Bootshausnachrichten
der monatliche Newsletter

Dezember 2014

Liebe Wassersportler am Auedamm 53,

die Weihnachtszeit hat begonnen. Das Jahr neigt sich dem Ende und jeder kann es Revue passieren lassen. Wir alle können stolz sein, was wir gemeinsam erreicht haben. Aus einem kleinen Verein wurde ein Verein mit 100 Mitgliedern. Rudern und Drachenboot ist am Bootshaus etabliert und die ersten sportlichen Erfolge konnten erreicht werden. Der Vorstand wünscht allen eine schöne Weihnachtszeit und einen guten Rutsch ins neue Jahr.

1. Rückblick: Werterhaltungsdienst am 01.11.2014

Am letzten Feriensamstag der Herbstferien wurde das Bootshaus winterfertig gemacht. Laub vom Dach, vor dem Haus entfernt, Hallen gesäubert, Boote teilweise bereits poliert und Kleinigkeiten repariert.
Im Vorfeld konnte bereits die Dachrinne mit Abfluss der Achterhalle repariert werden. Nun ist wieder die Halle dicht.
Mit großer Beteiligung konnten alle Arbeiten schnell erledigt werden.
Zum Abschluss wurde bei Sonnenschein mit Grillen der Tag abgeschlossen.

Aufgrund des großen Engagements im ganzen Jahr wird zum Jahresende keine Auswertung über geleistete Arbeitsstunden erfolgen. Alle, die nun ein schlechtes Gewissen haben, zu wenig gemacht zu haben, können nun im nächsten Jahr den Einsatz erhöhen. Für alle anderen wünschen wir uns, dass die Begeisterung des Aufbaus eines neuen Vereins anhält. Nur wer hilft, kann auch mitgestalten.

2. Rückblick: Sonntagsfrühstück 23.11.2014

Aus der Frauenfrühstücksrunde im letzten Winter ist das Sonntagsfrühstück im Winterhalbjahr geworden. Mit großer Beteiligung wurde das erste Frühstück der Wintersaison angenommen.

3. Ausblick: Weihnachtsfeier am 06.12.14

Wie jedes Jahr ist um Nikolaus, Rudern um 14:30 Uhr, Weihnachtsmarkt und anschließend Essen gehen. Wir haben einen Tisch im Postillion bestellt.

4. Ausblick: Besuch Melsunger Weihnachtsmarkt am 16.12.14

Bereits Tradition ist der Besuch an der Appelwinn Bude bei Peter, unserem SG Stern Mitglied. Am 16.12.14 ab 17:00 Uhr geht es auf den Melsunger Weihnachtsmarkt. Immer ein schöner Abschluss vor dem Weihnachtsfest.

5. Jahresrückblick / Wünsche 2015

Wie in den letzten Jahren wird es einen Jahresrückblick geben. Wer hierzu noch Fotos oder Berichte hat, kann Sie bis 19.12.2014 an vorsitz@rvcassel.de senden. Weihnachtszeit – Zeit für Wünsche. Um die Saison 2015 besser planen zu können, kann jeder seine Wünsche uns mal zukommen lassen, damit wir die Saison noch besser planen zu können. Es können bestimmt nicht alle Wünsche erfüllt werden, aber bestimmt einige Anregungen können umgesetzt werden. Bitte bis 11.01.15 die Wünsche an ein Vorstandsmitglied senden:

6. Ausblick: Silvesterrudern/ Neujahrsrudern um 14:30 Uhr

Wenn die Temperaturen es zulassen und die Fulda nicht zugefroren ist, wollen wir das Jahr am 31.12. um 14:30 Uhr mit einer Ausfahrt beenden. Neujahr soll es um 14:30 Uhr in die Saison 2015 gehen.

7. Ausblick: Neujahrsempfang/ Gänseessen: Anmeldeschluss 15.12.14

das Gänseessen verbunden mit einer kleinen Wanderung ist schon zur Tradition geworden.

Der Ablauf hat sich bewährt und wird deshalb nicht verändert.

Termin: Freitag, den 23.01.2015

Ort Gaststätte ZUR KRONE in der Ortsmitte von Körle

Ablauf 17:00 Treffpunkt am Hintereingang der Gaststätte

Wanderung durch die schöne Körler Landschaft

19:00 zurück in der Gaststätte. Dort lassen wir uns das Essen schmecken.

Die Gänse müssen **bis zum 15. Dez.** bestellt werden (die „Januar-Gänse“schmecken doch nicht).

Teilnahme und Gänsebestellung bitte in die Doodle-Liste eintragen:

http://doodle.com/3n78hytgiirbaw6p

Wer keine Gans mag, kann auch nach Karte auswählen. Hierfür ist keine Vorbestellung erforderlich, aber eine Sitzplatzreservierung!

