett-Programms des Botroper Mediziners Dr. Stratmann

„Heute komme ich mal mit meinem Bein“ –

lassen beim Fachmann und informierten Laien immer ein gewisses Schmunzeln aufkommen, lässt sich doch beim Urheber dieser Aussagen aufgrund der Wortwahl allenfalls ein solides Halbwissen vermuten, das dann doch zu weitgehender Vereinfachung führt.

Darf man bei Dr. Stratmanns Patienten unterstellen, dass er die Existenz einer wie auch immer gearteten „Beinkrankheit“ für durchaus wahrscheinlich hält, entsteht bei unserem Läufer (genauso Ruderer, Schwimmer, Radfahrer) der Eindruck, er glaube, durch gewisse Trainingsmaßnahmen den Fettstoffwechsel, ähnlich wie mit einem

Schalter zur Energiegewinnung einschalten zu können.

Das ist natürlich nicht so.

Ein Blick auf die Körperstatur des Betreffenden beantwortet uns in der Regel auch ganz schnell die Frage, warum eigentlich speziell der Fettstoffwechsel angeheizt werden soll: Es geht offensichtlich um Fettdepoteinschmelzung.

Nun ist es unzweifelhaft so, dass der Mensch den Naturgesetzen unterliegt, z.B. den beiden Hauptsätzen der Wärmelehre, wonach Energie nicht einfach aus dem Nichts entsteht und auch nicht einfach so vernichtet werden kann. Das bedeutet, dass wir die mit der Nahrung aufgenommene Energie (heute meistens noch in Kcal angegeben) entweder in Wärme umwandeln (um die Körpertemperatur aufrecht zu erhalten), zu mechani-



Ihr Spezialist in Sachen Edelstahl

- Balkon- und Treppengeländer
- Türen- und Tortechnik
- Stahlkonstruktionen
- Anbaubalkone
- Vordächer
- Kunstschmiedearbeiten
- Treppenbau
- Reparaturarbeiten



Am Großmarkt 25a · 44653 Herne

Tel. 0 23 23/23 03 04 · Fax 0 23 23/9 92 04 15

E-Mail: info@kostuj-metallbau.de · Internet: www.kostuj-metallbau.de

scher Arbeit (z.B. Laufen, Rudern u.a.) verwenden und den Überschuss in unseren (Fett-)Depots abspeichern müssen.

Je höher nun die mechanische Leistung (z.B. die Leistung auf dem Fahrradergometer) umso höher der Energieverbrauch. Diese Beziehung ist praktisch linear, d.h. wer 200 Watt auf dem Fahrradergometer leistet, verbraucht doppelt soviel Energie wie der, der 100 Watt leistet.

Im Sinne einer Gewichtsabnahme wäre es natürlich besser, man würde 400 Watt leisten, weil dann die verbrauchte Energie doppelt so hoch wäre wie bei 200 Watt. Das fällt natürlich schon sehr schwer und gelingt nur bei einem guten Trainingszustand.

Jan Ulrich z.B. soll knapp 500 Watt länger als eine halbe Stunde leisten können.

Und trotzdem sagt man ihm nach, sein ideales Wettkampfgewicht nicht immer halten zu können.

Wie kann das sein? Nun, auch ein Jan Ulrich unterliegt den Naturgesetzen und die sagen erbarmungslos (s.o.): Energie verschwindet nicht und Energie, die zuviel ist (d.h. nicht mechanisch verarbeitet oder in Wärme umgewandelt wird) geht ab ins Fettdepot.

Da hat der gute Jan eben mehr gegessen (und getrunken) als trainiert. Die Formel ist prinzipiell ganz einfach: viel geleistet – viele Kalorien weg. Weniger geleistet – weniger Kalorien weg.

Was hat es denn nun mit dem Laufen auf dem Fettstoffwechsel auf sich? Ganz einfach: Unsere Muskelzellen sind in der Lage, sowohl aus Zucker als auch aus Fett durch „Verbrennung“ unter Hinzuziehung von Sauerstoff (den atmen wir bekanntlich ein) Energie für die mechanische Arbeit zu gewinnen.

Nun ist die Energiegewinnung aus Zucker aber wesentlich ergiebiger als aus Fetten. Je höher die energetisch abzudeckende Leis-

**Gönnen Sie sich ein Stück
„Gesundheit“ zu Weihnachten.**

**Rückenbeschwerden? Fuß- und Gelenkprobleme?
Gehen Sie richtig!**



**Neue Modelle
eingetroffen!**

RUNUP42 &
Der Laufshop

MBT

Orthopädie
Schuh Technik GmbH
Andreas Zänker



Herzogstraße 7-9 • Herne-Eickel • Tel. 0 23 25/3 12 70 • www.runup42.de



tung ist (je intensiver die Belastung), desto mehr wird der Körper also zur Zuckerverbrennung greifen. Andersherum: Je weniger intensiv die Belastung, desto höher der Anteil der Fettverbrennung in Relation zur Gesamtenergiebereitstellung, am höchsten in Ruhe.

Eine reine Fett- oder Zuckerverbrennung gibt es nicht.

In Abhängigkeit von der Höhe der Leistung wird die Fett- bzw. Zuckerverbrennung zu unterschiedlichen Anteilen für die Gewinnung des Gesamtenergiebedarfs beansprucht. Eine „Saldierung“ des Körperenergiehaushalts erfolgt dann maßgeblich erst nach der Belastung in der Regenerationsphase.

