

WM Rotterdam 2016 - Silbermedaille für Leonie Pieper im
Senior-Lgw.-Doppelvierer der Frauen, hier mit ihren Trainern

RUDERCLUB**GERMANIA** DÜSSELDORF**1904** *Informationen*

30.9.2016
Nr. 288

RUDERCLUB GERMANIA DÜSSELDORF 1904 e.V.

CLUBHAUS
Am Sandacker 43, 40221 Düsseldorf-Hamm
Postanschrift: Postfach 250107
40093 Düsseldorf, Tel. 0211-305839
e-mail: info@rcgermania.de • www.rcgermania.de

ÖKONOMIE
Rieger Catering, Tel. 0173-7245456
ruderclub@rieger-catering.de

KONTEN
Postbank AG 164297-436 (BLZ 360 100 43) IBAN: DE83 3601 0043 0164 2974 36
Stadtsparkasse 10158046 (BLZ 300 501 10) IBAN: DE22 3005 0110 0010 1580 46

EHRENVORSITZENDER
Albrecht C. Müller, Tel+Fax: 02132-4059

VORSTAND
VORSITZENDE
Melanie Lack, Tel. 0176-21617734

1. STV. VORSITZENDER VERWALTUNG
Manfred Blasczyk, Tel. 0211-452651

2. STV. VORSITZENDE LEISTUNGSSPORT
Kathrin Schmack, Tel. 0211-66 88 609 (d)

3. STV. VORSITZENDER BREITENSPORT
Sven Winkhardt, Tel. 0160-555 9243

SCHATZMEISTER
Jörg Kreuels, Tel. 0211-305560

CLUBVERTRETUNG
HAUSWART
Jörg Kreuels (kommissarisch)

RUDERWART
Stefan Ott, Tel. 0160-91212090

JUGENDWART
Marius Gappa Tel. 0157-57769828

DIGITALE MEDIEN
Hermann Höck, Tel. 02161-672164

MITGLIEDERVERWALTUNG
Daniela Schmitt, Tel. 0152-29669286

RESSORT MASTERSRUDERN
Sarah Willmer, Tel. 0176-22831078

AKTIVENSPRECHER
Tom Krüger, Tel. 01573-7026156

RESSORT MITGLIEDERENTWICKLUNG
Valentin Schumacher Tel. 0174-6768964

ÄLTESTENRAT
Albrecht C. Müller(Vorsitzender), Christa Lange, Monika Hönings, Dr. Herbert von Holtum, Ralph Beeckmann, Kurt Nellessen

RESSORT BOOTE & FAHRZEUGE
René Otto, Tel. 0211-308414
Klaus Titz, Tel. 0152-33535830

TRAINER
Marc Messina, Tel. 0177-4319830
Fritz Schmack Tel. 0151-61112460

PRESSESPRECHERIN
Maren Derlien, Tel. 0177-5023942

RESSORT ÖKONOMIE
Udo Fischer, Tel. 02131-80497

MITARBEITER DER CLUBVERTRETUNG
BOOTSWART
Axel Peterkes, Tel. 0211-307127

ALDE BÜDELS
Detlef Schlüter, Tel. 0211-674401

PROTEKTOR SRR GYMN. GERRESHEIM
Wilfried Hesmert, Tel. 02053-4567

WERKSTATT
Jürgen Kroneberg Tel. 0172-6972428
Bernd Hoffmann, Wolfgang Wacke, Horst Lange, Engelbert Hohn

FOTOS
Detlev Seyb, MeinRuderbild.de
und private von Mitgliedern

Redaktion: Ralph Beeckmann, Espenstr. 9a, 41470 Neuss, Tel. 02137-5747, rbeeckmann@t-online.de
Erscheinungsdatum: Ende März, Juni, September und Dezember. Redaktionsschluß: jeweils 14 Tage vorher

Herzinfarkt - was tun im Notfall

Schnelle Hilfe mit dem Defibrilator

Im Obergeschoss des Clubs, im Raum wo die Stepper stehen, gibt es einen neu angeschafften Defibrilator (Defi), mit dem auch Ungeübte im Notfall Leben retten können. Notfälle sind tödliche Herzrhythmusstörungen, die zu einem Kreislaufstillstand führen können. Sie werden z.B. durch einen akuten Herzinfarkt - auch ohne Vorankündigung - ausgelöst und erfordern umgehende Hilfe. Es geht um Minuten!

Die Bedienung ist einfach und selbsterklärend; das Gerät ist für Laien konzipiert und beruht auf einer Selbstanalyse mit genauer Handlungsanweisung. Man kann also nichts falsch, sondern eigentlich alles nur besser machen! Dennoch fühlen sich viele Leute unsicher, deshalb hier einige Hinweise zum Notfall und Defi Einsatz.

Die Devise lautet:

Prüfen, rufen, drücken !

1. Prüfen
Bewusstsein, Atmung und Kreislauf
> beim Fehlen:

2. Rufen
Notruf absetzen und
professionelle Hilfe holen: Tel. 112

3. Drücken
Parallel dazu und umgehend mit der Herzdruckmassage beginnen

4. Defibrillator holen und die Klebeelektroden auf den Brustkorb kleben
> **Sprachanweisungen befolgen**

5. Herzdruckmassage fortsetzen

Annette Bürger



Unser Mitglied Dr. Annette Bürger ist erfahrene Kardiologin und Intensivmedizinerin und hat sich zu einem Kursus bereit erklärt, in dem sie uns den Defi vorführen will. Ergänzend zeigt sie uns auch Massnahmen zur Reanimation, die jeder Laie beherrschen sollte. Der Kurs ist kostenlos und findet im Herbst statt. Einzelheiten folgen in Kürze im Newsletter.





Sommertour nach Homberg









Einmal im Jahr muss sie sein, die gemeinsame Rudertour der Germanen nach Homberg. Trotz Sommerferien und gleichzeitigen Irland-Wanderfahrt gingen 36 Germanen in acht Booten aufs Wasser und ruderten die 43 km vorbei an der Altstadtkulisse und den Duisburger Hochöfen bis zur Ruhrmündung. Der Wettergott hatte zwar ein Einsehen, der Schiffsverkehr bescherte den Booten jedoch Kreuzwellen vom Feinsten, was der Stimmung aber nicht geschadet hat. Ein kühles Bier am Ziel entschädigt für alle Mühen.





Fünf Germanen bei WM in Rotterdam



Eine Silbermedaille im Lgw.-Senior-Doppelvierer für Leonie Pieper, ein zweiter Platz im B-Finale des schweren U23-Vierers m.St. für Anton Schulz, ein sechster Platz im A-Finale des Juniorinnen–Doppelzweiers für Leonie Menzel. Daniel Tkaczick kam als Ersatzmann der U23-Riemenruderer leider nicht zum Einsatz.

