

Jahresrückblick 2017



# Jahresrückblick 2017



vom Ruderverein Cassel 2010, der Sparte Wassersport der SG Stern Kassel und dem  
Turn- und Ruderverein Albert – Schweitzer – Schule Kassel





## Vorwort:

Liebe Mitglieder des Ruderverein Cassel und der SG Stern Kassel – Wassersport. Wie im letzten Jahr gibt es den Jahresrückblick im RVC Design. Um einen Gesamtüberblick über die Aktivitäten am Bootshaus zu haben, sind auch die die Highlights unsere Kooperationspartners TRV Albert- Schweitzer- Schule mit aufgeführt.

Das Jahr 2017 können wir alle gemeinsam positiv zurückblicken. Wir konnten gemeinsam viele schöne gemeinsame Stunden verbringen, viele neue Gesichter im Verein begrüßen, neue Boote taufen und sportliche Erfolge feiern.

Neben dem Vereinsleben konnte die Kooperation zum TRV ASS weiter verstärkt werden, das Bootshaus weiter verschönert werden, zum dritten Mal einer der größten Benefiz Regatten Deutschlands durchführen und sogar sehr viele gute Presse erfahren.

Wir wünschen allen Mitgliedern, Freunden, Förderern und Interessierten viel Spaß beim Jahresrückblick 2017 und wünschen allen ein gesundes und erfolgreiches Jahr 2018.

Der Vorstand des RVC

Spartenleitung SG Stern Wassersport

## Wintertraining 2016 /17



Im Winter gibt es viele Möglichkeiten um sich im RVC/ SG Stern fit zu halten. Ob Winterrudern, Laternenrudern, Hallenfußball, Ski Langlauf, Alpin oder Joggen. Mit den vielen Aktivitäten war der Winter schnell vorbei.

## Neujahrsempfang mit Gänseessen

Der diesjährige Neujahrsempfang wurde erneut in Kassel organisiert. Zuerst ein Begrüßungssekt, Wanderung in Wilhelmshöhe und anschließendem Gänseessen im Gasthaus Herbsthäuschen. Immer wieder ein toller Anfang einer neuen Saison. Mit über 40 Mitgliedern ein super Auftakt in das neue Jahr. Gleichzeitig wurden die Ergebnisse der Mitgliederbefragung bekannt gegeben.



## Frühstückrunde im Winterhalbjahr

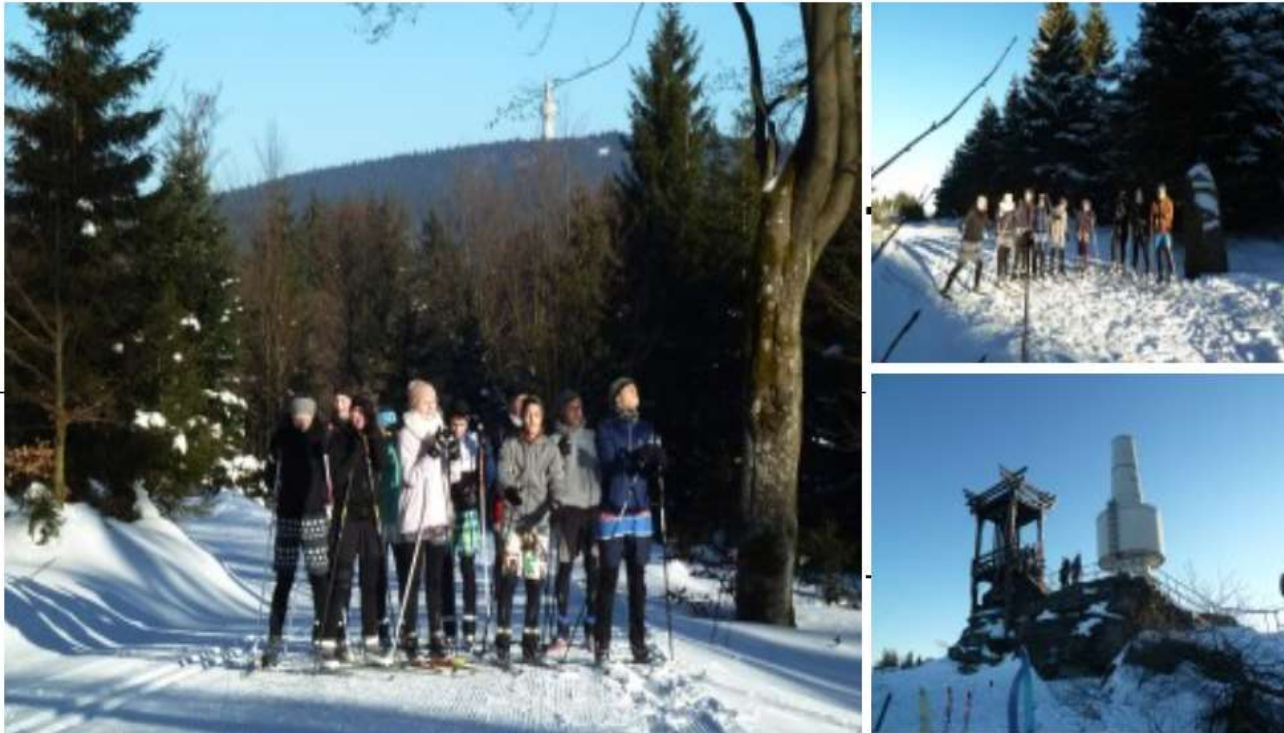
Einmal im Monat geht es zum frühstücken in Kassel. Dank Andrea Mai immer ein schöner Sonntag.