Also doch rennen bis die Lunge platzt?? Natürlich nicht!!! Man muss den Faktor Zeit bedenken: Es ist zwar so, dass ich mit einem höheren Tempo pro Minute eine größere Menge Fett loswerde als mit einem niedrige-

ren Tempo. Aber dafür bin ich auch schneller erschöpft und werde das Training früher beenden (müssen). Außerdem haben hohe Intensitäten für den Gesundheitssport noch darüber hinausgehende, verschiedene weitere Nachteile. Also laufen sie ruhig auf ihrem Fettstoffwechsel, aber lange ... lange ...

Ehe die Frage offen bleibt: Dreimal in der Woche, so dreiviertel Stündchen dürfen es schon sein. Mehr geht auch.

Dr. med. H.-J. Siering

www.rvemscher.de

Auf unserer Seite im Internet erfahren Sie unter www.rvemscher.de alles über unseren Ruderverein.

Hier finden Sie die neuesten Nachrichten und Termine.

Klicken Sie sich ein!

Kosmetik-Studio Helma Kaiser im Eickel-Center

Natürliche Schönheit durch Entspannung und Pflege

- Kosm. Behandlung
- Akne-Behandlung
- Kosm. Haarentfernung
- Div. Spezialbehandlungen
- Fußpflege
- Maniküre
- Lymphdrainage
- Sonnenbank

Rainerstraße 1 (Eickel-Center) · 44651 Herne-Eickel
Telefon 0 23 25/3 39 33 · Termine nach Vereinbarung
Öffnungszeiten: Mo.-Do. 9.00-18.00 Uhr · Fr. 9.00-13.00 Uhr



Wie viel Sport braucht der Mensch?

Skeptiker kritisieren indes die einfache Gleichung: Sport = Gesundheit. „Überdurchschnittliche Leistungsfähigkeit ist keine Gewähr für Gesundheit“, gibt etwa der Mainzer Sportwissenschaftler Hans Volkhart Ulmer zu bedenken. Bester Beleg seien Spitzensportler, die für einen Rekord ihr Wohlergehen aufs Spiel setzen und ständige ärztliche Kontrolle brauchen.

Einen kräftigen Kreislauf mit Gesundheit gleichzusetzen entspricht in der Tat dem verkürzten biologisch-funktionalen Menschenbild der Schulmedizin. Und zu Recht weisen Kritiker immer wieder darauf hin, dass der Zusammenhang von Training und längerem Leben bislang nicht hieb- und stichfest erwiesen ist. Die



UNSERE „ALTEN-HERREN“

epidemiologischen Studien können meist nicht unterscheiden, ob jemand gesund bleibt, weil er körperlich aktiv ist, oder ob er sich viel bewegt, weil er gesund ist. Sport bildet außerdem mit anderen Variablen wie der Ernährung ein verzwicktes Wirkknäuel, aus dem sich die einzelnen Effekte nur schwer herauslösen lassen.

Doch trotz solcher Mängel müssen Zweifler anerkennen, dass mittlerweile starke Indizien für einen Schutz vor Herz-Kreislauf Leiden und für eine – mit ein bis zwei Jahren allerdings geringe – Lebensverlängerung vorliegen. Dazu reicht, selbst für Experten verblüffend, schon ein moderates Trainingspensum.

Gabriele Baranowski

HARTKE u. SOHN

Gegründet 1921



Elektro- Großhandel

HARTKE u. SOHN

GmbH & Co. Kommanditgesellschaft

Gabelsbergerstraße 11b – 13

44652 Herne (Wanne-Eickel)

Telefon: (0 23 25) 38 56

Telefax: (0 23 25) 38 59



Ist Fitness und Gesundheit das Gleiche?

- ✓ Fitness bezeichnet allgemein die Lebens- tauglichkeit des Menschen sowie dessen aktuelle Eignung für beabsichtigte Hand- lungen. Im Sport hat die Dimension körperliche bzw. motorische Fitness besondere Bedeutung. 
- ✓ Es ist problematisch Fitness und Gesundheit völlig voneinander abzugrenzen, da sie sehr viele Übereinstimmungen haben. Fitness, Gesundheit und Wohlbefinden stehen in einer engen Wechselbeziehung miteinander. Ein umfassender Gesundheits- und Fitnessbegriff ist nach der WHO (Weltgesundheitsorganisation): „vollständiges körperliches, geistiges und soziales Wohlbefinden“.
- ✓ In Abhängigkeit von Gesundheit, Leistung, Wohlbefinden, Beruf, Freizeit haben sich unterschiedliche Konzeptionen der körperlichen bzw. motorischen Fitness herausgebildet. Beispiele: Prävention gegenüber Krankheiten, Verzögerung des Altersprozesses, Erhaltung/Steigerung der beruflichen Eignung, Steigerung der körperlichen Leistungsfähigkeit, Wohlbefinden, Selbstverwirklichung.
- ✓ Man kann aber auch die Begriffe Fitness und Gesundheit voneinander trennen, eine Person kann z.B. bei einem Fitnessst gute Werte erzielen, obwohl sie gleichzeitig an einer ernsthaften Erkrankung leidet (z.B. Diabetes).
- ✓ Gesundheit in der Sportwissenschaft enthält körperliche, geistige und soziale Elemente.

aus Geo-Wissen:
Körper-Bewegung-Gesundheit

Heidicker GmbH

IHR PARTNER FÜR:
● SANITÄR
● HEIZUNG
● KLIMA

TELEFON: 02325 / 988310

RATHAUSSTRASSE 121 A - 44649 HERNE

Wer etwas bewegen will, muss sich bewegen!

