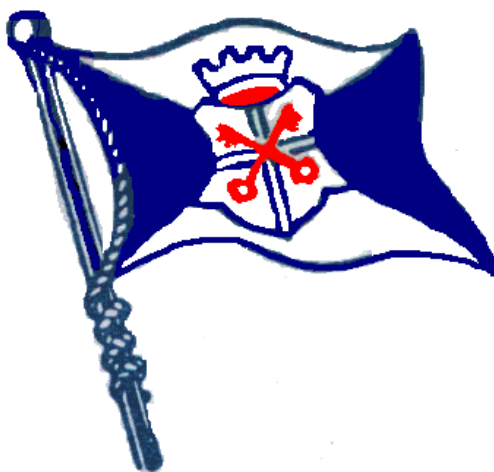


Festschrift

**100 Jahre
Ruderverein Rhenus e.V. Andernach 1910**



Inhaltsverzeichnis

Vorwort	Wolfgang Thalwitzer, 1. Vorsitzender
Grußworte	Josef Nonn, Bürgermeister und Schirmherr der 100 Jahr-Feier Achim Hütten, Oberbürgermeister Dr. Alexander Saftig, Landrat Siegfried Kaidel, Deutscher Ruderverband Lutz Itschert, Ruderverband Rheinland Fred Pretz, Sportbund Rheinland
Wissenswertes	Allgemeines über den Rudersport Das schwimmende Bootshaus Das neue Bootshaus in den Rheinanlagen Rudern auf dem Rhein und unsere Wanderfahrten Gesundheitlicher Wert des Ruderns Offizielle Ruderkommandos des RV Rhenus Faszination Rudersport Zeitzeugen berichten Amtierender Rhenus – Vorstand Gedenken an Chronik RV – Rhenus Dr. Wolfgang Fischer

Liebe Rhenus – Ruderfamilie,

um das 100-jährige Bestehen unseres Rudervereins ausführlich zu dokumentieren, haben wir unserer Festschrift noch eine Chronik hinzugefügt.

Dies war nur möglich durch die Mitarbeit von Herrn Dr. Wolfgang Fischer und unserer Ruderkameraden Rainer Backmann und Horst Kibellus. Dafür herzlichen Dank.

Unser neues Bootshaus in den Rheinanlagen, eingeweiht im Jahre 2002, haben wir durch die Unterstützung unserer Stadt Andernach, des Kreises Mayen-Koblenz MYK, des Landes Rheinland-Pfalz und durch die Mithilfe unserer Mitglieder erbauen können. Hierfür unseren besonderen Dank!

Es ist uns gelungen, die Mitgliederzahl gegen den Zeittrend konstant zu halten, und so schauen wir zuversichtlich in die Zukunft.

Der Rhenus – Vorstand wünscht einen guten Verlauf der Jubiläumsveranstaltung und dankt allen Mitwirkenden für ihren Einsatz.



Wolfgang Thalwitzer
1. Vorsitzender

Grußwort von Bürgermeister und Schirmherr Josef Nonn

Liebe Ruderfreunde,
liebe Vereinsmitglieder,

mit Stolz und Zufriedenheit kann der Ruderverein Rhenus 1910 e.V. Andernach in diesem Jahr auf ein Jahrhundert Vereinsgeschichte zurückblicken. Zu diesem besonderen Anlass gratuliere ich dem Jubilar recht herzlich und wünsche allen Mitgliedern und Freunden viel Rudervergnügen und sportliche Erfolge.

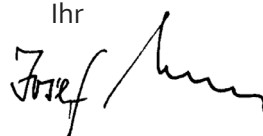


Es gibt wohl kaum eine vergleichbar bemerkenswerte Gründungsgeschichte wie die des Andernacher Rudervereins. Doch trotz des regen Zuspruchs, den der Verein in der Bevölkerung erfuhr, waren dem Verein infolge der Weltkriege Notsituationen nicht erspart geblieben.

Die Liebe der Vereinsmitglieder zur Wanderruderei hat jedoch auch die schwierigsten Situationen gemeistert und den Wiederaufbau des Vereins bewirkt. Ich danke all denjenigen, die durch ihr Engagement und durch einen starken Durchhaltewillen den Verein am Leben erhalten haben und ihn zugleich auch vorantreiben, denn eine derartige Organisation lebt von und mit Menschen, die sie prägen und weiterentwickeln.

Ich wünsche dem Verein, dass er im zweiten Jahrhundert weiterhin stets Menschen finden wird, die mit Tatkraft und Phantasie dem Allgemeinwohl und den Ruderfreunden treue Dienste leisten werden.

Den anstehenden Jubiläumsfeierlichkeiten wünsche ich einen guten Verlauf, verbunden mit der Hoffnung, dass die vielfältigen Zukunftsaufgaben in unserer immer schnelllebiger und hektischer werdenden Zeit mit Optimismus angepackt und auch gemeistert werden können.

Ihr

Josef Nonn
Bürgermeister

Grußwort von Oberbürgermeister Achim Hütten

Liebe Ruderfamilie,
sehr geehrte Damen und Herren,

schon immer hatte Andernach eine besondere Beziehung zum Element Wasser, und das ist im Sport nicht anders. Deshalb hat hier auch der Sport auf, im und mit dem Wasser eine ganz spezielle Bedeutung - und er hat eine lange Tradition. Fragt man nach dem Beginn des Ruderns in Andernach, genauer nach dem des sportlichen Ruderns, kommt man unweigerlich zum Gymnasial Ruderverein Rhenus, einer Gruppe von vier bis sechs Tertianern des humanistischen Gymnasiums mit denen schließlich alles begonnen hat.



Das war - wenn man so will - ein Vorbote jener Entwicklung, die dann in die Jugendbewegung mit einer sich wandelnden Lebenseinstellung und der Abkehr von Konventionen mündete. Die neue Sehnsucht nach Gemeinschafts- und Naturerleben fand in der Hinwendung zum Wanderrudern ihren zeitgemäßen Ausdruck und führte so zu einem enormen Aufschwung dieses Sports.

Entspannung und Erholung in Gemeinschaft und freier Natur, das war es, was die Jugendbewegung und das Wanderrudern verband, aber auch diese neue Lebensart konnte sich dem Wettkampfgedanken nicht völlig entziehen. Damit waren Dauerruderwettfahrten und Stafettenwettfahrten „geboren“ - eine sportliche Herausforderung, der sich seinerzeit der Andernacher Ruderverein sicherlich nicht entzogen haben wird.

Vor nunmehr 100 Jahren hat der Ruderverein Rhenus e.V. Andernach seinen Platz im Vereinsleben unserer Stadt eingenommen. Alle Mitglieder und die vielen ehrenamtlichen Helfer, haben über all die Jahre hinweg an der Vereinschronik mitgeschrieben, haben sie gestaltet und so zu einem vollen Jahrhundert Vereinsarbeit beigetragen

Ein Jubiläum ist eine Etappe, ein Haltepunkt, an dem „verschnauft“ wird, aber noch längst nicht das zu erreichende Ziel. Und so bin ich sicher, dass der Ruderverein Rhenus auch in den kommenden Jahren weiterhin seine Position in der Sportlandschaft Andernachs behaupten wird. Dafür schon jetzt meinen Dank und meine Anerkennung.

Ich wünsche dem Jubilar und seinen Mitgliedern eine gute Zukunft und den Jubiläumsfeierlichkeiten einen fröhlichen und unbeschwerten Verlauf.

Ihr

A handwritten signature in black ink, which appears to read 'Achim Hütten' in a cursive script.

Achim Hütten
Oberbürgermeister

Grußwort von Landrat Dr. Alexander Saftig

Liebe Ruderfreunde,

vor hundert Jahren hat der Ruderverein Rhenus seinen Platz im Vereinsleben von Andernach eingenommen.

Es freut mich sehr, dass dieser Verein über einen so langen Zeitraum immer „eine Handbreit Wasser unter dem Kiel“ hatte.

Seit 100 Jahren verbindet viele Ruderfreunde die Liebe zur Sportart, zur Bewegung an der frischen Luft und zur Natur.

Seit 100 Jahren hat der Ruderverein Rhenus, trotz vieler gesellschaftlicher und wirtschaftlicher Veränderungen, stets Kurs gehalten. Seit 100 Jahren leiten Menschen durch großes ehrenamtliches Engagement die Geschicke des Vereins. Ein Verein lebt von und mit Menschen, die ihn prägen und weiterentwickeln. Ihnen gebührt Dank und Anerkennung.

Ich finde es toll, dass anlässlich des Jubiläums eine Chronik erstellt wurde. Mit dieser Chronik wird die Vergangenheit gewürdigt. Sie gibt gleichzeitig Ansporn für die Zukunft.

Sehen Sie die 100 Jahre als eine erreichte Etappe, als einen kurzen Haltepunkt an, an dem sich die Ruderfreunde in geselliger Runde an Land treffen. Und dann heißt es wieder: „Start frei für die nächste Etappe“.

Der Ruderverein Rhenus Andernach wird sicherlich auch in den kommenden Jahren ein fester Bestandteil in der Sportlandschaft des Landkreises Mayen-Koblenz sein.