Caroline Meyer, die z.Zt. in Trier lebt und für Treviris startete, erreichte im U23 A-Finale einen sechsten Platz im Lgw.-Doppelzweier.

Insgesamt verlief die WM sehr erfreulich für den Club mit viel Potential für die Zukunft.



Die weit ausserhalb Rotterdams gelegene Willem-Alexander Roeibaan präsentierte sich zunächst regnerisch, zuletzt allerdings in strahlendem Sonnenschein von ihrer besten Seite. Allein der Wind bereitete den Mannschaften immer wieder Probleme, wenn auch keine Bahn benachteiligt erschien. Vom RCGD waren an den Startnachen Maja Gunz, Paula Rixgens und Tom Krüger eingeteilt, die die diversen Boote auf ihre 2.000 Meter Reise schickten.



Beeindruckend war die mittlerweile enorme Leistungsbreite der teilnehmenden Nationen aus allen Erdteilen. Egal ob Griechenland, Korea, Thailand, Ägypten, Mexi-



ko, Israel oder Namibia - sie alle machen den traditionellen Rudernationen das Leben schwer und fuhren gute Resultate nach Hause. Grossbritannien dürfte seine starke Stellung noch einmal verteidigt haben, wogegen der Deutsche Ruderverband längst unter enormem Druck von allen Seiten steht und sich mit je einmal Gold, Silber und Bronze zufrieden geben musste. Man hatte mehr erwartet.

Der Vierer mit Leonie Pieper begann fulminant und lag lange auf Platz 1, musste den Britinnen aber bei 1.300 m mit 0,6 Sek. den Vortritt lassen und kam mit 1,8 Sek. Rückstand im Ziel auf den Silberplatz.

Im U23-Vierer m.St. kam es knüppeldick und das 6-Boote Feld des A-Finale war mit bärenstarken Leuten besetzt. Das deutsche Team mit Anton Schulz schlug sich tapfer, musste sich dennoch im B-Finale mit Platz 2 begnügen.

Juniorin Leonie Menzel und ihre Partnerin hatten immerhin 23 Gegner, konnten die späteren Sieger USA bis 500 m in Schach halten, mussten sie dann aber ziehen lassen. Sechster von 24 - ein schöner Erfolg des noch jungen Teams!

Auch Caro Meyer fuhr gegen enorm starke Konkurrenz und musste schon von Beginn an den anderen Teams den Vortritt lassen. Trotzdem ist ein sechster Platz von 17 Booten ein gutes Ergebnis.

Allen Teilnehmern, den Helfern und Trainer Marc Messina herzlichen Glückwunsch.

RB





WM-Impressionen aus Rotterdam



Trainer Marc Messina im gigantisch grossen Bootelager



Fotograf Detlev Seyb - immer vor Ort dabei

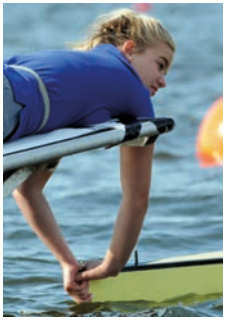




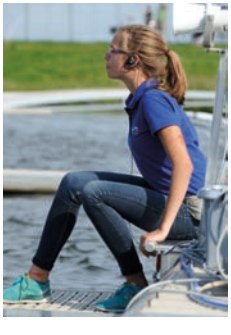
Oben: Leonie Menzel im Bug, kurz nach dem Start. Daniel Tkaczick kämpft im Ersatzleute-Rennen mit den Wellen. Unten: Anton Schulz auf 2 kurz vor dem Ziel.



Unsere Starthelfer Paula, Tom und Maja waren während der gesamten WM im Einsatz







Leonie Pieper auf dem Weg zur Silbermedaille



Guter Start - und ab geht die Post. Dann kraftvoll über die Strecke







Bis 1.300 m führt der deutsche Vierer, dann ziehen die Britinnen unaufhaltsam vorbei. Ausgepowert verschnaufen die Mädels am Ziel, danach gratulieren die Zweiten den Ersten zur Goldmedaille. Man kennt sich schliesslich von vielen vorangegangenen Wettkämpfen. Eine faire Geste unter Gegnern nach gnadenlosem Kampf.



Fotos:
meinruderbild.de
und private

Ehrung Germania's erfolgreicher Ruderer

Die über dem Rhein untergehende Sonne und das in Kerzenlicht getauchte Clubgelände boten am Mittwoch (31. August) den stimmungsvollen Rahmen, in dem der Ruderclub Germania Düsseldorf 1904 eV seine auf internationaler und nationaler Ebene erfolgreichen Athletinnen und Athleten ehrte. Emotional wurde es noch einmal bei den zahlreichen Gästen, als auf einer Leinwand der Endlauf der Weltmeisterschaft im Leichtgewichts-Doppelvierer der Damen gezeigt wurde. Germanin Leonie Pieper hatte dabei in Rotterdam am letzten August-Wochenende mit ihrer Mannschaft die Vize-Weltmeisterschaft errungen.

Leonie Pieper, die mit ihrem Team lange das Feld im Finale angeführt hatte, zeigte sich in der Bilanz auch mit dem Silber-Platz zufrieden: „Unser zweiter Platz war im Ergebnis gegenüber den Dritten deutlich und die siegreichen Britinnen waren an diesem Tag ein zu starker Gegner." Sie schaut mittlerweile auf die 5. WM-Teilnahme zurück und will in der kommenden Saison den Erfolg im Einer oder Doppelzweier suchen.

Auf eine äußerst erfolgreiche Saison kann auch die 17-jährige Leonie Menzel zurückblicken. Nach zwei Titeln bei der Deutschen Jugendmeisterschaft gab es einen dritten Platz bei der anschließenden Europameisterschaft im Doppelzweier. Bei WM in Rotterdam erreichte sie im Doppelzweier mit ihrer Partnerin das A-Finale und wurde dabei Sechste in einem starken Feld aus 23 Nationen.

Anton Schulz schaffte bei der Deutschen Jahrgangmeisterschaft Gold im Vierer und Bronze im Achter. Bei der WM in Rotterdam kam er im Vierer mit Steuermann mit seinem Team ins B-Finale und schaffte dort den zweiten Platz. Schulz: „Nach Einschätzung unseres Trainers war die Konkurrenz in diesem Jahr so stark wie noch nie und wir sehen unsere Platzierung deshalb durchaus als Erfolg." Daniel Tkaczick, der wie Schulz am Leistungsstützpunkt in Dortmund trainiert, war für die WM in Rotterdam als Ersatzmann für das Riemenrudern dabei.