 FRÜHSTÜCK  
MIT FREUNDEN



## TRV in Fichtelberg

Immer vor den Halbjahreszeugnissen geht es zum Ski Langlauf nach Fichtelberg. Die Bilder sind selbstsprechend mit guter Stimmung und perfekten Bedingungen.



## Ski Langlauf Wochenende in Oberhof

Seit Jahren ein guter Ausgleich und erstes Konditionstraining im Thüringer Wald. Ski Langlauf in der Gruppe macht jedes Jahr Spaß. Bei guten Pistenbedingungen konnte das Trainingspensum am ganzen Wochenende gut genutzt werden.





## Bootswartelehrgang in Berlin

Stefan Wurthmann und Matthias Blatt nahmen am Bootswartelehrgang der Bootswerft BBG in Berlin teil. Nun sind die neuen Bootswarte fit für die Reparaturen an den Booten. Trotz der Ausbildung ist jedes ganze Boot besser, als jenes was repariert werden muss. Vorsicht bei der Ausfahrt, damit die beiden auch weiterhin genügend Zeit für den Sport haben.



## Wir im Verein: Ruderverein Cassel

Von **Laura Franz** - 22. Februar, 18:00

0



Heute ist „Kassel Live“ zu Gast beim Ruderverein Cassel 2010 e.V, der am Auedamm 53 beheimatet ist. Der Verein wurde 2010 gegründet und zählt derzeit rund 150 Mitglieder. In den Wintermonaten trainiert die Gruppe immer mittwochs und an den Wochenenden, im Sommer trifft man sich täglich zur Ausfahrt. „Wir trainieren alle gemeinsam, unabhängig von Altersgruppe oder Leistungsstand“ sagt der 1. Vorsitzende Jens Gerlach (Zweiter von vorne). Gerudert wird im Einer, Zweier, Vierer oder Achter. Der Mitgliedsbeitrag beträgt 15 Euro pro Monat. Weitere Informationen und Kontaktdaten findet Ihr [hier](http://www.rudervereincassel.de).

## Wir im Verein: Ruderverein Cassel

Von **Laura Franz** - 22. Februar, 18:15

0



Aufgrund des Regens geht's für die Wassersportler des Rudervereins Cassel 2010 e.V. heute in überschaubarer Runde auf die Fulda. In zwei Dreier-Booten legten (von links) Kirsten Lindner, Matthias Platt, Stefan Wurthmann, Tanja Kurzeknabe, Andrea Mai und Jens Gerlach soeben am Auedamm 53 zum „Laternenrudern“ ab. Neben dem regelmäßigen Training trifft sich die Gruppe auch zu anderen Aktivitäten. „Wir gehen gemeinsam frühstücken oder grillen auf dem Vereinsgelände“, sagt Mai, die seit 2011 Mitglied ist. Für sie war das soziale Miteinander ein Grund für den Beitritt in den Verein.

Start › Kassel live › Wir im Verein...