Ich wünsche Ihnen, liebe Ruderfreunde, für die nächsten 100 Jahre viel Spaß und Erfolg und viele schöne Stunden auf unseren Gewässern.



Dr. Alexander Saftig
Landrat des Landkreises Mayen-Koblenz

Grußwort des Vorsitzenden des Deutschen Ruderverbandes Siegfried Kaidel

Zum 100jährigen Bestehen möchte ich dem Ruderverein Rhenus 1910 e.V. Andernach im Namen aller Verbandsvereine und auch des Vorstandes des Deutschen Ruderverbandes meine herzliche Gratulation aussprechen und beste Grüße übermitteln. 100 Jahre Vereinstätigkeit sind in einer so wechselvollen Zeit, wie sie seit 1910 zu verzeichnen ist, eine herausragende Leistung. Der Ruderverein Rhenus 1910 e.V. Andernach hat in diesen 100 Jahren bewiesen, dass er auch schwierige Zeitläufe überdauern kann. Der Verein hat sich im Laufe seiner Geschichte dem Fahrten- wie auch dem Wanderrudern gleichermaßen gewidmet. Aber auch in den Bereichen des Schüler- und Damenruderns sind schon frühzeitig, teilweise bereits vor dem zweiten Weltkrieg, entscheidende Aktivitäten aufgenommen worden.



Die Mitglieder des Rudervereins Rhenus 1910 e.V. Andernach haben in ihren jahrzehntelangen Aktivitäten das Auf und Ab der Sportgeschichte miterlebt und auf tiefgreifende Wandlungen reagieren müssen. Es bleibt die Erkenntnis aus der Zeit der Vereinsgründung, nämlich dass allen voran die eigene Initiative der richtige Weg für die Zukunft bedeutet. Dies zeigte sich auch bei dem Bau des neu errichteten Bootshauses, dem Mittelpunkt der heutigen Aktivitäten und des Vereinslebens, welches entscheidend durch die Eigeninitiative der Mitglieder fertig gestellt werden konnte.

In Zeiten eines Jubiläums werden immer auch Überlegungen angestellt, wie es weitergeht. Wichtig ist, dass stets engagierte Ruderwarte zur Verfügung stehen und, dass eine Vorstandschaft segensreich und in guter Zusammenarbeit die Geschicke des Vereins leitet. Mit Ihrer Unterstützung leisten Sie, liebe Mitglieder des Rudervereins Rhenus 1910 e.V. Andernach, einen unschätzbaren Beitrag für die Entwicklung Ihres Vereins.

Für die nächsten Jahrzehnte wünsche ich Ihnen im Namen aller Mitglieder des Deutschen Ruderverbandes die Fortsetzung Ihrer erfolgreichen Arbeit.

Grafenrheinfeld, im März 2010

Siegfried Kaidel
Vorsitzender des Deutschen Ruderverbandes

Grußwort des Ruderverbandes Rheinland Pfalz Lutz Itschert (Präsident)

Der Ruderverband Rheinland gratuliert dem Ruderverein Rhenus Andernach herzlich zu seinem 100jährigen Vereinsjubiläum! Rudern ist heute so modern wie bei der Gründung Ihrer und zahlreicher anderer Vereine um die Jahrhundertwende vom 19. zum 20. Jahrhundert entlang der großen deutschen Flüsse.



Die Fähigkeit, sich verändernden Rahmenbedingungen in der Natur und der Gesellschaft über die Jahrzehnte anzupassen, zeichnet die erfolgreichen Vereine wie den Ruderverein Rhenus Andernach aus. So waren Aufgaben wie die zunehmende Rheinschifffahrt im zwanzigsten Jahrhundert oder die Veränderungen in den Lebensgewohnheiten der Menschen mit der Trennung von Arbeit, die sich vielfach in den Ballungsräumen konzentrierte, und Wohnen in Gegenden mit hohem Freizeitwert zu bewältigen.

Rhenus Andernach hat vor einigen Jahren mit hohem materiellem und persönlichem Einsatz seiner Mitglieder ein neues Bootshaus errichtet. Damit wurde der Willen dokumentiert, dem Rudersport in dieser Stadt eine Basis für die nächsten Jahrzehnte zu geben, für die heutigen Mitglieder und auch für die nächsten Generationen, eine Investition in die Zukunft aus der Tradition des Vereins heraus. In Andernach ist dadurch in hervorragender Weise der Rahmen für eine erfolgreiche Ausübung unseres Rudersportes gestaltet worden, eines freien, unabhängigen, gemeinnützigen und fairen Sports, wie es auch im Leitbild des Deutschen Ruderverbandes beschrieben ist.

Andernach ist heute als eine große Stadt der Industrie und der Touristik bekannt und hat sich gerade in den letzten Jahrzehnten in diesem Bereich sehr entwickelt. Nicht nur der Andernacher Hafen zieht die Schiffe des Gütertransportes an, für Wanderfahrer ist die Pritsche des Rudervereins Rhenus Andernach ein wichtiger Anlaufpunkt bei Rheinwanderfahrten, als Zwischenstation, Start oder Ziel. Gerade der Mittelrhein im Bereich von Bingen entlang der Loreley durch das Koblenz-Neuwieder Becken bis Bonn ist für die Schifffahrt und natürlich auch für uns Ruderer ein eher schwieriges Gewässer, das Übersicht und Erfahrung bei der Führung der Boote erfordert. Dieser Herausforderung hat sich Rhenus Andernach immer gestellt und auch andere Vereine bei Wanderfahrten in dieser Region bereitwillig unterstützt. Hierfür danke ich Ihnen.

Vereine und Vorstand des Ruderverbandes Rheinland wünschen dem Ruderverein Rhenus Andernach, seinen Mitgliedern, Freunden und Unterstützern auch für die Zukunft alles Gute und noch viele schöne Stunden auf unseren Gewässern!

Ruderverband Rheinland
Lutz Itschert (Präsident)

Koblenz, im März 2010

Grußwort des Sportbundes Rheinland Fred Pretz

Liebe Freunde und Mitglieder des Rudervereins Rhenus Andernach,

zum 100-jährigen Bestehen des Rudervereins Rhenus Andernach übermittle ich Ihnen als Präsident des Sportbundes Rheinland die herzlichsten Glückwünsche.

Wer unsere Heimat auf dem größten Fluss Deutschlands erkunden möchte, für den führt am Ruderverein Rhenus Andernach kein Weg vorbei. In Höhe des Flusskilometers 613,5 empfängt die Besucher ein idyllisches Vereinsgelände mit einem großzügig ausgebauten Bootshaus und einem herrlichen Blick auf die gegenüberliegenden Weinberge. Rhenus Andernach lädt nicht nur Vereinsmitglieder zur Rast ein, auch viele auswärtige Ruderer nutzen gerne die Gelegenheit, sich für die weiteren Strapazen ihrer Reise zu stärken. Denn der Strom stellt hohe Ansprüche an das Können und Geschick des Ruderers. So hat sich Ihr Ruderverein im Laufe seiner traditionsreichen Geschichte viele Freunde von nah und fern erworben, durch sein Fahrten- und Wanderrudern in anderen Flüssen ist er Botschafter einer Landschaft, die weltweit ihresgleichen sucht. Und Ihren aktiven Mitgliedern eröffnen Sie damit Möglichkeiten, ihre Heimat über den Sport hinaus einer ganz neuen Perspektive kennen und lieben zu lernen. Für all das, was Sie bisher in diesem Sinne zum Wohle der Allgemeinheit geleistet haben, spreche ich Ihnen meinen Dank und meine Anerkennung aus.

Zu Ihrem besonderen Jubiläum wünsche ich Ihnen, dass Sie in all diesen Anstrengungen nicht nachlassen und sich den Herausforderungen der Zukunft mit neuem Elan stellen. Die ehrenamtlichen und hauptamtlichen Mitarbeiter des Sportbundes Rheinland werden Ihnen auf diesem Weg gerne mit Rat und Tat zur Seite stehen.

Ihr



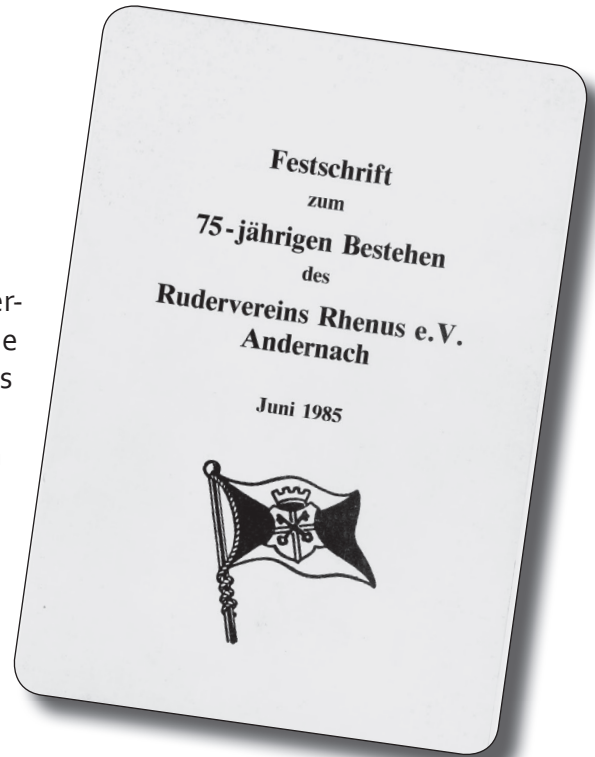
Fred Pretz



Einleitung

Bereits zum 75-jährigen Bestehen des Rudervereins belegte eine umfangreiche Darstellung die Entstehungs- und Wirkungsgeschichte unseres Rudervereins „Rhenus“.