Leonie Pieper



Caroline Meyer



Anton Schulz



Leonie Menzel



Daniel Tkaczick

Für ihre Erfolge beim Landes-und Bundeswettbewerb ehrte RCGD-Vorsitzende Melanie Lack aus dem Kinderbereich Christina Gillitzer. Bei den Deutschen Jahrgangsmeisterschaften konnten die Germanen Erfolge mit Tom Krüger, Lara Richter, Peko Werner, Aaron Crux, Maja Gunz und Marius Gappa verzeichnen.

Für die Rennruderer ist die Saison nun zunächst vorbei. Das Training beginnt für sie wieder im Oktober. Bei den obligatorischen Langstreckentests des Deutschen Ruderverbandes stehen dann im November die ersten Auswahlen für die Nominierungen in der kommenden Saison an.

Zu der Ehrung auf dem Gelände des Ruderclubs Germania waren für die Sportstadt Düsseldorf Peter Kluth und SSB-Vizepräsident Ulrich Koch gekommen. Dabei sagte Koch: „Die Stadt Düsseldorf ist dabei, die Förderung des Leistungssports auf eine neue Basis zu stellen. Der Ruderclub Germania hat mit seinen Erfolgen dabei einen wohlklingenden Namen und wird sicher auch in Zukunft für seine Arbeit Unterstützung erfahren. Den jungen Ruderinnen und Ruderern wünsche ich weiterhin viel Kampfgeist."

Manfred Blasczyk

Es strahlen um die Wette zwischen Melanie Lack und Kathrin Schmack v.l.:
Tom Krüger, Christina Gillitzer, Aaron Crux, Lara Richter, Marc Messina (Trainer),
Leonie Menzel, Maja Gunz, Anton Schulz, Leonie Pieper,
Daniel Tkaczick und Caroline Meyer



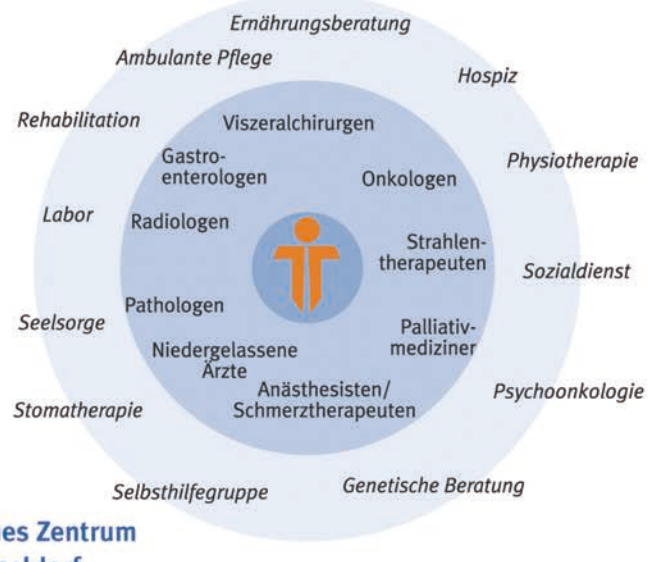
Zertifiziertes
Onkologisches Zentrum
am EVK Düsseldorf

Vier zertifizierte Organzentren sind für Sie da:

Darmzentrum | Pankreaszentrum | Gynäkologisches Krebszentrum | Kopf-Hals-Tumorzentrum

Gemeinsam gegen den Krebs

Bei einer Krebserkrankung steht unser Netzwerk von Spezialisten an Ihrer Seite. Ein individuelles Therapiekonzept ermöglicht eine optimale Behandlung. Wir beraten, behandeln und betreuen Sie.



Onkologisches Zentrum am EVK Düsseldorf
Leiter Dr. med. Henning Bredenfeld
Kirchfeldstr. 40 | 40217 Düsseldorf
Telefon 0211/919 – 1021
www.evk-duesseldorf.de

EVANGELISCHES KRANKENHAUS DÜSSELDORF



Spezialisten für Restrukturierung und Sanierung

Wir bringen mittelständische Unternehmen auf Erfolgskurs. Dazu entwickeln wir für Sie ganzheitliche und nachhaltige Lösungen, die rechtlich, steuerrechtlich sowie betriebs- und finanzwirtschaftlich aufeinander abgestimmt sind und setzen diese in Restrukturierungs- und Sanierungsprojekten um. Als Spezialisten für die Sanierung unter Insolvenzschutz führen wir jährlich mehr als 20 Unternehmen erfolgreich durch ein Schutzschirmverfahren oder eine (vorläufige) Eigenverwaltung. Damit zählen wir zu den Marktführern in Deutschland.

Erfahren Sie in zahlreichen Referenzen zufriedener Kunden mehr über uns unter
www.buchalik-broemmekamp.de

Rechtsberatung
Steuerberatung
Unternehmensberatung

Buchalik Brömmekamp



Tour de Ruhr 2016

Nach neuerer Zeitrechnung war das dieses Jahr am Wochenende 27./28. August die dritte Ruhrfahrt gewesen, nachdem wir diese wieder in unser Wanderfahrtenrepertoire aufgenommen haben. Aller guten Dinge sind zwar Drei, sagt man so schön, aber dieses Jahr lief alles etwas anders als in den letzten Jahren und als geplant.

Wir konnten die Boote wegen der dortigen Regatta nicht in Essen-Steele lagern und mussten die erste Etappe daher von Witten bis Kupferdreh verlängern. Daher war es sinnvoll, Samstagabend PKWs zur Verfügung zu haben, so dass aus der Wanderfahrt, die bisher immer unter dem Slogan VRR-Fahrt angetreten war, eine PKW-Tour wurde. Dank feinsinniger Logistik bezüglich der Verteilung der Teilnehmer auf die PKWs wurde der Umweltschaden dabei aber minimiert.

Die Anmeldungen waren ja sehr zufriedenstellend und waren wieder dazu angetan, diese Fahrt noch einmal zur drittgrößten Mehrtageswanderfahrt des Clubs werden zu lassen. Doch dann begann etwas wie die Geschichte von den 10 kleinwüchsigen dunkelhäutigen Heranwachsenden. Aus 16 Anmeldungen wurden 10 Teilnehmer. Nun gut, gegen Krankheit und plötzlich auftretende Geburtstage kann man nichts machen.