Bist du auf der Suche nach einem Ausgleichssport?

Einer Herausforderung, der du dich am liebsten im Team stellen möchtest?



Einer Alternative zum Joggen oder zu Trainingsmaschinen?

Dann schau doch mal beim Ruderverein Em-scher herein!

Wir beginnen unser Wintertraining sofort im Ruderbecken der

Realschule an der Burg.

Telefon: 0 23 25/6 14 17

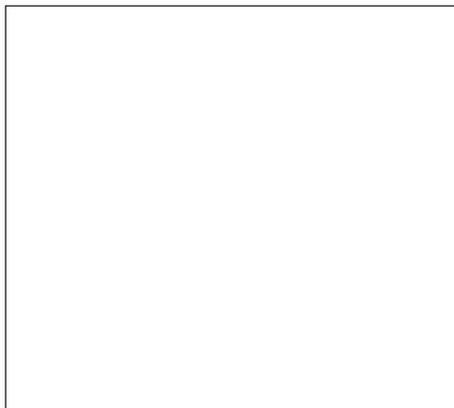
Was bietet das Rudern?

- ✓ Rudern ist Mannschafts- aber auch Individualsport
- ✓ Rudern ist eine gesunde Sportart und bedeutet Fitness und Kondition
- ✓ Rudern ist Natur- und Erlebnissport
- ✓ Rudern ist ein preiswerter Sport
- ✓ Rudern ist eine integrative Sportart und kann als Erziehungsmittel eingesetzt werden
- ✓ Rudern ist Vereinssport



- ✓ Rudern ist Wettkampf- und Hochleistungssport
- ✓ Rudern ist ein Sport für Behinderte
- ✓ Rudern ist Freizeit- und Familiensport

Rudern ist ein Mannschaftssport, der sich von vielen anderen Mannschaftssportarten, wie z.B. den Sportspielen, unterscheidet. In allen Mannschaftssportarten muss der Leistungsbeitrag des Einzelnen mit dem der anderen koordiniert werden.



RUDERN IST SPASS AN DER BEWEGUNG

Während dies in den Sportspielen in Form einer Kooperation geschieht - z. T. sehr unterschiedliche Tätigkeiten werden aufeinander abgestimmt - müssen im Rudern alle Mannschaftsmitglieder in einem bestimmten Zeitrahmen das Gleiche tun.

Tradition und ruderhistorische Entwicklung haben als Mannschaftsgefüge im Wettkampfsport den Zweier, Vierer und Achter (jeweils mit und ohne Steuermann) herausgebildet, aber auch den Einer als Möglichkeit der individuellen Leistungspräsentation oder Sportausübung.

Gabriele Baranowski

Treffen der Vereinsfamilie

Seit einigen Monaten treffen sich nun an jedem ersten Donnerstag im Monat Mitglieder des RVE im Bootshaus, um in gemütlicher Runde und zusammen mit den Ehefrauen, die ja sonst zu den Ruderterminen im Bootshaus nicht erscheinen, zu bereden, was sich im und um den Ruderverein tut und über dies und das zu plaudern. Auch die Familie Milanovice freut sich natürlich darüber, dass inzwischen fast alle Besucher der Vereinsabende gemeinsam essen und jeweils die umfangreichen Portionen fröhlich genießen, wozu fast ebenso regelmäßig danach der Hausschnaps des Wirtes gereicht wird.

Die Initiatoren dieser Treffen hatten sich vorgenommen, eben außerhalb des Ruderbetriebes ins Bootshaus einzuladen, damit Mitglieder, die sich sonst gar nicht treffen (können), die Gelegenheit haben, sich auszutauschen, vielleicht auch gemeinsam Sport zu verabreden. Vor allem aber, dass sich die

Generationen wieder miteinander treffen. Dieses, von Vorstand und den Initiatoren verfolgte Ziel wird von der Vereinsfamilie offenbar gern geteilt, wiewohl der Kreis der aktiven, jungen Leute durchaus stärker vertreten sein könnte. Regelmäßig konnten Mitglieder gewonnen werden, an den jeweiligen Abenden Vorträge zu halten, die von den Anwesenden immer begeistert aufgenommen und interessiert diskutiert wurden. Neben den Bildberichten von Ruderwanderfahrten oder von beeindruckenden Fernreisen, behandelte der Rheumatologe Dr. F. Dybowski ein medizinisches Thema, während Tim Grossmann der Versammlung die gewaltigen Veränderungen der Halde Hoheward darstellte. Einen Ausflug zur Zeche Zollverein und die Führung dort wurde von Ulli Bode aus Essen organisiert. Das Für und Wider solcher Einrichtungen wurde dann später im Bootshaus noch ausführlich diskutiert.