Die vorliegende Festschrift dokumentiert den Zeitraum 1985 bis 2010 in Wort und Bild.



Ein zweiter Schwerpunkt ermittelt im wissenschaftlicher Exaktheit die Chronik des Vereins von den Anfängen 1910 bis in die Zeit unseres Bootshauses auf dem Rhein. Hier hat Herr Dr. Wolfgang Fischer in akribischer Kleinarbeit bisher unbekannte historische Ereignisse und Erlebnisse aus dem Dunkel der Archive in das „Licht“ der Gegenwart gehoben.

Andernach im Frühjahr 2010
Ruderverein Rhenus e. V. Andernach 1910
- Der Vorstand -

Allgemeines über den Rudersport

Rudern bezeichnet die Fortbewegung eines Bootes durch menschliche Kraft mittels Riemen oder Skulls. Es ist eine Kraft und Ausdauer fördernde Sportart, bei der unterschiedliche Boote, in denen verschieden viele Leuten sitzen, übers Wasser fahren.

Geschichte des Rudersports

Die Anfänge dessen, was wir heute unter dem Begriff Rudern erfassen, reichen mehrere tausend Jahre zurück. Bereits vor der Ausnutzung der Windkraft mit Segel diente das Ruder bei vielen Völkern als Antriebsmöglichkeit von Transportmitteln, erfüllte aber auch wichtige Aufgaben bei kriegerischen Auseinandersetzungen. Reliefzeichnungen in Ägypten sowie der Fund eines Ruders bei Duvensee in Holstein beweisen, dass bereits 8000 bis 10000 Jahre v.Chr. das Ruder zur Fortbewegung auf dem Wasser genutzt wurde.

Das sportliche Rudern hat seinen Ursprung in England. Ein Wettkampf, der sich auf lange Traditionen beruft und noch heute Zehntausende Zuschauer an die Ufer der Themse lockt, ist der Vergleich der Achtermannschaften der Studenten aus Oxford und Cambridge. Der erste Vergleich fand 1829 statt und endete mit einem Sieg der Universität Oxford. Von diesem und anderen in England stattfindenden Wettkämpfen gingen wesentliche Impulse für die Entwicklung des modernen Rudersports aus. So wurden gerade in dieser Zeit eine Reihe wichtiger Erfindungen gemacht, die sich revolutionierend auf den Bootsbau und damit auf die Rudertechnik auswirkten. In Hamburg wurde 1836 der erste Ruder-Club gegründet und 1843 fand hier auch die erste deutsche Ruderregatta statt. In die olympischen Wettkämpfe wurde das Rudern 1896 aufgenommen, fand aber leider wegen schlechten Wetters nicht statt.

Rudern unterscheidet sich von vielen anderen Mannschaftssportarten und steht insbesondere für Fitness, Kraft und Kondition.



Der letzte regierende Kurfürst von Köln Maximilian Franz von Österreich (1784-1790) besucht 1780 von Köln kommend die südliche Grenzstadt des kurkölnischen Territoriums.

Rudertechniken

Grundsätzlich kann zwischen Skullen (engl. sculling) und Riemenrudern (engl. rowing) unterschieden werden. Beim Skullen hält ein Ruderer in jeder Hand jeweils ein Skull. Beim Riemenrudern hingegen hält der Ruderer einen Riemen mit beiden Händen, der entweder Backbord oder Steuerbord in das Wasser taucht.

Skullen

In der Auslage, auch Vorlage genannt, also am Beginn des Zuges, stehen die Unterschenkel senkrecht zur Wasseroberfläche, indem man mit dem Rollsitzen nach vorne gerollt ist, der Oberkörper leicht nach vorne geneigt ist. Der Oberkörper sollte möglichst nicht auf den Oberschenkeln aufliegen; die Arme sind weitestmöglich nach vorne-außen gestreckt, um eine möglichst große Schlagweite zu erzielen, die Blätter sind rechtwinklig zur Wasseroberfläche aufgedreht, die Blattunterkante befindet sich nicht mehr als 5cm über der Wasseroberfläche.

Darauf wird unmittelbar mit dem Durchzug begonnen: Die Beine treten gegen das Stemmbrett (hierbei sollte darauf geachtet werden, dass man nicht zu stark antritt, sondern die gefühlte Kraftanwendung gegen Endzug erhöht), die Arme bleiben gestreckt, der Oberkörper wird mitgeführt und geht in die Senkrechte, dieser bleibt mit der Hüfte auf einer Linie. Die Hände werden dabei hintereinander geführt, in Deutschland meist die linke Hand vor der rechten. In der ehemaligen DDR wurde „links vor rechts“ gelehrt, in der BRD „rechts vor links“. Hiermit werden die Positionen der Hände im Durchzug in Bezug zum Oberkörper beschrieben.

Erst wenn die Beine wieder ganz ausgestreckt sind, dürfen auch die Arme hinterhergezogen werden. Sobald der Beinstoß beendet ist, lehnt sich der Körper in die Rücklage, also etwa 30° (von der Senkrechten aus) nach hinten. Die Arme beschleunigen den Zug, der endet, wenn die Hände den Körper berühren. Dann werden die Blätter mittels Herunterdrücken der Unterarme aus dem Wasser gehoben und abgedreht, wobei während des Drehens jeder Arm gestreckt und der Körper leicht nach vorne geneigt wird (gleiche Position wie in der Auslage). Dann zieht sich der Ruderer mit den Zehenspitzen am Stemmbrett nach vorne. Während dieses Vorziehens werden die Blätter langsam aufgedreht, so dass sie in der Auslage wieder senkrecht stehen. Zur Auslage hin werden die Rudergriffe nach oben-vorne geführt - somit nähern sich die Ruderblätter dem Wasser und tauchen zur maximalen Auslage hin vollends darin ein (auch Wasserfassen genannt).

Riemen

Jeder Ruderer hat nur einen Riemen anstelle von zwei Skulls. Diesen bedient er mit beiden Händen. Im Unterschied zum Skullen dreht der Ruderer seinen Oberkörper beim Rollen in die Auslage mit in Richtung Ausleger, während seine Schulterachse parallel zum Riemen befindlich ist. Im Gegensatz zum Skullen kommen sich hier bei den meisten Ruderern Arme und angewinkelte Beine in der Auslage in die Quere, daher ist es üblich, das Außenbein (das Bein gegenüber des Auslegers) etwas wegzustrecken. Riemen sind länger als Skulls.

Rudern ist Wettkampfsport

Ein umfangreiches Wettkampfprogramm – von der Kindheit bis ins hohe Alter - bietet demjenigen, der sich im organisierten Wettkampf messen will, hinreichend viele Möglichkeiten. Das Rennrudern, als Leistungs- und Hochleistungssport, besitzt nach wie vor eine große Anziehungskraft. Der hohe Trainingsaufwand und die enormen Belastungen fordern vom Athleten den Einsatz seiner gesamten Persönlichkeit. Aber auch beim Wanderrudern hat der Interessierte die Möglichkeit an in- und externen Kilometerwettbewerben teilzunehmen. Nicht zu vergessen sind die vielen kleinen, namenlosen Regatten, die sich entwickeln, wenn Boote gemeinsam auf Fahrt gehen und die Ruderkameraden ihre Kräfte messen.

Rudern und Gesundheit

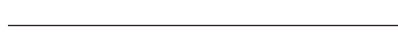
Rudern wirkt sich auf alle Hauptmuskelgruppen positiv aus und ist äußerst kreislauffördernd. Beim Sport- und Wanderrudern wird über einen Rollstuhl auch die Beinmuskulatur (70%) eingesetzt und trainiert. Es ist ein gelenkschonender Ausdauersport, der Bewegungsmangelerkrankungen entgegenwirkt und bei dem kaum Verletzungen auftreten.