Aber alles war gut!
Wir stellten fest, dass zwei Vierer die optimale Besetzung für die Ruhrfahrt ist, um das Umtragen effektiv abwickeln zu können. An- und Abfahrt für 10 Leute auf die beiden Ruhretappen zu verteilen, erwies sich als sehr zeitgünstig. Und überhaupt passen mehr als 10 Leute kaum in unser tolles, neu entdecktes Tapas-Lokal in Kettwig rein. Darüber hinaus ist die Aufteilung der Fahrt auf eine längere und eine kürzere Etappe sehr angenehm, vor allen Dingen für den arbeitenden Teil der Bevölkerung, der montags wieder ein anderes Programm hat.

Eine neue Erfahrung waren die Wasserpflanzengründe auf dem Baldeney-See. Dieser ist im mittleren Teil inzwischen fast zugewachsen mit einem schlingpflanzenartigen Gewächs, das mit Wasserpest noch harmlos bezeichnet ist. Seinetwegen sind schon Regatten verlegt worden. Die



Schlingpflanzen sind eine gute Übung gegen zu tiefes Tauchen der Skulls. Hat man sich einmal mit den Rudern so richtig darin verfangen, kommt man keinen Schlag mehr vorwärts, ja man wird sogar von den Schlingpflanzen mit jedem Schlag gleich wieder zurückgezogen in die Ausgangsstellung. Nur geübte Spaghetti-Dreher können sich einigermaßen zeitnah aus dem Gefängnis der Wasserpflanzen befreien.

Aber das war ja nur eine kurze Einlage. Alles in allem war diese die beste der letzten drei Ruhrfahrten, zumal das Wetter dieses Mal nicht besser hätte sein können.

Ich hoffe, ich habe damit allen abgesagten Teilnehmer klar gemacht, dass sie den größten Fehler ihrer Ruhrfahrten gemacht haben, zumal die restlichen Teilnehmer obendrein noch froh darüber waren, dass es so gelaufen ist.

Wir nehmen trotzdem im nächsten Jahr gerne wieder „Ruhr-Renegades" mit.

Text: Wolfgang Wacke
Fotos: Engelbert Hohn



Rechts:
Engelbert fast im IGLO-Kochstudio

Rudern in Irlands wildem Westen



Bereits im Vorfeld der gemeinsamen Irlandfahrt von RC Germania Düsseldorf und Düsseldorfer Ruderverein 1880 war klar, dass diese Tour unter sportlichen Aspekten einige Risiken barg. Anders als bei früheren Wanderfahrten sollte diesmal nicht auf den irischen Flüssen und Kanälen, sondern auf den Seen in Connemara und Kerry gerudert werden. Tatsächlich erwies sich dieses ruderische Neuland als ein schwieriges Revier.

Vor Ort wurde schnell klar, warum diese Gebiete nur wenigen Wanderruderern bekannt sind. Mit den mehrmals täglich auftretenden, zum Teil heftigen Regenschauern, hätte man sich ja noch arrangieren können, aber der stürmische Wind und die damit verbundenen, hohen Wellen verhinderten an den meisten Tagen die Ausfahrten auf den größeren Seen und in den Meeresbuchten. Die kleineren Seen erwiesen sich als zu flach und zu steinig, um in ihnen vernünftig rudern zu können. Wieder andere Seen waren mit dem Bootsanhänger gar nicht erst zu erreichen. So konnte während der zweiwöchigen Wanderfahrt nur an fünf Tagen tatsächlich gerudert werden.

Dank der umwerfenden Schönheit der irischen Landschaft waren diese wenigen Ausfahrten dafür aber umso beeindruckender. Außerdem verblieb so mehr Zeit für Sightseeing oder um den örtlichen Einzelhandel zu unterstützen.

Immerhin konnten die 31 Fahrtenteilnehmer ausgiebig das Abladen, Aufriggern, Abriggern und erneutes Verladen der Boote trainieren. Wie sich herausstellte, funktioniert das am besten mit beschränkter Personenzahl und bei Starkregen. Wahrscheinlich, weil jeder dann schnell wieder ins Trockene möchte und deshalb zielstrebig arbeitet. So wurden bereits erste Überlegungen angestellt, in Zukunft aus Gründen der Effizienzsteigerung das Booteverladen im heimischen Bootshof unter einem laufenden Rasensprenger stattfinden zu lassen.

Als Ausgleich zum Rudern fanden sich allerlei alternative Sportarten: Über die Aran-Islands wurde im Regen geradelt, der 400m hohe Diamond-Hill im Connemara Nationalpark wurde bei Windböen von 100km/h bestiegen, im 14°C kalten Atlantik wurde gebadet und am Strand wurden mit unterschiedlichem Erfolg gymnastische Übungen gemacht. Gerade auch das tägliche, einarmige Reißen von Pints (Guinness, Smithwicks oder Cider) sorgte für gute Stimmung in der Truppe.

Auch die Bildung kam auf dieser Reise nicht zu kurz. So kennen nun alle Teilnehmer die Zebramuschel, die auch als Wander- oder Dreiecksmuschel bekannt ist. Diese invasive, ursprünglich vom Schwarzen Meer kommende Süßwassermuschelart kann natürliche Ökosysteme empfindlich stören, da sie sich stark vermehrt: Ein Weibchen kann pro Jahr bis zu eine Millionen Eier legen. Die befruchteten Larven schwimmen im freien Wasser, was ihre Entdeckung nahezu unmöglich macht. Die nur wenige Zentimeter große Zebramuschel filtert Plankton aus dem Wasser, das dann den Fischbeständen nicht mehr als Nahrung zur Verfügung steht, wodurch diese in ihrer Existenz bedroht sind. Sie heftet sich gerne an Bootsrümpfe oder reist im Larvenstadium als blinder Passagier bei Bootstransporten durch die Gegend.

Inzwischen ist die Zebramuschel auch im Shannon und in einigen Seen in Connemara heimisch geworden, darf aber unter keinen Umständen in den Lough Leane im Killarney Nationalpark eingeführt werden!





Um auf eben diesem See rudern zu können, bedurfte es also einer Sondergenehmigung. Und um diese zu erlangen mussten alle Ruderboote an einer Tankstelle unter Aufsicht eines Rangers mit einem Dampfstrahler gereinigt werden. Ein Schauspiel, über das sogar die Einheimischen herzhaft lachen mussten. Selten wurde wohl so viel Aufwand betrieben, um so wenige Kilometer zu rudern! Wenigstens wurden unsere Boote endlich einmal gründlich geputzt.