PHADIMED

Moderne Stoma-, Inkontinenz- und Wundversorgung

Nutzen Sie den Service eines erfahrenen Homecare-Unternehmens

- Kostenlose Fachberatung und Hausbesuche im gesamten Ruhrgebiet durch examinierte Krankenschwestern und -pfleger
- Direktabrechnung mit Ihrer Krankenkasse
- Kostenloses Informationsmaterial

Gebührenfreie Beratung: 0800 - 8869213

PHADIMED GmbH & Co. KG
Industriestr. 40
44628 Herne

www.phadimed.de



In die ganz unglaubliche Sphäre von Mond und Sternen führte Günther Herbold, Mathematiker und Astronom, gleich in mehreren Vorträgen ein und machte an einem weiteren Abend den Versuch, die epochale Relativitätstheorie der Versammlung begreiflich zu machen, wobei Günther Herbold als Trost für die Versammlung darauf hinwies, dass vermutlich nur drei Kenner die Materie wirklich verstanden haben: Albert Einstein selbstverständlich neben dem Vortragenden. Der Dritte ist noch unbekannt.

Zu wünschen bleibt, dass der Abend der RVE-Vereinsfamilie zur selbstverständlichen Einrichtung wird, den immer mehr Mitglieder – jung und alt – nutzen: Das Bootshaus als einladende Adresse.

Herbert Stamm

Steuermannslehrgang

Es wird Zeit die Kenntnisse über die Gefahren beim Rudern aufzufrischen. Der Schiffsverkehr auf unseren Gewässern nimmt zu

und die Berufsschiffahrt, wie ihr euch vorstellen könnt, hat Vorfahrt. Die Beantwortung der Frage, was ihre lauten Signale bedeuten, fällt da schon schwerer. Die Kenntnis darüber kann lebenswichtig sein, was Kenterungen mit Todesfolge auf dem Rhein zeigen. Dieser Lehrgang berechtigt euch, ohne Aufsicht eines unserer Boote zu führen.

Am Donnerstag, 2. Februar 2006 ab 19 Uhr möchten wir, Gabi Baranowski und Jochen Wittor, euch theoretisch auf diese Prüfung vorbereiten und euch Prüfungs-Lernmaterialien für zu Hause mitgeben.

Die Prüfung mit einem Praxisteil findet am 11. Februar 2006 statt.

Die Gebühr für diesen Lehrgang beträgt 20 Euro und beinhaltet die Kurs- und Prüfungsmaterialien.

Anmeldung bis zum 29. Januar 2006 bei Jochen Wittor unter der Telefonnummer: 0173/5 32 32 46 oder E-Mail: rvemscher@t-online.de

Immer da, immer nah.

PROVINZIAL

Die Versicherung der Sparkassen

**Sportler vertrauen der Nummer 1 in Westfalen.
Die Provinzial – zuverlässig wie ein Schutzengel.**



Ihre Provinzial-Geschäftsstelle

Hans-Jürgen Zaremba

Eickeler Markt 17

44651 Herne-Eickel

Tel. 0 23 25 / 37 50 60

zaremba@provinzial.de



Lightblue vs. Darkblue



BERND
HEIDICKER

Boatrace Day – ein Großteil der englischen Bevölkerung wird an diesem Tag in zwei Lager gespalten – Oxford oder Cambridge. Knapp 9 Millionen Engländer starten in diesen Tagen traditionell mit einem Picknick, trinken Pims und spekulieren über den möglichen Favoriten des 151sten Boatraces zwischen

den beiden Universitätsbooten, den sogenannten Blue-Boats – Darkblue (Oxford) und Lightblue (Cambridge), das sie später im TV live verfolgen. Knapp 200 Millionen Fernseh Zuschauer sind das weltweit. Cambridge liegt mit 78 zu 72 Siegen vorne. Start ist um 15.05 Uhr an der Putney Bridge, das Ziel ist 6,8 km weiter in Mortlake. Die Themse windet sich auf diesem Abschnitt mehrmals und führt zu diesem Zeitpunkt

immer Hochwasser. Die Strömung ist enorm und die optimale Stromlinie sehr schmal. Die Steuerleute werden zum Joker und sind am Ausgang des Rennens maßgeblich beteiligt.

250.000 Zuschauer befinden sich am Flussufer. Ihre Stimmung ist durch die vielen Pubs an der Strecke ausgelassen, und wenn beide Teams ihre Boote zu Wasser lassen, wird es richtig laut. Die Steuerleute sind trotz Lautsprecher und Extraverstärker im Boot nicht mehr zu verstehen. Gänsehautstimmung!

Das Getöse verstummt schlagartig, sobald beide Boote am Start festgemacht haben, denn von nun an kann der Start jederzeit durch den „Umpire“ gegeben werden. Es wird totenstill in der Startzone, in der sich ein Großteil der Zuschauer befindet. Einzig das Rotieren der Fernsehhelikopter ist jetzt noch zu hören.



R+M

Kfz-Service

Meisterbetrieb der
Kfz-Innung

Landgrafenstraße
in Wanne-Eickel



Inspektionen nach Herstellerangaben für alle Modelle

TÜV + AU, G-Kat, Diesel, OBD

Fehlerauslesen für Motorelektronik, ABS, Airbag usw.

Reifenservice

Klimaservice

59.- €

inkl. Desinfektion

89.- €

Karosserieinstandsetzung

Urlaubsdurchsicht inkl. Ölwechsel mit Filter

39.- €

(bis 5l Füllmenge 10W 40 teilsynthetic)

Einbau von Windschutzscheiben · Fahrzeugpflege · Hol- und Bringservice

Telefon 0 23 25/57 47 56

R. Ruhland, K.G. Müntinga · Landgrafenstraße auf dem Heitkampgelände (Pförtner)

... was ist jedoch nötig, um an diesem Tag in einem dieser Boote zu sitzen?