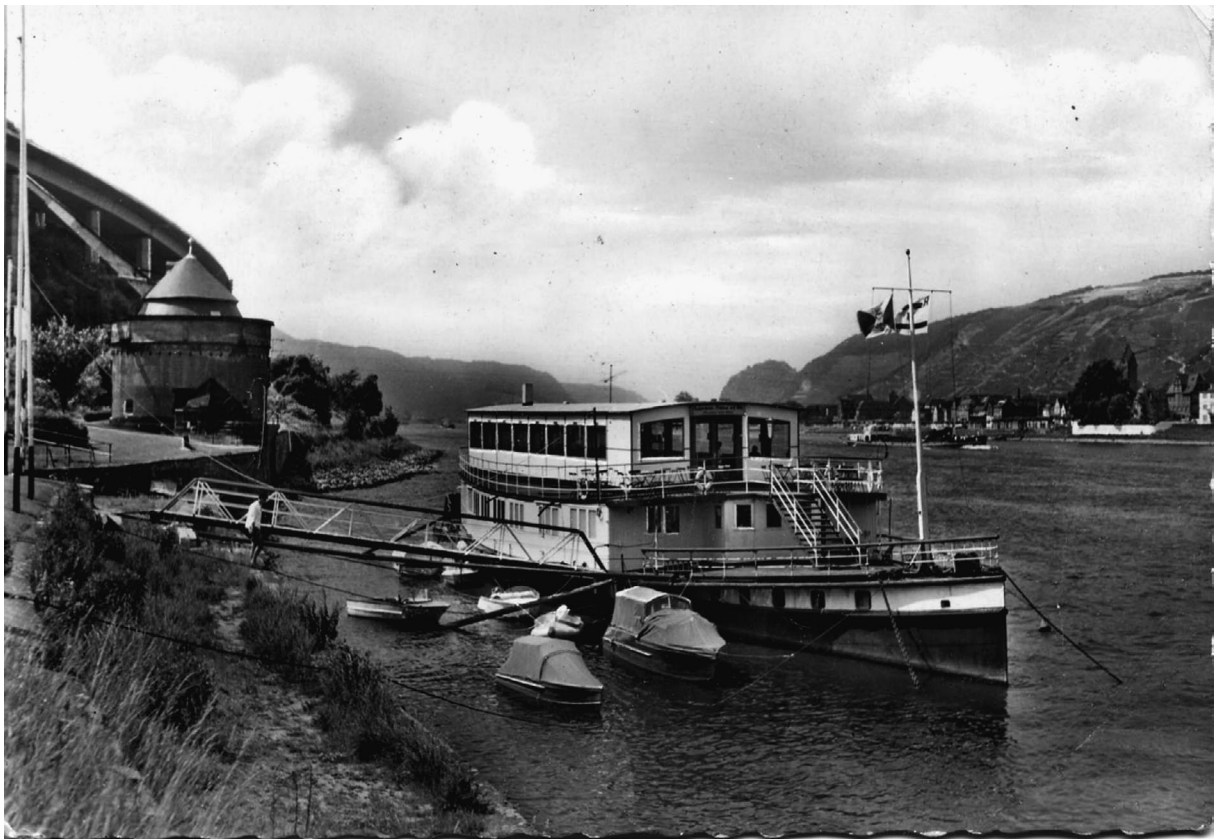
Nach Untersuchungen der Krankenkassen zählt das Rudern zu den gesündesten und ungefährlichsten Sportarten.

Durch die Kombination von Kraft- und Ausdauerfähigkeit werden fast alle physischen Leistungsfaktoren gesteigert, ohne den Einsatz von Zusatzsportarten, -geräten u. -maßnahmen. Im Unterschied zu vielen anderen Sportarten können alt und jung, Frauen und Männer, Eltern und Kinder, Behinderte und Nicht-Behinderte diese, leicht zu erlernende Sportart, gemeinsam, in einem Boot ausüben.



Unsere Krombacher





Das schwimmende Bootshaus 1962 - 1980

Da die Stadt dem Verein kein Grundstück am Rheinufer geben wollte, außer im Hafengebiet, wurde Ende der 50 – er Jahre beschlossen, ein altes Schiff nahe dem Alten Krahn zu verankern. Über eine Schiffswerft in Oberwinter versuchte man, ein geeignetes Schiff zwischen Hamburg und Rotterdam ausfindig zu machen. Im Herbst 1961 wird dem Ruderverein über einen holländischen Makler ein stillgelegtes Wohnschiff angeboten, das zu Beginn des Jahres 1962 unter dem Vorsitzenden J. Unger von der Firma W. B. Schippers, Wijdehof 10, Rotterdam, für 32. 000 Gulden erworben wurde.

Somit war der Ruderverein Rhenus Eigner eines 48 m langen und 350 t schweren Schiffes. War der Raddampfer auch äußerlich verrottet, so erwies sich sein Inneres als gut erhalten und für seinen Zweck als Bootshaus geeignet. Im Januar 1962 wurde das Schiff von Holland zur Werft nach Oberwinter verlegt. Dort begann ein langer und kostspieliger Umbau, der sich auf über 38. 000 DM belaufen sollte.

Die Kürzung des Hecks um 11 m, das Montieren eines Heckausgangs, um zur Pritsche zu gelangen, das Schweißen eines Aufbaus und Schutzgeländers auf dem Brückendeck machten nur 4 der insgesamt 69 Positionen aus. Zusätzlich wurden in 16 Ministerien, Behörden und Ämtern die notwendigen Anerkennungen, Zulassungen und Erlaubnisse eingeholt, um ein schwimmendes Bootshaus zu betreiben. Am 28. 05. 1962 war es soweit. Das ehemalige Fahrgastschiff wurde von Oberwinter nach Andernach überführt und am Stromkilometer 613, 7 und 50 m verankert. Ein Jahr verzichteten die Mitglieder fast ganz auf das Rudern, um den Innenausbau zu übernehmen.

Der Verein besaß nun ein schwimmendes Bootshaus und hatte 117. 000 DM Schulden. Ein Aufruf um Spenden war nicht zu umgehen. Die Spenden ermöglichten im Frühjahr 1963 einen Aufbau auf dem Oberdeck und die Ausstattung des darin vorgesehenen Restaurants. Die Pritsche, eine ehemalige Fähre der Gemeinde Neef/Mosel wurde am 17. 7. 1965 für 500 DM erworben. Die Boote wurden damals im Achterteil des Unterdecks untergebracht. Im Vorderteil gab es Übernachtungsmöglichkeiten für Wan-

derruderer. Das Mitteldeck wurde Wohnraum für den damaligen Bootswart L. Fickler. Ein Vorratsraum, ein Aufenthaltsraum (später Jugendraum) sowie Duschräume und Toiletten wurden gebaut. Im Gästebuch des Vereins findet man den Dank der Ruderer für die gewährte gastliche Aufnahme und die freundliche Bewirtung.

(siehe Bild)

Das schwimmende Bootshaus wurde somit zu einem Wahrzeichen von Andernach und für lange Jahre ein beliebtes Ausflugsziel. Im November 1979 musste das Bootshaus zur Untersuchung in die Werft nach Oberwinter. Das 94 – jährige Schiff sollte überholt werden. Nach dem Entrosten war das Entsetzen groß. Der Schiffsrumpf war durchlöchert wie ein Schweizer Käse.

Der damalige Vorstand hatte die schwierige Entscheidung zu treffen, Abwracken oder Erhalten.



Einträge der Wanderuderer in das Gästebuch

Auf einer außerordentlichen Sitzung wurde für den Erhalt entschieden. An dieser Stelle muss man den damaligen 2. Vorsitzenden Eduard Kollig erwähnen, der in mehr als 1200 Briefen Andernacher Bürger, Ämter, Kreis und Sponsoren wachrüttelte, um das Schiff zu erhalten. Unermüdlich arbeitete er mit seinen Ruderkameraden auf der Helling in Oberwinter und half dem Rhenus mit seinem Einsatz an Arbeit, Energie und finanziellen Mitteln.

Am 13. 03. 1980 kehrt das Rhenus-Schiff an den „Alten Kranen“ zurück.



„Zwei alte Herren“ und ihr Boot: Eduard Kollig und Dr. Wilhelm Luithlen

Das schwimmende Bootshaus 1980 – 1999



1979 Zurück an der Werft



An der Pritsche 1982

La Gondola, das klingt nach Italien, erinnert an Venedig. Es ist aber nur der Name eines Restaurants, besser gesagt, er war es einmal. Der Liegeplatz am Ende der Rheinanlagen, gegenüber vom verschwundenen Gasthaus Zum Alten Krahren, Alteingesessenen bekannt als **Rahse Hein** – war fast vier Jahrzehnte lang ein beliebtes Ziel nicht nur vieler Sonntagsspaziergänger.



Rahse Hein

Wasserwanderer fanden jederzeit im Bootshaus eine preiswerte Unterkunft.

Man traf sich am Stammtisch, und an Karneval klang der Schlager vom Mülleme Böttche an Bord besonders echt.

Weihnachten 1969 übertrug der Südwestfunk von hier aus die Mitternachtsmette mit Pfarrer Pfeiffer und den Turmspatzen von Elisabeth Oppen.
An gleicher Stelle war auch einmal, bis zu ihrer Zerstörung im Jahre 1945, die städtische Badeanstalt, betreut vom „Bersche Pitter“, verankert.





