

# *Bootshausnachrichten*

## *der monatliche Newsletter*



### **Januar 2018**

Liebe Wassersportler am Auedamm 53,

der Vorstand wünscht allen ein frohes neues Jahr, mit vielen schönen Stunden am Bootshaus und zusammen auf dem Wasser. So wäre es schön, wenn 2018, dem Jahr des fünfjährigen Kooperationsjubiläums des TRV ASS mit dem RVC wieder der Achter im Vordergrund steht. Der Rudersport steht für Teamgeist und Achterrudern in der Gesellschaft. So soll es auch bei uns sein. Wir sitzen alle in einem Boot.

#### **1. Rückblick: Weihnachtsfeier**

Der Samstag, der näher am 6. Dezember liegt, ist Nikolausrudern. So war es auch in 2017, als am 09. Dezember es mit dem Achter um 14 Uhr aufs Wasser ging. Aufgrund starker Strömung konnte nur zur Schleuse gerudert werden. Im Anschluss ging es zum Märchenweihnachtsmarkt in die Stadt. Der Abschluss fand im Casa Columbiana statt. Ein großer Dank geht an Marco Eckhardt und Jens Lattmann, die in 2017 sich für die Festaktivitäten kümmerten.

#### **2. Rückblick: Ergocup Frankfurt**

Der erste Leistungstest für die Saison 2018 erbrachten Max Lichtschlag und Samuel Blatt in Frankfurt bei den offenen Hessischen Ergometermeisterschaften. Beide konnten jeweils persönliche Bestleistungen auf dem Ergo abrufen. Ein toller Einstand in die Wintersaison.4.

#### **3. Rückblick: Heiligabendrudern am 24.12.17**

Bereits 2016 wurde eine Ausfahrt am Heiligabend ein Highlight. In diesem Jahr ging es gleich mit mehreren Booten aufs Wasser. Die Grüße der Ruderer(-innen) gingen direkt an Kassel-Live und waren die Sportler des Wochenendes in der HNA. Doch war das nicht genug, wurden sie noch zum Sportselvie des Monats Dezember gewählt.

## Selfie des Monats

### Ruderer erneut vorn

Die Weihnachtsausfahrt des Rudervereins Cassel 2010 hat sich in mehrfacher Hinsicht gelohnt. Denn das Bild, das bei der Ruder-tour über die Feiertage auf der Fulda entstanden ist, wurde nicht nur zum Selfie des Wochenendes sondern jetzt auch zum Selfie des Monats Dezember gekürt. Damit gewinnen die Kasseler Ruderer einen Gutschein über zwei Kästen Bier nach eigener Wahl von der Baunataler Hütt-Brauerei.

Die Aktion Selfie des Wochenendes geht auch im neuen Jahr weiter. Und so funktioniert es: Das Foto soll von einer Person fotografiert worden sein, die auf dem Bild zu sehen ist. Zusammen mit einer Beschreibung und den Kontaktdaten das Ganze per E-Mail an [sportredaktion@hna.de](mailto:sportredaktion@hna.de) senden oder es auf Facebook bei HNA Sport posten. (red)



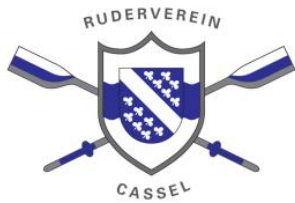
Strahlendes Lächeln: Mit dem Foto von der Weihnachtsausfahrt wurde der Ruderverein Cassel 2010 Selfie des Monats. Foto: privat

#### 4. Rückblick: Silvesterrudern am 31.12.17

Nasskaltes Wetter konnte die letzte Ausfahrt abhalten und so waren zwei Fünfer und ein Dreier zum Schluss auf dem Wasser. Aufgrund des hohen Wasserstandes war ein Rudern nur zur Schleuse möglich.

#### 5. Info: Rudern im Winter

Im Anhang ist der Infobrief „Überleben im kaltem Wasser“



# *Bootshausnachrichten*

## *der monatliche Newsletter*



### **6. Info: Rudern bei Hochwasser – erhöhter Wasserstand**

Die Sicherheit unserer Mitglieder liegt uns sehr am Herzen. So möchten wir nochmals auf die „Wassersportordnung des RVC“ hinweisen. Über die Homepage ist sie immer zum Nachlesen zur Verfügung.