Keine drei Wochen nach den olympischen Spielen war Trainingsbeginn im „Goldie Boathouse“ von Cambridge. Egal, ob Anfänger oder Olympiateilnehmer, ein jeder hatte sich am 20. September dem Eingangsergostest zu unterziehen.

An diesem Tag begannen 6 Monate, die mit zu den anstrengendsten im Leben eines jeden Teilnehmers zählen dürften. Trainieren, studieren, schlafen. Dafür allein hätte der Tag schon auf 27 und mehr Stunden erweitert werden müssen. Zwangsläufig musste hier und da etwas getrickst werden, um alles unter einen Hut zu bekommen, aber unter keinen Umständen beim Training! Eigentlich müsste dafür schon ein Doktor in Zeitmanagement verliehen werden. Deutsche Militärs sind wohl kompromissbereiter als Oxford und Cambridge bei der Einhaltung ihres Trainingsprogramms.

Jeden Tag ist Trainingsbeginn um 6.30 Uhr. Danach ein schnelles Frühstück in einer der

zahlreichen Mensen. 9.00 Uhr Vorlesungsbeginn und direkt nach den Vorlesungen zurück zum Bootshaus zur zweiten Einheit um 13.30 Uhr. Um ca. 18.00 Uhr ist man in der Regel zurück im Zimmer. Etwas essen, ein wenig schlafen und ab 20.00 Uhr studieren. 23.00 Uhr Licht aus! All day – every day.

Die Historie des Boatraces ist 176 Jahre alt und es wurde in diesem Jahr zum 151. Mal ausgetragen.

Eine Tradition, die diesem Rennen und seinem Trainingsprogramm den besonderen Touch verleiht. Man hat stolz zu sein und ist es natürlich auch einer so langen Tradition anzugehören. Jeder Teilnehmer ist im Captainsroom des Bootshauses auf einer Schiefertafel verewigt.

Einen weiteren Ausdruck findet diese Tradition vor allem in dem Lightblue Blazer, der jedem Mitglied des Blueboats zusteht und ein absolutes Statussymbol in England ist. Jedoch ist man erst berechtigt, dieses zu tragen, nachdem die erste Meile des Rennens

00
GÜNTHER NOLTE



Baugeschäft



Eickeler Bruch 121 • 44652 Herne-Wanne

Telefax 0 23 25/6 09 35 • ☎ 0 23 25 **3 32 43**



bewältigt worden ist. Am Ende von Fullham Wall! Es kam auch schon vor, dass Boote vorher gesunken sind oder gar aufgegeben haben.

Der Selektionsprozess für die Bootsbesetzung ist schier endlos und wird aus deutscher Sicht mit fast fanatischem Ehrgeiz betrieben. Aber auch das ist wiederum ein Teil der Faszination – Boatrace.

Es gibt kein Wochenende, an dem nicht Ausscheidungsrennen gefahren werden; manchmal bis zu achtmal am Tag. Anfang Februar wird schließlich die offizielle Bootsbesetzung bekannt gegeben. Es kehrt erstmals Ruhe in den Trainingsalltag ein.

... die Dauer bis zum Ertönen des Startschusses kann endlos sein und sich aus Sicht eines Aktiven noch länger anfühlen. Ist dieser einmal ertönt, beginnt ein Langstreckenrennen über 4 Meilen, jedoch gleicht es taktisch einem 1500-m-Rennen. Ziel ist eine schnellstmögliche Führung, um die optimale Strömung zu erwischen, die keine zwei Boote



DER CAMBRIDGE-ACHTER IM RENNEN.

nebeneinander erlaubt, und darum wird auf dem ersten Rennabschnitt auf „Biegen und Brechen“ gekämpft. Häufig kommt es zu Boots-karambolagen, die ein Markenzeichen dieser Rennen sind.

Wir erwischten dieses Jahr einen grausamen Start. Oxford konnte sich von Beginn an in eine entscheidende Position bringen. Unbe-

ADS - HERNE

Ihr Architekturbüro

- **Neubau** Entwurf u. 3 D Planung
- **Umbau** Modernisierung
- **Altbausanierung** Bauen im Bestand

- **Sicherheitskoordinator auf Baustellen**
- **Energiepasserstellung**

Dipl. Ing.
Dirk Schröder
Architekt

Kirchstrasse 40 A
44627 Herne
Tel.: 02323 / 988033
Mail: ADS-Herne@web.de

eindrückt von dieser Situation konterte unsere Mannschaft noch vor der ersten Meile, doch Oxford war uns durch den verpatzten Start immer einen Schritt voraus.

Kurz vor der Hammersmith Bridge, einer Schlüsselstelle des Rennens, schoben sie sich wieder vor und konnten so eine wesentlich günstigere Linie fahren, die mit physischen Mitteln allein nicht auszumergen war. Nun machte sich ein Anflug von Panik im Boot breit und auch die Kommunikation mit dem Steuermann stimmte nicht mehr.

Die Niederlage war an dieser Stelle fast besiegt. Im Ziel betrug der Abstand ca. zwei Bootslängen.

Mit Abstand der bitterste zweite Platz, den man erringen kann, da man zugleich Letzter und absoluter Verlierer ist. Dementsprechend niedergeschlagen war die Mannschaft auch beim Anlegen in Mortlake. Der Verlierer wird hier auch wie ein Verlierer abgeseigt und mit kurzem Handschlag wieder verabschiedet.