Alfred Knoche/ Jens Gerlach

8. Unser Wintertraining :

Seit 03. November ist Start in die Wintertrainingssaison erfolgt.

Angebot für das Winterhalbjahr:

Montag: Laternenrudern 18:00 Uhr
Für alle, die in der kalten Jahreszeit auch rudern möchte, besteht die Möglichkeit im Großboot (mind. C 2er) mit Laterne zu rudern. Solange die Temperaturen es zulassen wird meistens Werner auch zum Steuern kommen. Angst vor Kälte, Fußsteuer und rudern in der Gruppe sollte man nicht haben. Tipp: Doodle und WhatsApp Nutzen! Alleine am Bootshaus stehen macht kein Spaß!

Dienstag: Fußball in der Soccerhalle Zwehren 19:00 Uhr
Der Kick der Ruderer, oder Spaßfußballer. Schon Tradition der SG Stern und dem RVC, das im Winter in der Halle gekickt wird. Weiß gegen Bunt, Ruderer gegen Mercedes oder Creditreform gegen Bunt….Am Ende gewinnt meistens das letzte Tor. Bitte in die Liste eintragen.

Mittwoch: Lauftreff vom Bootshaus 18:00 Uhr - Jutta
Der Lauftreff ist wie Rudern von jung bis alt und von langsam bis schnell. Vom Bootshaus aus geht es mit einem Lauf ABC Richtung Orangerie. Dort werden die Gruppen aufgeteilt und zum Schluss geht es gemeinsam Richtung Bootshaus. Vielleicht haben wir nächstes Jahr wieder ein Team beim Kassel Marathon.

Mittwoch: Achstiv 18:00 Uhr – SG Stern
Für SG Stern Mitglieder steht am Mittwoch erneut der Fitnessraum zur Verfügung.

Donnerstag: Team Indoor Rowing -Turnhalle Albert- Schweitzer- Schule – 19:00 Uhr
Über das Sportamt Kassel, haben wir nun die Möglichkeit außerhalb der Schulferien, die Halle der Albert- Schweitzer- Schule zu nutzen. Mit 8 Ruderergometern vom TRV ASS und RVC ist für alle Leistungsklassen ein gemeinsames Ergotraining möglich. Mit und ohne Musik im Gleichklang gemeinsam das beste Ganzkörpertraining durchführen. Durch die Anordnung eines Halbkreises besteht die Möglichkeit Haltekorrekturen durchzuführen. Rhythmustraining in der Gruppe ist gleich Training für den Sommer. Bitte in Doodleliste eintragen! Im Anschluss werden noch ein paar Bauch- und Rückenübungen zur Stabilisierung des unteren Rückens trainiert.

Sonntag: Rudern 10:30 Uhr – Bootshaus
Rudern am Sonntagmorgen. Bitte Doodle und WhatsApp nutzen!

Was gibt es noch: 2 Ruderergos am Bootshaus, falls man mal alleine oder zu zweit trainieren möchte.

9. Trainingszeiten:

Montag	Rudern 18:00 Uhr Laternenrudern,http://doodle.com/ht8yankvnfw4x6su
Dienstag	Fußball – 19:00 Uhr Soccerhalle Zwehren ,http://doodle.com/8siw4ttearpf7z79
Mittwoch	Laufen 18:00 Uhr (Jutta Fischer) http://doodle.com/mqrzr6xq4v3r9grn
Mittwoch	Rückenfit Achstiv (nur SG Stern Mitglieder)
Donnerstag	Team Indoorrowing, Turnhalle ASS 19:00 Uhr
	(max. 8 Personen – Jens Gerlach) http://doodle.com/zkgz4fmsud4bg366
Samstag	freies Rudern
Sonntag	10:30 Uhr Rudern (ohne Betreuung)
	http://doodle.com/zthudpe3qdykisfw

10. Termine:

06.12.2014	14:30 Uhr Nikolausrudern
06.12.2014	17:30 Uhr Weihnachtsmarkt Kassel
06.12.2014	19:30 Uhr Weihnachtsfeier
16.12.2014	17:00 Uhr Appelweinbude - Melsungen
31.12.2014	14:30 Uhr Silvesterrudern
01.01.2014	14:30 Uhr Neujahrsrudern
18.01.2015	10:30 Uhr Ruderfrühstück –www.doodle.com/97ivn58bmyfvi8kd
23.01.2015	17:00 Uhr Neujahrsempfang – Wanderung um Körle mit Gänseessen

Mit wassersportlichen Grüßen

Jens Gerlach