Blick in den Schiffsrumpf 1979



Hochwasser 1993



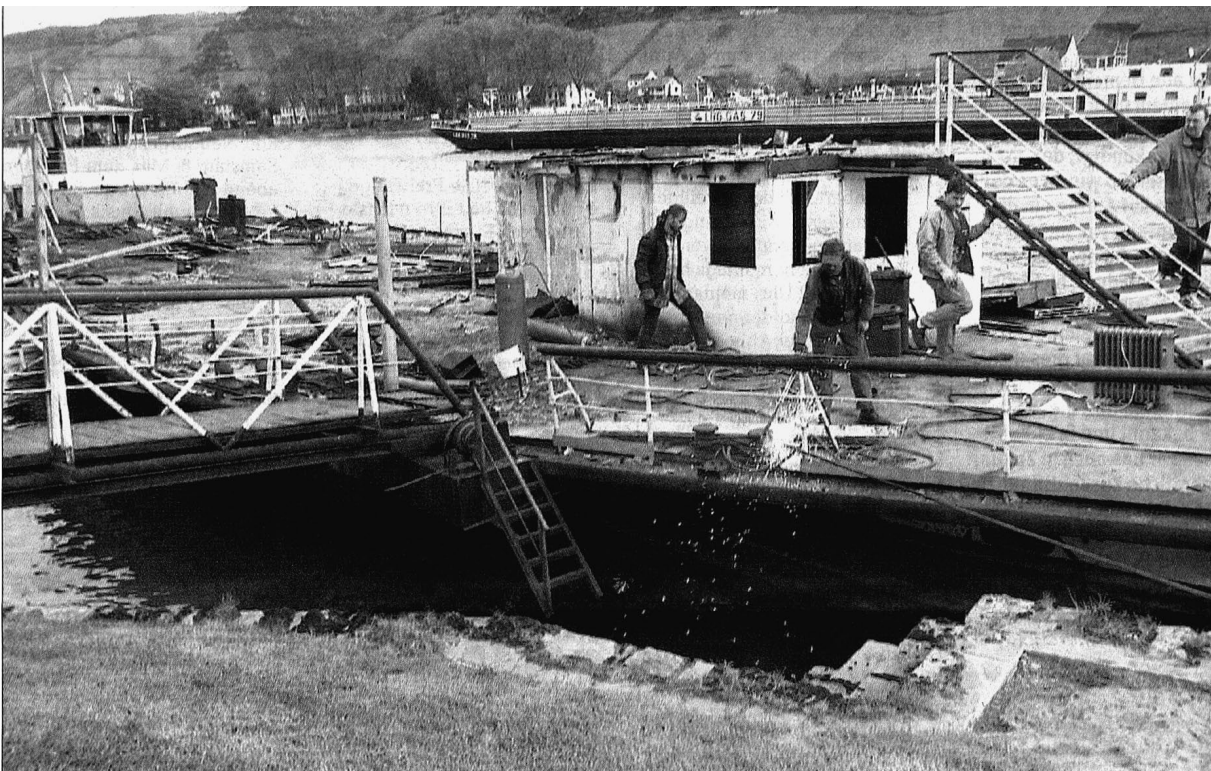
Das Ende einer Ära. Das Bootshaus wird abgewrackt



■ Treffpunkt ganzer Rudergenerationen gleicht jetzt einem Geisterschiff

Das 1885 in Holland gebaute und 1962 vom Andernacher Ruderverein „Rhenus“ erworbene und dann auf den Namen getaufte „Rhenus-Boot“ wird derzeit regelrecht abgewrackt. Das darauf viele Jahre betriebene Restaurant „La Gondola“ war ein beliebtes

Ausflugsziel für Gäste aus nah und fern, ein geschätzter Treff für Ruderer aus Andernach und Umgebung. Nun gleicht der ehemals lebendige Treffpunkt ganzer Rudergenerationen einem Geisterschiff. ► Andernach, Seite 14. ■ Foto: Rüdiger Larm



■ Rhenus-Schiff wurde gestern zum Verschrotten in die Werft geschleppt



Das neue Bootshaus 2002



Wolfgang Thalwitzer, Jahrgang 1953, berichtet:

Die Gesamtkosten inklusive Steiger betrugen ca. 650000 DM. Die Verhandlungen mit der Stadt, dem Landkreis, dem Land (Goldener Plan) und der Hausbank Kreissparkasse wurden durch den 2. Vorsitzenden W. Thalwitzer erfolgreich abgeschlossen.

Aufgrund der hohen jährlichen Unterhaltungskosten, regte der damalige Bürgermeister Krämer an, uns bei der Grundstücksuche behilflich zu sein, um auf Dauer von den hohen Kosten runter zu kommen, und zugleich die Zukunft des Vereins zu sichern. Nach diversen Vorschlägen, wurde uns in Erbpacht am 8. September 1994 notariell das Grundstück Kölner Str. 6 überschrieben. Der Stadtrat hatte die Entscheidung ohne Gegenstimmen genehmigt.

Die Planung übernahm das Architekturbüro Seelbach und Schäfer aus Andernach 1995. Die Gewerke: Rohbau, Dach, Heizung und Sanitär wurden ausschließlich an Unternehmen aus dem hiesigen Raum vergeben. In Eigenleistung erstellten die Mitglieder die Elektroinstallation, Fliesenarbeiten, Dachdämmung, den Einbau der Türen und Fenster und die Außenanlagen.

Nachdem die Boote in den Neubau verbracht worden waren, wurde in Eigenleistung unser schwimmendes Bootshaus abgewrackt.

Das Abwracken geschah in mühsamer Eigenleistung unter Einhaltung der abfallrechtlichen Auflagen.

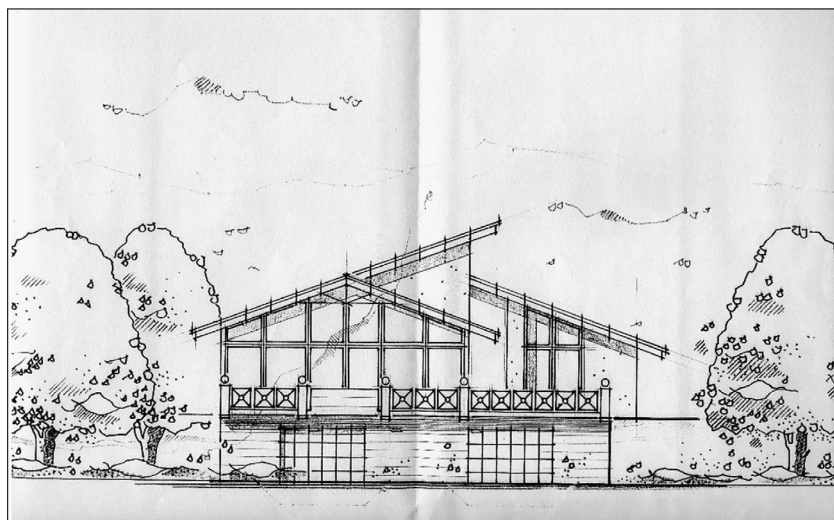


Die neue Bootshalle

Die Verträge wurden damals erfolgreich durch den 1. Vorsitzenden Dr. Franz Hellinger abgeschlossen.

Auf der Jahreshauptversammlung des Jahres 1994 wurde entschieden, dass jedes aktive Mitglied 100 Arbeitsstunden zu leisten hatte. Sowohl für das Abwracken als auch für den Neubau.

Die neue Bootshalle



ARCHITEKTURBÜRO	
SEELBACH • SCHÄFER	
BIRKENRING 35 56626 ANDERNACH	TELEFON: 02632-44006/8 TELEFAX: 02632-44007
NEUBAU EINES BOOTSHAUSES RV RHENUS ANDERNACH HERR WOLFGANG THALWITZER RASSELSTEINSTRASSE, 56626 ANDERNACH	
ANSICHT VON NORDEN 1 : 100	
ANDERNACH, IM MAI 1995 DER BAUHERR :	DER ARCHITEKT :

Im neuen Bootshaus ...



Sommerfest 2004

Weitere Aktivitäten wie die Winterwanderungen, Ehrungen, Bootstufen, Sommerfeste und natürlich das Anrudern und Abrudern prägen das Vereinsleben im neuen Bootshaus