Alles in allem war die Irlandfahrt 2016 ein Abenteuer, das alle Teilnehmer sehr genossen haben. Die tollen Landschaften im wilden Westen Irlands und der großartige Zusammenhalt in der Gruppe machten diese Fahrt zu einem einmaligen Erlebnis. Und rudern kann man ja auch noch auf dem Rhein zu Hause…

Patrick Osterloh (DRV)





Mit im Boot?

Gemeinsam können wir dafür sorgen,

dass Menschen mit Krebs Rat und Unterstützung bekommen!
dass Therapie und Forschung niemals stillstehen!
dass Früherkennung und Nachsorge das Überleben verbessern!

Ihre Spende unterstützt unsere Arbeit in NRW. Dafür sind wir dankbar.

Spendenkonto DEUTSCHE BANK
IBAN DE86 3007 0024 0377 0377 00
BIC DEUTDEDBDUE

Krebsgesellschaft NRW
Volmerswerther Straße 20
40221 Düsseldorf
Tel.: 02 11 / 15 76 09 90
www.krebsgesellschaft-nrw.de

2. Benefiz-Regatta für Menschen mit Krebs

Düsseldorf am Ruder



Die Initiatoren der Benefizregatta: Dr. Margret Schrader und Kurt Nellessen

63 Teams stellten sich am vergangenen Samstag der sportlichen Herausforderung und ruderten im Medienhafen drei Mal die Strecke von 250 m. Alle Boote erreichten nicht nur die Ziellinie, sondern trugen maßgeblich zu einem ganz besonderen Tag bei! „Alle in einem Boot gegen Krebs, für das Leben", so lautete die Devise.

Albrecht Müller vom Verein „Düsseldorf am Ruder e.V", Dr. Margret Schrader, Krebsgesellschaft Nordrhein-Westfalen e.V. und Melanie Lack vom RCGD freuten sich über die große Resonanz und die gelungene Fortsetzung. „Im letzten Jahr sind wir gemeinsam das erste Mal angetreten und waren begeistert über die Resonanz auf die Benefiz-Regatta. In diesem Jahr konnten wir dies noch übertreffen, es sind mehr Unterstützer geworden und die Stimmung unter allen Teilnehmern war unübertroffen", so Albrecht Müller.

Auch waren Professor Dr. Rainer Haas vom Universitätstumorzentrum Düsseldorf, Professor Dr. Andreas Meyer-Falcke vom Dezernat für Personal und Gesundheit, ebenso begeistert wie der zweimalige Weltmeister und Olympiasieger Lukas Müller und Sportamtsleiter Pascal Heithorn als „Sportliche Botschafter".

Beim Sport steht eigentlich das Ergebnis im Fokus, doch auf dieser Regatta war vieles anders. Hier ging es in erster Linie um das Dabeisein. Professor Dr. Ullrich Graeven, Vorstandsvorsitzender der

Herzstück der Regatta: Die jungen He vor der Regatta und am Wet



Krebsgesellschaft NRW, sprach das Netzwerk an Akteuren an, die für die Versorgung von Krebspatienten im Einsatz sind. „Hier geht es um ein funktionierendes Netz, das trägt und dass sich an einem solchen Tag auch mal zeigen kann". Rund um die Rennen im Hafenbecken tauschten sich an den Ständen die Teilnehmer und Zuschauer aus, u.a. am Stand der Krebsberatung Düsseldorf, des Florence Nightingale- und des Evangelischen Krankenhauses, am Stand der Knochenmarkspenderzentrale des Universitätsklinikums Düsseldorf und am Stand des Palliativnetzwerks. Am Stand des Platin-Sponsor Janssen Deutschland ging es neben vielen Gesprächen auch noch richtig zur Sache. An Ruderergometern konnten hier Besucher für 5 Euro zugunsten der Krebsgesellschaft NRW gegeneinander antreten.

Zum Abschluss des Tages wurden die Erstplatzierten geehrt. Sie erhielten Hotelübernachtungen, Brunchgutscheine, Fortuna- und Zakk-Karten u.v.m., gestiftet vom Courtyard by Marriott Hotel, von der Awista, dem Stadtsportbund, Flughafen Düsseldorf, vom EVK, der Deuka Tiernahrung, AOK, Zakk und der Awista. Sieger der Frauen war das Team „Haifutter" vom Düsseldorfer Cecilien-Gymnasium, bei den Männern gewannen das Team „UPS 3" und in der Kategorie der Mixed-Boote „Die Pseudomonas-Piraten" der Unifrauenklinik Düsseldorf. Der Preis für das kreativste Outfit wurde aufgrund der vielen tollen Kostüme auf die Schnelle und Dank der Marriott Hotels als Unterstützer verdoppelt. So konnten in diesem Jahr sogar zwei Teams, die Meerjungfrauen vom Team HPPy rowing 2 und die „Golzheim Gladiators" für ihre Kreativität belohnt werden.



Helfer des Clubs waren in den Wochen Wettkampftag voll im Einsatz.



Ob Sieger oder nicht, alle Mannschaften hatten Spaß und äußerten sich mit vielen Komplimenten über die Trainer und Ruderinnen und Ruderer der Trainingsabteilung, die alle Teams ruderfit gemacht hatten. Allen voran Jan Milles, der zudem alles koordinierte. Die Jugend des Ruderclubs Germania war im Vorfeld der Regatta sechs Wochen unermüdlich im Einsatz und hatte auch am Regattatag alles im Griff. Rolf Steinert, Direktor vom Courtyard by Marriott Düsseldorf, ruderte mit seinem Team „die Courtyard Admirals"

dank der guten Trainingsvorbereitung in die vorderen Ränge. Für ihn ein Perspektivenwechsel in Punkto Blick auf den Medienhafen: „Es freut mich ganz besonders, die Veranstaltung gemeinsam mit dem Verein Düsseldorf am Ruder und dem RC Germania als enge Nachbarn unseres Stadtbezirkes durchführen zu können. Es geht hoffentlich im nächsten Jahr weiter."

Der Erlös der Regatta konnte die im letzten Jahr erreichte Summe noch übertreffen. Dieser kommt der Arbeit der Krebsgesellschaft NRW zugute, die in vielen Bereichen aktiv: zum Beispiel in Kitas und Schulen, um im Rahmen der Hautkrebsprävention gezielt früh anzusetzen und den Schutz junger Haut ins Bewusstsein zu rücken. Für Betriebe bietet die Krebsgesellschaft NRW spezielle Schulungsangebote zur Darm-, Haut- und Blasenkrebsprävention sowie zur Brustkrebsfrüherkennung. Mit Blick auf die Versorgung von Krebspatienten macht sich die Gesellschaft für Behandlungsqualität und psychosoziale Krebsberatung stark. Als Anlaufstelle und Lotse im Gesundheitswesen bietet sie verlässliche Informationen. Erkrankte und Angehörige erfahren fachkundige psychosoziale Erstberatung im Rahmen einer Telefonsprechstunde. Für Düsseldorf und Umgebung steht Ratsuchenden eine ambulante psychosoziale Krebsberatungsstelle zur Verfügung.