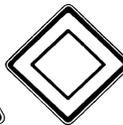
Ich für meinen Teil muss jedoch eingestehen, dass die Niederlage zwar schwer schmerzte, aber auf dem Hintergrund der gesamten Atmosphäre des Rennens und des absoluten Amateurcharakters dieser Veranstaltung eines der schönsten Erlebnisse in meiner sportlichen Karriere war.

Beim abendlichen Old-Blues-Dinner wird die Mannschaft jedoch von ihren vorangegangenen Blues-Ruderern bei einem festlichen Bankett gewürdigt und man musste sich am Ende fast fragen, wer eigentlich das Rennen gewonnen hat ...

So sehr mich das Boatrace begeistert hat, umso mehr freue ich mich, dass ich die Quälereien der Vorbereitung nicht noch einmal über mich ergehen lassen muss.

Ich habe meinen Studienschwerpunkt wieder nach Deutschland verlegt und gebe meinem Studienabschluss den Vorrang. Peking ist jedoch bei diesem Vorhaben nicht ganz außen vor.

Bernd Heidicker



**Ruderer sind fair
auch im Straßenverkehr !**

Fahrschule aller Klassen
Sieghard Moeller



Bürozeiten: Mo + Mi 17.00 – 19.00 Uhr
Theorie: Mo + Mi 19.30 – 21.00 Uhr

Hordeler Straße 68 a
44651 Herne
Tel. 0 23 25/3 79 27
Handy-Nr.0172/23 22 511

schnell – erfolgreich – zuverlässig!



*Ein Mensch, egal ob Mann ob Frau
mit Differenz im Körperbau,
mit hünenhafter Muskelmasse
oder eher zarter Klasse,*

*wird eingeladen mit vier Narren
ein Ruderboot zum Steg zu karren.
So geht in unbekannter Weise
ein gemischtes Team auf Reise.*

*Gemeinsam in die Boote steigen,
den anderen mal so richtig zeigen,
wie Frau in einem Boot mit Mann
doch sehr harmonisch rudern kann.*

*Der Start geglückt, das Boot – es steht.
Man(n) ist gespannt, wie's weitergeht.
Beim Knie-, Hüfte-, Armebeugen
kann dieses Team klar überzeugen.*

*Es lernt die Crew beim Blättersetzen
das andere Geschlecht zu schätzen.
Und dann auch noch im Mittelzug
macht der Herrenanteil Druck.*

*Es wird gepullt von Kopf bis Knie
mit ungeahnter Energie.
Selbst der Reservesteuermann
beweist der Mannschaft, was er kann.*

*Alles zieht im gleichen Takt,
keine Spur ist abgehackt.
Klemmt euch auf eure Rudersitze,
denn das Team ist wirklich Spitze!*

*Und die Moral von dem Gedicht:
Ob du es kannst oder auch nicht,
für alle ist ein Rollsitze frei –
wenn du nur willst, bist du dabei!*

Kompetenz, die sich bewährt!

Sie haben eine Frage zur Riester-Lücke ? Sie suchen eine Baufinanzierung, möchten Vermögen aufbauen oder Ihre Familie absichern? Dann sprechen Sie mit mir: Mit unserem Namen stehen wir seit Jahren für die bewährt kompetente Betreuung in allen Fragen der Vorsorge und Vermögensbildung. Rufen Sie mich an:

Generalagentur

Wolfgang Popp

Ebbinghäuser Str. 40, 45659 Recklinhausen

Ruf 02361 - 7058, Mobil 0177 5682968

www.hamburg-mannheimer.de

Ein Unternehmen der
ERGO Versicherungsgruppe.

GLÜCK IST PLANBAR.



RESTAURANT BOOTSHAUS

Unsere Bootshausgastronomie wird seit gut eineinhalb Jahren von Ivo und Ana Milanovice erfolgreich geführt. Sie freuen sich auf Ihren Besuch. Das Restaurant ist für jedermann täglich ab 17.00 Uhr geöffnet und verfügt über eine großzügige Außenterrasse mit herrlichem Blick auf den Rhein-Herne-Kanal, verschiedene Säle und die Westfalenstube mit Kamin sowie TV mit Premioreanchluss. Montags ist Ruhetag.



DIE INHABER: IVO UND ANA MILANOVICE

Besuchen Sie das Bootshaus auf „ein Bier“ frisch vom Fass, oder genießen Sie ein gepflegtes Gläschen Wein oder eine leckere Tasse Kaffee zum selbstgebackenen Kuchen.

Alle Gäste der Familie Milanovice wissen die abwechslungsreiche internationale Küche mit den ordentlichen Portionen zu schätzen. Aber auch die kleinen Leckermäuler mit kindgerechten Speisen werden liebevoll verwöhnt. Planen Sie aber auch die Durchführung Ihrer Familienfeste: Hochzeiten, Konfir-

mationen, Kommunionen, Jubiläen und was es alles so zu feiern gibt in unserem Bootshaus. Bei der Auswahl der Menüs oder des Buffets steht Ihnen die Familie Milanovice gerne mit Rat und Tat zur Seite.

Aber auch für geschäftliche Besprechungen ist gerade das Bootshaus ideal. Kleine Gruppen finden in der Westfalenstube ungestört Ruhe. Für größere Besprechungen oder auch große Betriebsfeste stehen die Säle bereit.



FÜR ALLE FEIERN BUCHBAR: UNSER RESTAURANT BOOTSHAUS

Sprechen Sie Ihren Termin mit unserem Wirtsehepaar Milanovice unter der Telefon-Nummer 02325/71638 ab.