<http://rudervereincassel.de/wp-content/uploads/2015/02/Wassersportordnung-des-Ruderverein-Cassel-2010.pdf>

Neben der Homepage ist sie am Fahrtenbuch ausgehangen. Die Pegelstände sind online <http://rudervereincassel.de/sport/fuldapegel/> abzurufen.

Neben der Wassersportordnung gelten folgende Regeln:

Pegel Gunterhausen über 2,54 Meter– Einstellung des Ruderbetriebes

Pegel Guntershausen zwischen 2,25 - 2,54 Meter – Rudern zur Fuldaschleuse möglich

Pegel unterhalb 2,25 Meter und kein Eisgang oder sonstiges Treibgut ist Rudern auf dem ganzen Ruderrevier möglich.

### **7. Ausblick: Neujahrsempfang am 20.01.18 um 17 Uhr**

Am Samstag, den 20.01.18 fängt das RVC Jahr mit dem Neujahrsempfang an. Um 17 Uhr ist Treffpunkt am Parkplatz Herbsthäuschen in Kassel. Mit Sektempfang am Auto wird gestartet. Im Anschluss wird eine kleine Runde gewandert, bevor es zum Essen in die Gaststätte „Herbsthäuschen“ geht. Über den Doodlelink kann man sich noch bis zum 14.01.18 anmelden: <https://doodle.com/poll/gv473sbwfi5vgm3v>

### **8. Ausblick: Frühstücksrunde am 28.01.18 um 10 Uhr**

Der Winterstammtisch fängt am Sonntag, den 28.01. an. Immer wieder schön mal am Sonntag gemeinsam zu frühstücken. Bitte für die Tischbestellung in die Doodleliste eintragen: <https://beta.doodle.com/poll/6vrc49v4n4zc7avk>

### **9. Abfrage: Wanderfahrt auf der Lahn oder Saale ?**

Die Planungen für 2018 stehen Doch für die Wanderfahrt am 20. bis 22.April stehen zwei Flüsse zur Auswahl. Bitte bis 31.01.18 in die Liste eintragen.

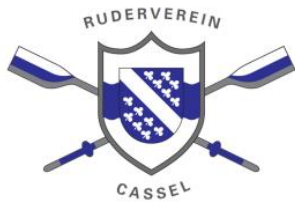
<https://doodle.com/poll/n9ycdai7uuxwx7s4>

Ruderverein Cassel 2010 e.V.

[www.rvcassel.de](http://www.rvcassel.de) / [www.facebook.com/RudervereinCassel2010/](https://www.facebook.com/RudervereinCassel2010/) <https://twitter.com/RudernKassel>

TRV Albert – Schweitzer – Schule

[www.TRVASS.de](http://www.TRVASS.de) / [www.facebook.com/trvasskassel](https://www.facebook.com/trvasskassel)



# *Bootshausnachrichten*

*der monatliche Newsletter*



## **10. Trainingszeiten:**

### **Wintertrainingsplan seit 30.10.2017**

Montag	18:00 Uhr	Laufen – per WhatsApp Gruppe „Laufen“
Dienstag	18:00 Uhr	Fußball
Mittwoch	18:00 Uhr	Laternenrudern – per WhatsApp Gruppe
Donnerstag	19:00 Uhr	Hallenfitness in der ASS Halle – Kölnische Str.
Samstag	13:00 Uhr	Rudern (ohne Betreuung) – per WhatsApp Gruppe
Sonntag	10:30 Uhr	Rudern (ohne Betreuung) – per WhatsApp Gruppe

## **11. Termine:**

20.01.18	17:00 Uhr	Neujahrsempfang
28.01.18	10:00 Uhr	Frühstücksrunde
17.02.18		Langlaufwochenende Oberhof
25.02.18	10:00 Uhr	Frühstücksrunde
02.03.18	17:00 Uhr	Jahreshauptversammlung

Gruß

Jens Gerlach