Gleich geht's los: Die Mannschaften stehen parat.

Ergebnisse (jeweils die Plätze 1 bis 4)

Siegerinnen Damen:
1. *Haifutter* (Cecilien-Gymnasium Düsseldorf) 2. *HPPy rowing 2* (HPP Architekten) 3. *Walter Rau I* (Walter Rau Neusser Öl und Fett AG) 4. *Unifrauenklinik Team 1* (Uniklinik Düsseldorf)

Sieger Herren:
1. *UPS 3* (UPS Deutschland Inc. & Co. OHG) 2. *Kutanes Röntgen* (Radiologie Uniklinikum Düsseldorf) 3. *Heinrich Heine*



Consulting 2 (Heinrich Heine Consulting e.V.) 4. *Black Pearl* (Schulz & Sohn GmbH)



Siegerinnen und Sieger Mixed:
1. *Pseudomonas-Piraten* (Unifrauenklinik Düsseldorf) 2. *Die Einhörner* (Cecilien-Gym. Düsseldorf) 3. *La Familia Karlsruhe* (Karlsruher RV Wiking) 4. *VfL-Boot 1* (VfL Benrath 06 e.V. Schwimmabteilung)

Sieger Master-Finale:
1. *UPS 3* (UPS Deutschland Inc. & Co. OHG) 2. *Pseudomonas-Piraten* (Unifrauenklinik Düsseldorf) 3. *Haifutter* (Cecilien-Gymnasium Düsseldorf)

Sieger „Profis":
1. *Underdogs* (Schulz & Sohn GmbH) 2. *"Leicht"matrosen* (RCGD) 3. *„5 vor 12"* (JANSSEN Deutschland) 4. *Luther Team 2* (Luther Rechtsanwaltsgesellschaft mbH)

Dinah Oelschläger, Krebs Ges. NRW
Maren Derlien, RCGD

Bei Vorbereitung und Durchführung der Regatta unermüdlich aktiv:
v.l.: Gesine Kemper (Courtyard by Marriott), Dinah Oelschläger (Krebsges.),
Jan Milles, Ingrid Foerster (Krebsges.)



Düsseldorf am Ruder mit 63 Teams



HPPy Rowing 2 (Sirenen)
HPP Architekten



„Leicht"matrosen
RC Germania



Rowing Beauties
Genius Loci Baukultur GmbH



Die gesunden 4 (hier zu fünft!)
Stadt Düsseldorf, Dez. für Gesundheit



Hebammen (als Störche)
St. Elisabeth-Krankenhaus Grevenbroich



Hello Titty
Brustzentrum Niederrhein

Keine Grenzen für fantasievolle Outfits



Grevenbroich Pulls 1
St. Elisabeth-Krankenhaus Grevenbroich



Underdogs Olympiastützpunkt Dortmund
Schulz & Sohn GmbH



Bernd das Boot / Black Pearl
Schulz & Sohn GmbH



Golzheim Gladiators
Paracelsus-Klinik Golzheim



Die fantastischen Vier
Elements of Art, Werbeagentur



Vater Abraham und seine Schlümpfe
UPS Deutschland



AUF ZU
NEUEN UFERN

NEUES DESIGN IM
COURTYARD BY MARRIOTT® DÜSSELDORF HAFEN
AB SEPTEMBER 2016

133 voll ausgestattete Gästezimmer & 6 Studio Suiten in modernem und zeitlosem Design | Heller und offener Veranstaltungsbereich mit atemberaubendem Blick auf den Medienhafen | Julian's bar & restaurant | „Go Relax" Fitness- und Saunabereich

Courtyard by Marriott Düsseldorf Hafen | Speditionstrasse 11 | 40221 Düsseldorf | +49 211 4939 0
sales@cy-duesseldorf.com | CourtyardDuesseldorfHafen.com

HPP

Architekten

Düsseldorf Berlin Frankfurt
Hamburg Istanbul Köln Leipzig
München Shanghai Stuttgart

HPP Hentrich-Petschnigg & Partner GmbH + Co. KG

Kaistraße 5
D 40221 Düsseldorf
T +49 (0)211 83 84-0
F +49 (0)211 83 84-185
duesseldorf@hpp.com
www.hpp.com

Werthaltige Architektur seit über 80 Jahren.









Paul Grant noch nicht am Ziel



Kulisse von Goldstrand

Viele bekennende Wanderruderer haben Träume oder Visionen einmal ihr persönliches Ding umzusetzen. Sie träumen von verschiedenen persönlichen Herausforderungen wie die Tour du Lac Léman, die 140-Km-Regatta auf dem Genfer See, einer Kanalüberquerung, einer 100-Km-Regatta auf dem Rhein oder die Donau von Ulm bis zum Schwarzen Meer zu befahren. Bei vielen bleibt nur der Traum übrig.

Paul hat seinen Traum fast verwirklicht. Die Donau hat er von Linz bis Sfantu Gheorghe in Rumänien am Schwarzen Meer befahren. Bis dahin waren es 2135 km. Jetzt ist er von Sf. Gheorghe nach Istanbul über das Schwarze Meer mit seinem Einer unterwegs. Das sind noch mal ca. 700 km entlang der Küsten Rumäniens, Bulgariens und der Türkei. Bisher wurde Paul organisatorisch von TID unterstützt, jetzt ist er auf sich alleine gestellt. Viele Fragen sind noch ungeklärt unteranderen die Grenzübertritte nach Bulgarien und der Türkei. So muss Paul sich zweimal am Tag bei der rumänischen Marine über Funk melden. Wie es weitergeht, wird sich zeigen.

Von Linz bis ins Donaudelta war Paul 66 Tage unterwegs. Für den letzten Teil seiner Reise noch mal 20 Tage geplant.

An 66 Rudertagen durchfuhr Paul mit seinem Einer die Länder Österreich, Slowakei, Ungarn, Kroatien, Serbien, Bulgarien und Rumänien. Die Türkei ist sein Ziel. An Moldawien und der Ukraine ist er vorbeigefahren, da die Grenze zu Rumänien zwischen diesen beiden Ländern in der Flussmitte verläuft. An der Grenze zwischen der Ukraine und Rumänien sind auch die letzten Wachtürme in Europa zu sehen.