Unsere Damen im Jahr der Eröffnung des neuen Bootshauses Juni 2002



Die Aktion Schnupperrudern und



der Tag der offenen Tür im Jahr 2007 sollten für den Rudersport begeistern

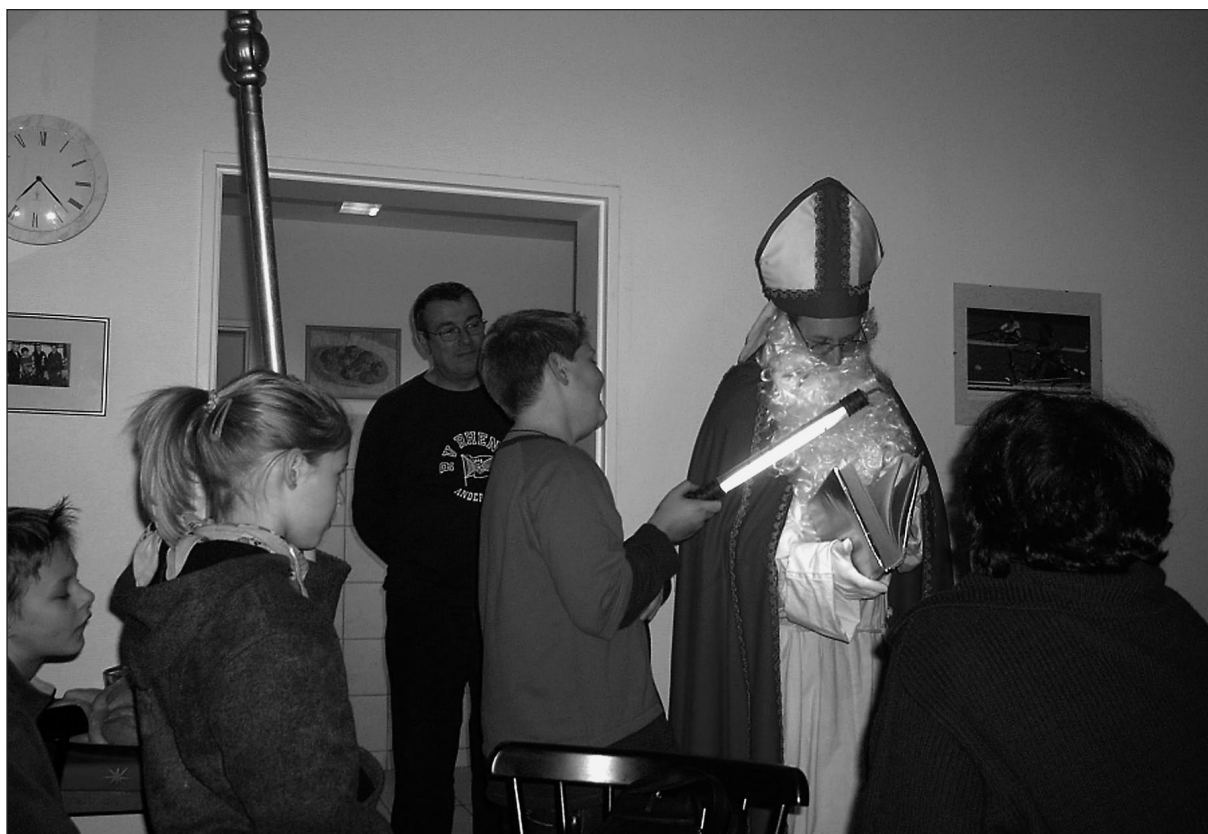
Bilder aus dem Vereinsleben



Winterwanderung zum Geysir 2004



Anrudern 2004



Weihnachtsfeier 2004



Plaudern und Genießen auf der Außenterrasse



Ehrung verdienter Mitglieder, v. l. Dieter Schmitt, Klaus Zappei, Wolfgang Thalwitzer, Karl Grieger



Abrudern 2009





Abendstimmung bei Stromkilometer 613,7, am Standort des ehemaligen Bootshauses.



Blick auf Hammerstein



Anrudern 2009



Bootstaufe 2008 durch Dieter Schmitt



Winterwanderung 2005



Unsere „Komoran“ beim Überqueren des Rheins beim Abrudern 2009



Rudern auf dem Rhein und die Wanderfahrten

Der Rhein, Deutschlands größter und bedeutendster Strom, ist einer der verkehrsreichsten Flüsse der Erde und gleichsam die Herzschlagader Westeuropas.

Mitten auf der Rheinbrücke von Konstanz am Bodensee beginnt die Stromkilometerzählung des Flusses. Bei Rheinkilometer 1032, dem Molenkopf des Fährhafens Hoek van Holland, erreicht der Hauptmündungsarm die Nordsee. Zwischen Konstanz und der deutschen Landesgrenze bei Emmerich be-
rührt er etwa 700 Kilometer deutsches Gebiet.

Im Ruderverein Rhenus liegt der Schwerpunkt im ruderischen Breitensport, das heißt Fahrten- und Wanderrudern. Der Oberrhein, die Donau, der Neckar, der Main, die Ruhr und natürlich der Mittelrhein, die Lahn und die Mosel mit Saar wurden erobert.





Die Ruderstrecken des Rheins

Geographisch wird der Rhein in fünf Abschnitte unterteilt, die alle von unseren Rudersportlern erobert wurden

- Der **Alpenrhein** auf dem Oberlauf zwischen Quellgebiet und Bodensee.
- Der **Hochrhein** auf der Strecke von Konstanz bis Basel.
- Der **Oberrhein** auf der Strecke von Basel bis Mainz. Auf diesem Abschnitt ist der Rhein bis Iffezheim ein staugeregelter Fluss.
- Der **Mittelrhein** auf der Strecke von Mainz bis Köln. Zwischen Mainz und Bingen, im so genannten Rheingau, durchquert der Rhein die rheinische Tiefebene und bricht in Bingen am Binger Loch in das Rheinische Schiefergebirge als Gebirgsfluss ein.
- Das **Mittelrheintal** zwischen Bingen und Koblenz gehört zu den Kulturlandschaften, das bis in die entlegensten Winkel unserer Erde bekannt ist. (Weltkulturerbe)
- Der **Niederrhein** auf der Strecke von Köln bis zur Nordsee, wo sich die niederrheinische Tieflandsbucht befindet und der Rhein zu einem Tieflandfluss wird. In den Niederlanden teilt sich der Rhein in Lek und Waal und vereinigt sich anschließend mit der Maas. Diese bilden dann auch zusammen das Rheindelta.

Blick auf Leutesdorf und Hammerstein von den Rheinanlagen aus. Hier ist der Rhein am schönsten! Eine der Ruderstrecken des RV. Rhenus. Andernach – Hammerstein und zurück, entspricht 13 Kilometer Fahrtenstrecke



Die Rudertouren

- Rhein: Bodensee bis zur Rheinmündung
- Neckar: Stuttgart bis Mannheim
- Main: Ab Bamberg bis Mündung
- Regnitz (Südlicher Nebenfluss des Mains)
- Rhein-Main-Donau Kanal
- Donau: Ulm bis Regensburg
- Lahn: Ab Giessen bis Lahnstein
- Saar: von Mettlach bis zur Mündung
- Mosel: Grenze bis zur Mündung
- Ruhr: Herdecke bis Mülheim
- Weser
- Werra: Eschwege bis Hannoversch-Münden.
In Hannoversch-Münden befindet sich der Zusammenfluss von Werra und Fulda zur Weser.
- Oberweser: Bis Beverungen
- Fulda: Rothenburg bis Hannoversch-Münden
- Haase: Löhningen bis Meppen
- Alte Ems
- Leda und Jümme: Gezeitenrudern
- Saone: Im Osten Frankreichs
- Issel. Kettler Meer, Issel – Meer
- Ostsee: Eckernförder Bucht
- Großer Wannsee, Kleiner Wannsee: Berliner Gewässer
- Po: Venedig, Rialto-Brücke Canale Grande
- Aare: Biel, Prienzer See (Schweiz)



Mosel-Saar-Tour 2004

Rudern aus sportmedizinischer Sicht

Alle körperlichen Betätigungsformen des Menschen können entsprechend ihren unterschiedlich akuten und chronischen Auswirkungen auf den Organismus in fünf Hauptgruppen unterteilt werden.

- Koordination (Gewandtheit, Geschicklichkeit, Technik),
- Flexibilität (Gelenkigkeit),
- Kraft,
- Schnelligkeit
- Ausdauer.

Die maßgeblichen strukturbildenden und strukturverstärkenden Einflüsse beschränken sich auf die Anwendung von Kraft und Ausdauer. Beide müssen in sich als Antipoden bezeichnet werden. Kraft basiert auf der Größenordnung der Muskelmasse, deren Kraftleistungsfähigkeit in erster Linie vom Muskelfaserquerschnitt abhängt. Ihre trainingsmäßige Beanspruchung beeinflusst daher neben der Muskulatur Knochen, Sehnen, Bänder, Gelenke und die zugehörige hormonelle Steuerung. Innere Organe wie das Herz-Kreislaufsystem bleiben hinsichtlich Anpassungsvorgängen hiervon unberührt. Ausdauer setzt hingegen voraus, dass pro Zeiteinheit bei einer körperlichen Leistung eine möglichst große Sauerstoffmenge an die arbeitende Muskelzelle herangebracht wird. Dafür sind Herz, Kreislauf und Atmung zuständig. Der Sauerstoffdruck nimmt aber im Gewebe mit dem Quadrat der Entfernung von der Kapillare (dem kleinsten Blutgefäß) bis zur Mitochondrie, dem einzigen Ort der Sauerstoffverwendung in der Zelle, daher auch „Kraftwerke“ genannt, ab. Infolgedessen ist es für eine Ausdauerleistung besonders günstig, wenn eine möglichst große Kapillaroberfläche (u.a. Kapillarzahl) die Muskelfaser versorgt. Eine krafttrainierte Muskelzelle mit ihrem vergrößerten Faserquerschnitt ist somit für die Sauerstoffversorgung ungünstiger gestellt als die ausdauertrainierte Zelle. Infolgedessen besitzen Krafttraining und Ausdauertraining entgegengesetzte Interessen: Das Krafttraining vergrößert die Muskelfläche, nicht aber die Kapillaroberfläche, während das Ausdauertraining die Kapillaroberfläche und mit ihr Herz, Kreislauf, Atmung, Stoffwechsel und spezifische hormonelle Steuerung positiv beeinflusst. Die krafttrainierte Muskelzelle ist also in ihrer Sauerstoffversorgung weitaus schlechter gestellt als die ausdauertrainierte. Umgekehrt kann die ausdauertrainierte Zelle nur eine geringere maximale statische Kraft entfalten als die krafttrainierte.