Dies ist natürlich nicht erforderlich, wenn Sie einfach „nur so“ vorbeikommen und etwas essen oder trinken wollen.

Friedhelm Unger

„Besondere“ Geburtstage

Jeder hat in jedem Jahr einmal Geburtstag. Da heißt es: Endlich 18! Oder oh je schon bald 50! Noch ein Jahr und kein Wecker stört mehr meinen Schlaf, weil die Arbeit ruft! Es kommt halt auf den Standpunkt an – die Perspektive verschiebt sich.

Einige können im Jahr 2006 einen „besonderen“ Geburtstag feiern. Und damit Sie diesen Tag nicht vergessen und Ihre Glückwünsche anbringen können, nachstehend die „Besonderen“.

85 Jahre

Paul Fechner 11. April 1921

80 Jahre

Eva Thielke 17. Mai 1926
Wilhelm Bolzenkötter 14. November 1926

75 Jahre

Werner Breuker 1. Januar 1931
Hans-Otto Witthaus 8. März 1931
Siegfried Kern 1. April 1931
Josef Lakomy 12. April 1931
Alfred Stiebling 11. Juni 1931
Günther Beisemann 19. Juli 1931
Egon Daniel 6. August 1931

70 Jahre

Volker Effelsberg 5. Mai 1936

60 Jahre

Petra Hörder 20. April 1946
Günter Ruppel 15. Mai 1946
Klaus Kapp 19. Juli 1946
Erich Tiemann 2. August 1946
Karl-Heinz Seifert 5. August 1946
Ellen Klingelhöfer 20. August 1946
Rita Kapp 20. Oktober 1946
Elke Ruppel 1. Dezember 1946

50 Jahre

Holger Speckmann 1. März 1956
Erika Firley 21. März 1956
Rudolf Lüking 1. April 1956
Georg Köhler 28. April 1956
Rüdiger Hauffe 8. Mai 1956
Roy Schückel 13. Mai 1956

Ulrike Buschmeier 4. Juni 1956
Gundel Bohle 26. Juni 1956
Marlies Steinmacher 27. Juni 1956
Karl-Georg Preuß 11. Dezember 1956

40 Jahre

Thomas Kruse 23. Juli 1966
Rainer Weber 31. August 1966
Dirk Schröder 16. September 1966
Thomas Becker 20. November 1966
Andreas Lünig 3. Dezember 1966

Wir wünschen allen ein Jahr in guter Gesundheit, möglichst ohne Sorgen und mit viel Freude.

Danke

Sie halten eine umfangreiche REGATTA in Ihren Händen.

Danke an alle, die sich die Zeit genommen haben und mit „Ihrem“ Artikel zum Erscheinen dieser Ausgabe beigetragen haben.

Danke an alle Inserenten. Mit Ihren Anzeigen haben Sie diese Zeitung finanziert und damit das Erscheinen ermöglicht. Darüber hinaus unterstützen Sie unsere Arbeit und helfen mit, die vielfältigen Aufgaben besonders im Bereich der Jugendarbeit zu erfüllen.

Deshalb die Bitte an die Vereinsfamilie: Bevor Sie einen Auftrag vergeben oder einen Einkauf tätigen, schlagen Sie in der REGATTA nach! Unsere Inserenten empfehlen sich.



Sehen Sie auch die 1,20 m dicke Pipeline?



Pipelineplanung ist etwas für Spezialisten. Nutzen Sie unsere Erfahrung von 40 Jahren, in denen wir rohrlösungen mit einer Gesamtlänge von Hamburg bis Ankara geplant, vermessen und kartogra-

fiert haben. Mehr Informationen und Referenzen erhalten Sie unter Telefon +49 23 25-63 76-0, Telefax +49 23 25-63 76-1 00, Bobenfeld 1, 44652 Herne oder im Internet: www.ib-wesemann.de



Ingenieurbüro
DR. WESEMANN



Planung · Vermessung · Bauleitung



Unsere Vereinsjubilare

Beim „Anrudern“ sagt der Vereinsvorsitzende alljährlich allen ein herzliches Dankeschön, die unserem Ruderverein seit vielen Jahren die Treue gehalten und damit die Vereinsarbeit unterstützt haben.

Beim Anrudern 2006 werden das sein:

60 Jahre Mitgliedschaft

Josef Lakomy
Hans-Otto Witthaus
Manfred Niermann
Egon Daniel

50 Jahre Mitgliedschaft

Friedrich Schwing
Wilhelm Iwannek
Klaus Großmann

40 Jahre Mitgliedschaft

Winfried Firley
Walter Käß
Manfred Kuhn
Wilhelm Preuss
Hans Nolte

25 Jahre Mitgliedschaft

Karl Berkel
Gudrun Elfers
Dr. Hans-Joachim Siering
Dr. Christian Sälzer
Dr. Eva Neuhaus
Siegward Moeller

10 Jahre Mitgliedschaft

Albert Heinrich
Daniel Sobanski
Maximilian Rossetto
Christian Kapp
Margret Beisemann
Moritz Boeddinghaus
Ursula Rossetto

Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht in jedem Fall die Meinung des Vorstandes bzw. der Redaktion wieder.

Wir gratulieren!

Eine von 9 Teilnehmern aus 6 Bundesländern am Lehrgang zur Ausbildung zum „Ruderlehrer“ war Gabriela Baranowski vom RVE.