Die längste Etappe war 57 km lang. Für einen Ruderer sind 57 km nicht lang und für einen Rheinruderer schon gar nicht. Paul bewältigte diese Etappe im einen 46

kg schweren Einer und 40 kg Gepäck sowie einen leichten Gegenwind. Diese Etappe wurde zu einer sportlichen Herausforderung für ihn. Neun Stunden hat er für diese Strecke benötigt. Entschädigt wurde Paul durch die schönen und wechselnden Landschaften und den Gesprächen mit den Leidensgenossen, die er überholte oder die ihn überholten. Aber irgendwann vergeht der Spaß und kämpfen und durchhalten ist angesagt. Boris Becker hätte sich jetzt in seinen Mentaltunnel zurückgezogen.

Paul hat überwiegend im Zelt übernachtet. Aber wenn ihm der Schmutz auf die Nerven ging, nahm er sich ein Hotel und stellte einen neuen Rekord im Langstreckenduschen auf. Die wenigen Ruhetage waren nicht nur zum Relaxen und für die Kultur bestimmt, sondern auch für Reparaturarbeiten an Boot und Ausrüstung. Aber auch die Suche nach einem Waschsalon kostete viel Zeit.

Paul hat auf seiner Fahrt viele interessante und nette Leute aus verschiedenen Nationen kennengelernt und Freundschaften geschossen. Mit seinen neuen Freunden plant er die Wanderfahrten für das nächste Jahr. Paul plant zwei Wanderfahrten in Serbien und auf der Adria für das Ruderjahr 2017.

Besonders auf seiner Fahrt beeindruckt haben ihn Günther und Karl beide weit über siebzig, die die komplette Tour von 2.480 km gepaddelt haben. Sie lassen Bernie Eccelstone mit seiner ewigen Jugend vergessen. Karl-Erich Rost war von 1958 bis 1961 Mitglied beim RCGD und rudert heute im RK Germania Homberg. Er wäre gerne die Strecke gerudert, fand aber leider keinen Mitstreiter.

Am 8. September gab es in Varna ein ungeplantes Abenteuer: Das Anlanden war bei starker Brandung besonders schwierig. Beim surfen auf der Welle wird man so 16 km/h schnell. Am Strand wird das Boot dann abrupt abgebremst. Dabei hat er einen kleinen Überschlag hingelegt und lag auf einmal am Strand unter dem Boot. Aber das Surfen auf den Wellen macht wahnsinnig Spaß und die Sachen wie GPs, Telefon, usw. packt man schon draußen vor der Brandungszone ein. Nur noch mit Badehose geht es dann durch die Brandung.

Ob er das Ziel Türkei noch erreicht?

Hermann Höck





Nach Zernsdorf im September

Wer fährt schon zwei Tage lang Auto – einen hin und einen zurück, um 3 ½ Tage zu rudern? Die Teilnehmer der Herrenfahrt nach Zernsdorf bei Berlin. Warum machen die das? Tja, da gibt es viele Antworten:

Es gibt kaum ein vielfältigeres Ruderrevier. Das Flüsschen Dahme östlich von Berlin führt mitten durch die Mark Brandenburg vorbei an den beschaulichen Gärten der berlinflüchtigen Vorstadtbewohner, den Sandstränden der örtlichen Strandbäder, öffnet sich zu stattlichen Seen und mündet in schmale Kanäle, die vom Baumbestand so verdeckt werden, dass man sich wie auf einem Spazierweg durch einen Kurpark vorkommt. In beiden Flussrichtungen kann man ein- bis mehrtägige Fahrten unternehmen, die auf anderen Wegen wieder zum Bootshaus des Rudervereins Zernsdorf führen.

Ja, und dann natürlich die Unterbringung im Ruderverein, der auf einer Halbinsel im Krüpelsee in der Dahme liegt. Der ESV Lok Zernsdorf gehört zu jenen Vereinen, die in guter alter DDR-Tradition die Gastfreundschaft zu den sie besuchenden Vereinen pflegten, indem sie für Ruderer Zimmer zur Übernachtung anboten.

Das führt bei dem Besuch unserer Herrenfahrt dazu, dass jeder Teilnehmer ein einfaches, aber praktisches Einzelzimmer hat. Ein großer Essraum und eine komfortable Küche machen die Versorgung recht angenehm. Der alljährliche Grillabend und der Räucherfischabend lassen sich so gut vorbereiten. Bei unwirtlichem Wetter können wir im Aufenthaltsraum sogar einen Kamin anwerfen. Und bei ganz schlechtem Wetter schwingt man sich einfach auf die S-Bahn nach Berlin und legt mal einen Kulturtag ein.





Das war in diesem Jahr aber überhaupt nicht erforderlich. Vier Tage lang Sonne pur und kein bisschen Wind. Das hatten wir schon lange nicht mehr – ein Hochsommer im Spätsommer.

Kein Wunder, dass die Herrenwanderfahrt unter Jürgen Kronebergs Leitung schon seit 16 Jahren in jedem September nach Zernsdorf führt und das zum großen Teil mit den gleichen Teilnehmern. Allerdings führt das dazu, dass aus der Herrenfahrt inzwischen fast eine Altherrenfahrt geworden ist. Immerhin konnten wir auf der Fahrt den 76. Geburtstag von Uwe feiern. Kein Wunder, dass da auch Gedanken aufkommen, wie man das Rudern technisch unterstützen könnte. In Analogie zu den Entwicklungen bei Fahrrädern sind da schon solche Dinge wie *Rudelecs* in der Diskussion. Wer sich von solchen Spinnereien nicht abschrecken lässt, sei versichert, dass er in eine ansonsten seriöse Runde kommt, zumindest bis zur ersten Flasche Killepitsch. Neue Mitruderer sind jederzeit herzlich willkommen.

Wolfgang Wacke





Aus der Clubfamilie



Petra und Jörg Bramer geben stolz die Geburt ihres Sohns Tom Mikke bekannt, der am 5. 8. mit 3.780 Gramm Startgewicht und 54 cm Grösse zur Welt kam. Laut Papa Jörg hatte der Kleine gleich einen anfänglichen „Hubraum" von ca. 100 ml, was einem gesunden Ruderer-Appetit entspricht. Weiter so, Junge!

Herzlichen Glückwunsch

Ehrung per Überraschung



Eigentlich wollte Hansherbert Gudermann zu seiner 50-jährigen Clubmitgliedschaft gar nicht geehrt werden - jedenfalls nicht so offiziell. Deshalb fand 2. Vorsitzender Manfred Blasczyk die Lösung der Überreichung per Überraschung während des Ruderwochenendes in Zernsdorf bei Berlin im Kreis von 16 Männern, die nichts von dem ahnten. Der Akt war nicht offiziell, aber sehr gelungen und natürlich war Hansherbert sehr erfreut.