Gesundheit

Der Begriff „Gesundheit“ ist schwer definierbar. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) spricht von „physischem, psychischem und sozialem Wohlbefinden“. Man sollte in bezug auf die hier vorliegende Fragestellung besser von „optimalen strukturellen und funktionellen Bedingungen aller Lebensabläufe“ sprechen. Das beinhaltet automatisch eine gute Leistungsfähigkeit in allen fünf motorischen Hauptbeanspruchungsformen.

Nun aber haben Technisierung und Automatisierung speziell nach dem Ende des Zweiten Weltkrieges die muskuläre Beanspruchung des Menschen sowohl im dienstlichen als auch im freizeitlichen Bereich in drastischer Weise reduziert. Umgekehrt ist die nerven-geistige Beanspruchung gewachsen. Der Mensch aber unterliegt heute wie vor Jahrtausenden biologischen Grundregeln. Eine von ihnen lautet: Gesundheit und Leistungszustand eines Organs werden bestimmt vom Erbgut, von der Qualität und der Quantität seiner muskulären Beanspruchung sowie von Umweltbedingungen. Da das heutige Alltagsleben den menschlichen Organismus weder qualitativ noch quantitativ in dem Maße fordert, wie es biologisch aus gesundheitlicher Sicht wünschenswert ist, müssen Sport, körperliches Training oder zumindest allgemeine körperliche Aktivität als Ausgleich für verloren gegangene muskuläre Beanspruchungen in das Alltagsleben eingeführt werden. In Kindheit und Jugend bewirkt diese eine optimale Entwicklung von Körper und Geist. Beim erwachsenen Menschen sind speziell Ausdauerleistungen geeignet, zahlreichen Herz-Kreislauf- sowie Stoffwechselkrankheiten und einigen Krebserkrankungen vorzubeugen. Beim älteren und alten Menschen stellt überschwellige muskuläre Beanspruchung die einzigen, wissenschaftlich gesicherte Möglichkeit dar, sich funktionell jünger zu erhalten als es chronologisch dem Geburtsalter entspricht.

Mittels eines Krafttrainings kann einem altersbedingten Verlust an Muskelkraft entgegengewirkt werden, was angesichts der zentralen Bedeutung des Muskelstoffwechsels für unsere Lebensvorgänge von erheblicher Bedeutung ist. Ferner wirkt eine gut ausgebildete Skelettmuskulatur den funktionellen Folgen von Gelenkerkrankungen wie Arthrose entgegen.

Rudern: Ausdauer und Kraft

Beide motorischen Hauptbeanspruchungsformen, Ausdauer und Kraft, werden im Rudern gefordert. Die Bootsgeschwindigkeit hängt maßgeblich ab von der Schlagfrequenz und der Durchzugsdistanz. Letztere wird ihrerseits wieder modifiziert von der aufgewandten Kraft, dem Ruderwinkel, der Durchzugszeit, dem Widerstand, der Trägheit und der Gesamtmasse. Diese biomechanischen Daten benötigen als Voraussetzung die biologische Leistungsfähigkeit des Ruderers bzw. die der Rudermannschaft als Einheit. Koordination, Flexibilität, dynamische Kraft, lokale und allgemeine aerobe und anaerobe Ausdauer werden angesprochen. Im Rudersport selbst sind die allgemeine und die lokale aerobe Ausdauer sowie die dynamische Kraft am wichtigsten. Die Belastungsdauer liegt im Wettkampf zwischen ca. 5,5 und 8 Minuten.

Demnach handelt es sich um die allgemeine aerobe Kurzeitdauer, die man für den Zeitraum von 3-10 Minuten veranschlagt. Entscheidend leistungsbegrenzender Faktor ist die maximale Sauerstoffaufnahme/min und ihr Prozentsatz, welcher möglichst lange im Wettkampf erbracht werden kann. Dieser wird u.a. mit der aerob-anaeroben Schwelle gemessen.



Andernach, Alter Kranen

Leistungsbegrenzende Faktoren

Leistungsbegrenzende Faktoren für die maximale Sauerstoffaufnahme sind das Herzzeitvolumen, die Größenordnung der arteriovenösen O₂-Differenz (periphere Sauerstoffausnutzung), die maximale Diffusionskapazität in der Lunge, die ventilatorische Leistungsfähigkeit, das Blutvolumen und der Total-Hämoglobingehalt.

Leistungsbegrenzende Faktoren für die lokale aerobe dynamische Ausdauer sind das intrazelluläre Sauerstoffangebot, entscheidend bestimmt von der Summe der lokalen Gefäßquerschnitte und dem Myoglobingehalt, ferner das Mitochondrienvolumen, die Koordination und die Größenordnung der intramuskulären Glykogendepots.

Die dynamische Kraft wird begrenzt von der Größenordnung der statischen Kraft, der zu überwindenden Masse nach Gewicht, Form und Größe, der Kontraktionsgeschwindigkeit, der Koordination, den anthropometrischen Daten (Hebelverhältnisse) und in Verbindung hiermit von der Körperposition sowie von der Muskelvordehnung.

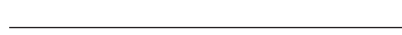
Sauerstoffaufnahme

Wegen der maßgeblichen Bedeutung der Herzleistungsfähigkeit benötigt der Hochleistungssportler ein möglichst großes Herzvolumen. Während die Werte einer Normalperson bei 750 bis 800 ml liegen, erreichen Weltklasseruderer Herzgrößen zwischen 1100 und 1500 ml. Mit diesen großen Herzen können maximale Blutmengen von 40 l/min gefördert werden im Gegensatz von z.B. 20 l/min bei männlichen Durchschnittspersonen.

Die maximale Sauerstoffaufnahme ist nach der absoluten und der relativen Form zu differenzieren. Die absolute weist bei Weltklasseruderern Werte zwischen 6000 und 7000 ml/min auf, während die relative aufgrund des hohen Körpergewichts von Ruderern Größenordnungen von 68 bis 72 ml/kg * min⁻¹ ausmacht. Da die maximale Sauerstoffaufnahme die engste Korrelation zur Größenordnung des Körpergewichts besitzt, muss der Ruderer möglichst schwer sein, da hierdurch automatisch eine überdurchschnittlich günstige Voraussetzung für eine große maximale O₂-Aufnahme gegeben ist. Da das Körpergewicht vom Boot getragen wird, ist es im Gegensatz zum Laufen nicht leistungslimitierend. Daher ist in dieser Sportart die absolute maximale Sauerstoffaufnahme weitaus wichtiger als die relative, d.h. pro kg Körpergewicht.

Rudern ist – wenn man so will – die leistungsphysiologisch unangenehmste Sportart. Gleichermaßen werden Kraft und aerobe Ausdauer des Herz-Kreislauf-Systems und der Muskulatur benötigt. Damit stehen sich im Training in der oben dargestellten Weise die unterschiedlichen Auswirkungen von Krafttraining und Ausdauertraining gegenüber.

Aus gesundheitlicher Sicht stellt daher Rudern eine empfehlenswerte Sportart dar. Die beiden wichtigsten motorischen Hauptbeanspruchungsformen, Ausdauer (organische Leistungsfähigkeit) und Kraft (Halte- und Bewegungsapparat), werden gleichermaßen gefördert. Rudern trainiert somit die inneren Organe, die Atmung, den Stoffwechsel, die Skelettmuskulatur sowie das Anpassungsvermögen und die Ökonomie der gesamten hormonellen und nervalen Steuerung des Körpers. Andererseits können bei ungünstigen Voraussetzungen (vorhandene Schäden, Krankheiten oder Anomalien) gesundheitliche Beeinträchtigungen drohen, besonders an der Wirbelsäule. Derartigen Gefahren muss durch regelmäßige sportärztliche Untersuchungen und die Beachtung einer richtigen Technik im Krafttraining Rechnung getragen werden.