Frau Baranowski ist Dipl.-Sportlehrerin und bietet seit einiger Zeit gemeinsam mit Herrn Merle Ruderkurse für Erwachsene an unter dem Motto „Wer etwas bewegen will, muss sich bewegen“. Sie hat schon einigen „Neueinsteigern“ zum Spaß am Rudern verholfen. Jetzt hat sie dazu noch die „Ruderlehrer-Lizenz“ erworben. In einem Mix aus Theorie und Praxis standen auch solche „Fächer“ wie Ernährung, Gesundheit, Gymnastik, Umgang mit Menschen und Team-Rowing auf dem Ausbildungsprogramm.

Wir bedanken uns bei Gabi Baranowski, dass sie sich noch weiter hat ausbilden lassen und laden alle ein, die sich bisher noch gescheut haben ins Boot zu steigen, bei Gabi Baranowski und Fritz Merle das Rudern zu erlernen.



Die Redaktion wünscht Ihnen allen ein frohes Weihnachtsfest und ein gesundes, glückliches neues Jahr.

Ruder-Olympiasieger Hans Lenk ist Welt-Präsident der Philosophen

Der Ruder-Olympiasieger im Deutschland-Achter des Jahres 1960, Prof. Dr. Hans Lenk, wurde in Mexiko bei der Generalversammlung des Internationalen Institutes der Philosophie zum Weltpräsidenten dieser Organisation gewählt.

Damit übernahm zum ersten Mal ein deutscher Philosoph dieses höchste wissenschaftliche Amt der Philosophie in der Weltakademie dieses Faches. Der 70 Jahre alte Philosophie-Professor aus Waldbronn bei Karlsruhe mit Gastprofessuren in vielen Städten der Welt hatte schon zuvor in etlichen bedeutenden nationalen und internationalen Wissenschafts-Gremien wichtige Positionen ausgeübt.

Den Grundstein zum Forschungsdrang in der Philosophie und generell zur Leistungsbereitschaft legte in jungen Jahren Lenks Klassenlehrer und väterlicher Freund Karl

Adam, der liebevoll „Ruderprofessor aus Ratzeburg“ genannt wurde und für viele internationale Erfolge als Bundestrainer verantwortlich zeichnete.

aus „Olympisches Feuer“ 5/2005

E-Mail-Adressen

In den beiden bisherigen Ausgaben der RV News Nr. 1 und 2/05 hatten wir Sie gebeten, uns – soweit vorhanden und noch nicht geschehen – Ihre E-Mail-Adresse mitzuteilen unter **Friedhelm.Unger@freenet.de**. Wie bekannt, könnten wir durch eine auf den aktuellen Stand erweiterte Liste Sie schnell und zeitgerecht über dieses Medium erreichen. Bitte stellen Sie uns Ihre E-Mail-Adresse zur Verfügung, die selbstverständlich nur Vereinzwecken dient.

Friedhelm Unger

NoRAE

WÖHLE DRÖGE REUTER
BACKHOFF DRÖGE SPENGLER

NOTARIAT UND RECHTSANWÄLTE

Wanner Straße 23-25 · 44649 Herne · Telefon 0 23 25/95 26-0
www.norae.de · E-Mail: kanzlei@norae.de · Fax 0 23 25/95 26-79



RESTAURANT BÖÖTSHAUS



Internationale Küche

Räumlichkeiten für verschiedene Veranstaltungen
bis 170 Personen

Große Außenterrasse · Kaminzimmer bis 20 Personen



Für Ihre persönliche Feier (ab 5 Personen) sind wir, nach
Terminabsprache, auch außerhalb der Öffnungszeiten für Sie da.

Öffnungszeiten:

Dienstag-Samstag 17.00-23.00 Uhr

Sonn- & Feiertage 11.30-23.00 Uhr

Am Westhafen 27 · 44653 Herne · Tel. 0 23 25/7 16 38



Ralf Müller
Bauunternehmung GmbH

**Ausführung sämtlicher Maurer-
Stahlbeton- und Verblendarbeiten**

Marienburger Straße 25 45665 Recklinghausen
Telefon 0 23 61/49 28 10 Telefon 0 23 61/49 37 09
<http://www.ralf-mueller-bau.de> E-Mail: info@ralf-mueller-bau.de

Zugegeben: Es gibt neben uns noch eine preiswerte Energie im Haushalt.



Wir halten es für eine gute Idee, nicht mehr Energie als nötig im Haushalt zu nutzen. Wir bieten Ihnen attraktive Förderprogramme, kostenlose Energiespartipps und vieles mehr in unseren KundenCentern direkt vor Ort. Das ist uns Ihre Zufriedenheit wert. Auch wenn Sie zu Hause auf noch sparsamere Ideen kommen ...

www.stadtwerke-herne.de

Stadtwerke Herne AG 

Ein kurzer Weg. Viele Lösungen.

Blömeke Druck SRS GmbH

Print Publishing

Geschäftspapiere
Endlossätze
Bücher · Plakate
Kataloge · Zeitungen
Prospekte

Prepress & Digital Media

Multimedia Design
Satz und Layout
Database Publishing
CD-Rom-Erstellung
Web Publishing



blömeke druck



Resser Str. 59 · 44653 Herne
Telefon 0 23 25 / 92 97-0
Telefax 0 23 25 / 92 97-40
info@bloemeke-druck.de
www.bloemeke-druck.de

SRS