Herzlichen Glückwunsch!

Neue Mitglieder seit 1. 7. 2016

David Balmert, Sandra Beging, Christian Beyermann, Konstantin von Bischoffshausen, Sabine Böhnke, Xenia Folz, Florian Franke, Alexandra Hagelstein, Tanja Kaiser, Sara Körner, Marco Krstic, Corinna Lechleitner, Katharina Moritzen, Philipp Noske, Josua Pakulla, Helena Peltzer, Nike Pommeranz, Ricarda Popert, Marcel Rittweiler, Till Roderigo, William Spohrer, Michael von Stegen, Andreas Turberg, Susanne Wegener, Jonas Weise, Hendrik Westkamp, Ben Wolke

Willkommen im RCGD

Florence-Nightingale-
Krankenhaus

der Kaiserswerther Diakonie



Gemeinsam gegen den Krebs

Fachübergreifende Therapie
in persönlicher Atmosphäre

- Gynäkologisches Krebszentrum
- Interdisziplinäres Darmkrebszentrum
- Lungenzentrum
- Onkologische Tagesklinik
- Palliativmedizin

www.florence-nightingale-krankenhaus.de

Florence-Nightingale-Krankenhaus
Akad. Lehrkrankenhaus
der Heinrich-Heine-
Universität Düsseldorf

Kreuzbergstraße 79
40489 Düsseldorf

Fon 0211.409 0

Es wurde geheiratet



Bei strahlendem Sonnenschein haben am 7. 7. Petra Drews und Sven Winkhardt geheiratet. Germanen standen dabei Spalier und gratulierten als Erste.





Anke Wohlan und Bernhard Ludwig gaben sich am 14. 7. das Jawort. OB Thomas Geisel liess es sich nicht nehmen, die Trauung zu vollziehen. Auch diesen beiden Germanen herzlichen Glückwunsch.



Geburtstage - Die Germanen gratulieren

Oktober

1	Henri Ditz	
1	Sabine Dominik	
1	Walter Hoffmeister	
2	Bernd Hoffmann	
2	Philipp Rüßmann	
3	Dietger Eichhorst	
5	Stefan Gräf	
6	Andreas Ribbeck	
6	Monika Schierenberg	
7	Peter Albers	
8	Jürgen Litz	
9	Rudolf Wachholz	
10	Christoph Jonen	
11	Corinna Lechleitner	
12	Georg Hellwig	70
13	Felicitas Kaiser	
14	Cornelius Nellessen	
15	Karin Müller	
15	Philipp Reinke	
16	Christoph Ehrle	
16	Ursula Magdalena Jansen	
16	Jörn Loocke	
17	Kilian Mahlmann	
17	Christine Schüssler	50
18	Jörg Förster	
18	Daniela Schmitt	
21	Herbert von Holtum	
21	Uwe Hölzer	
21	Alica Krüger	
22	Lisa Thiem	
24	Martin Funke	
25	Michael Buchheit	
25	Günter Fügmann	
26	Michael van Stegen	
28	Stephan Ertmer	
28	Florian Franke	
29	Aude Augagneur	50
30	Vittorio Gugel	
30	Lars Henning	
30	Detlef Schlüter	
31	Jan Henschke	

November

2	Aaron Salzmann	
3	Udo Fischer	
4	Kathrin Alsdorff	
4	Jens Bartelheimer	
4	Jutta-Irene Fischer	60
4	Kim Höck	
4	Berthold Huxoll	
4	Boris Ludwig	
4	Albrecht Müller	
4	David Balmert	
4	Christian Beyermann	
6	Paula Kuhn	
7	Lara Geenen	
8	Dennis Gremm	
9	Charlotte Nellessen	
10	Ruben Carl	
12	Jonas Weise	
14	Nikolaus Franz	
14	Simon Nowak	
15	Tomas Käferstein	
16	Peko Werner	
18	Maja Gunz	
19	Catharina Dahmen	
19	Rainer Weissmann	
20	Lars Lenz	
20	Kathrin Schmack	
22	Joanna Weber	
22	Sara Körner	
23	Alexander Dahmen	
23	Katharina Pfeil	
24	Horst Dieter Flockenhaus	
25	Ursula Fischer	
25	Norbert Goebels	
27	Rosa Schulz	
28	Hansherbert Gudermann	
28	Andreas Pacholski	
28	Matthias Scheiff	
29	Mats Allerding	
29	Holger Goldberg	
29	Manfred Luhnau	75

Dezember

3	Wolfgang Herzer	
3	Jutta Waffenschmidt	
3	Gaby Zündorf	
4	Klaus Federmann	
6	Klaus Schober	
7	Benedikt Braun	
7	Sebastian Veelken	
11	Isabel Böhmer	
11	Gerd Cintl	
13	Christoph Fischer	
13	Andreas Grund	
15	Lukas Müller	
16	Günter Hall	
17	Maren Derlien	
18	Gerd Bessin	
18	Rainer Härtner	
19	Cornelia Burger	
20	Frank-Christian Baldus	
20	Aaron Crux	
20	Jacob Zuber	
22	Hella Hebenstreit	
23	Andreas-Niclas Förster	
23	Anke Weissmann	
24	Andrea Ziem	
25	Robert von Oelffen	
26	Kurt Nellessen	
27	Frank-Oliver Baldus	
27	Elke Barth	
27	Annette Bürger	
27	Jochen Sedullat	
27	Birgitta Thaysen	
28	Maximilian Biagosch	
28	Caspar Ermert	
29	Dieter Siemens	
31	Steven Siebert	



Leben gestalten.
Dafür forschen wir in der Onkologie.

Nach einer Krebsdiagnose können Gefühle der Hoffnungs- und Machtlosigkeit den Alltag bestimmen. Doch auch mit diesem Befund ist es heute oft möglich, ein aktives Leben zu führen und es positiv zu gestalten.

Als forschendes Pharmaunternehmen arbeiten wir gemeinsam mit unseren Partnern vor Ort und weltweit daran, dass erkrankte Menschen wieder am Alltag teilhaben und möglichst unbeschwert leben können. Wir nennen das: Mehr leben im Leben.

Janssen. Mehr leben im Leben.

www.janssen.com/germany

WIR ÜBER UNS
ONKOLOGIE
IMMUNOLOGIE
PSYCHIATRIE
INFEKTIOLOGIE

janssen

Janssen-Cilag GmbH
Auf diesem Bild sind Models zu sehen. Es dient lediglich Anschauungszwecken.