Offizielle Ruderkommandos des RV.Rhenus 1910

- | | |
|---|--|
| 1. „Mannschaft ans Boot“ - „hebt auf!“ | Vorher sind Skulls (Riemen) und weiteres Zubehör zum Steg gebracht worden. |
| 2. „Boot drehen“ – „Wasserseite o.ä. hoch!“ | Unbedingt darauf achten, dass die Ausleger den Boden nicht berühren. |
| 3. „Fertigmachen zum Einsteigen“ – „steigt ein!“ | Alle Ruderer/bzw. Ruderinnen haben ein Bein auf dem Einsteigebrett und das andere zum Abstoßen bereit auf dem Bootssteg. |
| 4. „Klarmeldung!“ | Am Bug beginnend melden die Sportler, sobald sie ruderbereit sind („1 fertig!“, „2 fertig!“, ...). |
| 5. „Alles vorwärts“ – „los!“ | In die Auslage gehen – Blätter senkrecht drehen und Durchzug. |
| 6. „Ruder“ – „halt!“ | Ankündigungskommando erfolgt beim Vorderzug, Ausführungskommando beim Endzug, Sportler nehmen Orthogonalstellung ein. |
| 7. „Blätter“ – „ab!“ | Die Blätter werden flach auf das Wasser gelegt. |
| 8. „Stoppen“ – „stoppt!“ | Durch dosiertes Gegenkanten der flach liegenden Blätter schneiden diese langsam unter Wasser. Die gegengekanteten Blätter werden mit gestreckten Armen bis zur Senkrechten weitergekantet. |
| 9. „Alles rückwärts“ – „los!“ | Aus der Rücklage, Blattstellung entgegengesetzt wie beim Rudern. Volle Benutzung der Rollbahn. Ankanten der Blätter während des Luftweges. |
| 10. „Wende über Backbord“ – „los!“
(Steuerbord entsprechend) | Aus der Rücklage, Blattstellung Backbord 180° aufgedreht, Steuerbordblatt flach, volle Rollbahn; in der Auslage Backbordblatt ankanten, Steuerbordblatt aufdrehen, Zug. |
| „Kurze Wende über Backbord“ – „los!“
(Steuerbord entsprechend) | Backbordholm am Körper (Blatt 180° aufgedreht), Steuerbordholm in Armauslage (Blatt aufgedreht), ohne Rollbahn. Entgegengesetzte gleichzeitige Wasserarbeit auf beiden Bordseiten, Blätter beim Luftweg senkrecht. |
| 11. „Skulls (Riemen)“ – „lang!“
„Backbord“ – „lang!“
(Steuerbord entsprechend) | Ankündigung in der Auslage, Ausführung nach dem Ausheben der Blätter. Die Holme werden in der Hand behalten. |
| „Skulls (Riemen)“ – „vor!“ | Aus der Längsseitslage in die Orthogonalstellung führen. |

**12. „Fertigmachen zum Aussteigen“
– „steigt aus!“**

Steuermann/-frau ist vorher ausgestiegen und hält das Boot in der Mitte fest.

Der „wasserseitige“ Fuß steht auf dem Einsteigebrett. Beim Aussteigen wird das „wasserseitige“ Ruder mit herausgenommen.

**13. „Backbord überziehen!“
(Steuerbord entsprechend)**

Das Steuerbord–Ruder wird nicht soweit in die Auslage gebracht. Auf Backbord wird besonders kräftig gezogen.

14. „Hochscheren!“

Im Freilauf werden die Innenhebel tief ins Boot gedrückt (z.B. bei hohen Wellen).

15. „Halbe (ohne) Kraft!“

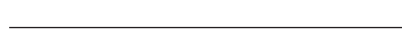
Es wird mit wenig (nahezu ohne) Kraft durchgezogen.

16. „Frei weg!“

Dieses Kommando wird gegeben, um „Überziehen“, „Hochscheren“, „Halbe Kraft“, u.ä. wieder aufzuheben.



Frei weg





Die Faszination Rudersport



Wenn man sich den ganzen Tag in ein Boot setzt



bei Wind und Wetter, egal ob Sonne, Regen, Schnee, Kälte oder Hitze freiwillig immer wieder an Wanderfahrten teilnimmt



und an einem Tag 135 km rudert und



bei knapp über 0° C gegen den Strom fährt,
erhält man als Gegenleistung:



schöne Flusslandschaften,



neue Freunde und Bekannte,



jede Menge Spaß und Unterhaltung,



Kultur und Natur pur,
Abenteuer,



viel Stoff für Erzählungen und wunderschöne Erinnerungen.



Uns macht das Rudern einfach riesigen Spaß.



Zeitzeugen berichten

Klaus Zappei, Jahrgang 1949/Mitglied seit 1959

- Als 10-jähriger wurde Klaus schon zu Außenarbeiten (Grabenarbeiten für das schwimmende Bootshaus) gebraucht und verdiente sich dadurch die Anerkennung seiner Kameraden.
- Als 12-jähriger sammelte er seine erste Steuererfahrung mit dem Duo Hein/Knöll rund um Hammerstein. Natürlich in den Vereinsfarben blau – weiß.
- Wilfried Zappei, sein Bruder, war damals schon Mitglied im Verein.
- Für die Ausbildung gab es feste Regularien.
- Es gab eine Kleiderordnung, und die Kommandos mussten strikt befolgt werden. Die Strenge des Ruderwarts M. Fickler war bekannt. (Sohn von L. Fickler)
- Rudersperren waren an der Tagesordnung.
- Der Bootswart L. Fickler kontrollierte mit dem Fernglas seine Jungs.
- Ohne Flagge durfte nicht gefahren werden.
- Eine Teilnahme an großen Regatten gab es damals nicht. Lediglich regionale Regatten (Erdbeer-Regatta) wurden beschickt.
- Später konzentrierte sich der Verein mehr auf Wanderfahrten.
- Das Vereinsleben in der damaligen Zeit wurde durch die Jugend geprägt. KSG und Mädchengymnasium (Lyceum) Ein Lehrer des KSG war Mitglied im Verein und trainierte die Schüler.
- Herr Unger 1. Vorsitzender und Herr Dr. Luithlen als 2. Vorsitzender prägten die Vereinsarbeit.
- Wanderfahrten standen unter dem Motto: „Zelten und durchhalten“
- Z. B. Aare oder von Düsseldorf ins Isselmeer, Bodensee, Oberrhein, Mosel, Lahn, Werra, Weser usw.
- Auf dem Bodensee gab es durch einen Wetterumbruch Gefahr für Leib und Leben. Erschöpfung, Wind und schlechtes Wetter sorgten für Aufregung.
- Die Reparaturarbeiten des „Alten Bootshauses“ häuften sich. Mit Speckschwarten und Beton wurde der Rumpf repariert.
- Weitere Schäden am Schiffsrumpf machten sich bemerkbar. Die Statik war nicht mehr gewährleistet. Die Stadt wollte keine Zuschüsse mehr geben. Ein Grundstück am Hafen war im Gespräch. Erste Überlegungen des jetzigen Standorts fingen an. Durch geschickte Verhandlungen wurde ein Grundstück gefunden. (Erbpacht)



Manfred Schütte, Jahrgang 1941, erzählt:

Mitglied seit 1985. Im Alter von 43 Jahren, vorher Tennis.

Familie (Bodo, Friedel, Harald)

Ausgebildet durch seinen Sohn und Übungsleiter Bodo Schütte.

Sein Mentor hieß Eduard Kollig, der die Familie begeisterte. Zu dieser Zeit gab es 15 aktive Jugendliche, die regelmäßig in ihrer Freizeit den Rudersport ausübten.

Der Verein besaß einen Kleinbus (9 – Sitzler), der für die Wanderfahrten zur Verfügung stand. Etliche Fahrten wurden durchgeführt. Die Arbeitsstunden wurden damals in Schichten vergeben:

„Der berühmte Dienstag im Schiff“. (Altes Bootshaus)

- Die Pfingst – Tour auf der Lahn (Weilburg – Andernach) Das Boot Antunnacum war z. B. dabei. (40 Mitglieder hatten sich angemeldet) . Die Planung war umfangreich, mehrere Fahrten mussten organisiert werden. Keine Boote waren mehr vor Ort.
- 24 – Std. Regatten in Hürth wurden organisiert. (Streckenwertung)
- Regatta in Zell, damals mit Riemen
- Mitglieder wie Marion Breitbach, Dieter Schmitt, damals 1. Vorsitzender, Hans Werner Hertz, Margrit Baron, Monika und Klaus Zappei, Wolfgang Thalwitzer, Robert Weiler, Karl Krieger, Markus Schmidt, Jochen Gierig und Thomas Mandrella waren damals die Aktivposten.
- Die Gepflogenheiten wie die Einhaltung der Kleiderordnung, Respekt untereinander, Zucht und Ordnung, Wert auf Umgangsformen, und die Bootspflege wurden akzeptiert.
- Das Vereinsleben wurde in der Restauration des Alten Bootshauses gepflegt, und die Geselligkeit kam daher nicht zu kurz.
- Gemeinsames Abwracken
- Insel Hammerstein: Training im Einer, anschließend Grillen, verantwortlich Georg Gallert, der leider viel zu früh verstorbene Ruderwart.
- Die Barkentour auf der Mosel: Ende Mai 1997, anlässlich der Silberhochzeit von Monika und Klaus Zappei.



Klaus und Monika Zappei auf der Barkentour, Mai 97



Die Barke wurde für das Silberpaar geschmückt, Mai 97

Werbung und Öffentlichkeitsarbeit

Um Mitglieder zu werben, plante der Vorstand unterschiedliche Aktionen, wie zum Beispiel:



Rainer Backmann und Dr. Ernst-Michael Nadermann bei einer Präsentation auf dem Andernacher Marktplatz im Jahr 2005



Flyer wurden verteilt und Passanten wurden auf den Rudersport aufmerksam gemacht

Der amtierende Vorstand 2010



Monika Zappei, Rainer Backmann, Detlef Schultes, Wolfgang Thalwitzer, Dieter Post, Klaus Zappei und Horst Kibellus



Wir gedenken der verstorbenen
Ruderkameraden
und schließen sie in unser
100-jähriges Jubiläum mit ein.

EHRE IHREM ANDENKEN