## Wir im Verein: Ruderverein Cassel

Von **Laura Franz** - 22. Februar, 18:33

0



Was zeichnet den Rudersport aus? Die Mitglieder des Rudervereins Cassel 2010 e.V. sind sich einig: Das Training in der Natur und die „Ganzkörperfitness“. „Beim Rudern werden nahezu alle Muskelgruppen trainiert. Besonders gut ist es für den Rücken“, sagt der 1. Vorsitzende Jens Gerlach. Außerdem sei das Rudern eine Sportart für jede Altersgruppe. „Unser jüngstes Mitglied ist 14, der älteste in der Gruppe 79 Jahre alt.“ Wenn euch nun der Sinn nach einem Probetraining steht: Kontakt zum Verein kann über die [Homepage](http://www.rudervereincassel.de) aufgenommen werden.

## Maximilian Ludwig – Sieger Ergo Cup Neckarelz

Beim Ergo Cup in Neckarelz gewinnt Max Ludwig die Junioren A Wertung.



## 43. Winterlaufserie in Ahnatal

### 5. Lauf Winterlaufserie 5 Km am 12.03.2017

#### Ergebnisliste - W30

Rng	Snr	Name, Vorname	Verein/Ort	Land	Jg	Ak	Endzeit
1	504	Grüneberg, BB	Sportfreunde Griller		82	W30 1	25:49,9
2	552	Graf, Corinna	LG Vellmar		82	W30 2	26:21,1
3	538	Gerlach, Katrin	RVC 2010		81	W30 3	27:34,6
4	551	Schenk, Mareike	LG Vellmar		84	W30 4	28:12,3
5	524	Rudolph, Nadja	lauf-freuNde		81	W30 5	32:14,4

### 5. Lauf Winterlaufserie 5 Km am 12.03.2017

#### Ergebnisliste - W50

Rng	Snr	Name, Vorname	Verein/Ort	Land	Jg	Ak	Endzeit
1	520	Nöding, Beatrix	LC Marathon Rotenburg		61	W50 1	24:10,5
2	564	Kühn, Marianne			66	W50 2	25:42,7
3	506	Banschbach, Heike	MT Melsungen		65	W50 3	25:51,1
4	519	Fischer, Margita	LG Vellmar		64	W50 4	26:32,5
5	518	Zindel, Doris	LG Vellmar		62	W50 5	27:19,6
6	543	Helferich, Heidi	LG Vellmar		60	W50 6	28:20,7
7	537	Fischer, Jutta	RVC 2010		62	W50 7	28:50,2
8	550	Keßler, Petra	LG Vellmar		65	W50 8	28:54,2
9	531	Bergmann, Sabine	Immo Runners		66	W50 9	30:08,7

Eine Abwechslung neben dem Lauftraining am Bootshaus, war die Teilnahme an der Winterlaufserie in Ahnatal im März.

## Saisonstart 2017 am 26. März

Beim Anrudern des RVC und des Kasseler Regattaver eins ging es am letzten März Sonntag aufs Wasser.



## Saisonstart 2017 am 26. März

Nach dem Anrudern, war das erste angrillen angesagt.





## Gemeinschaftsdienst Frühjahr

Nach den Osterferien wurde das Bootshaus sowie die Boote für die Saison fit gemacht. Mit großer Beteiligung gingen die Arbeiten schnell von der Hand.

Nach der Arbeit freuten sich alle auf die frisch gegrillten Bratwürste.



## Tageswanderfahrt Edersee



Ende April, alle hoffen auf den Frühling, doch der Winter wollte nicht enden. Eine Fahrt auf den Edersee bei vollem Wasserstand ist immer eine Reise wert.

So fing die Wanderfahrtsaison mit dem Edersee am 22. April an.

## Paderborner Osterlauf

Ostern sich ausruhen...nein, da laufen wir mal einen Halbmarathon in Paderborn. Melanie Faust und Magda nutzten das gute Wintertraining für einen netten Abschluss über 21 km!



## Jugendsportlerehrung der Stadt Kassel

Die erfolgreiche Crew vom ASS konnte die Jugendsportlerehrung im blauen Saal genießen.



# 1. Sportgala der Stadt Kassel

Bei der ersten Sportgala war der RVC mit dabei. Ein toller Abend mit Show, Tanz und Gemütlichkeit.



## Schnupperrudern April

An zwei Terminen wurde Schnupperrudern an unserem Bootshaus sehr gut angenommen. Insgesamt haben dieses Jahr 32 Kursteilnehmer das Rudern erlernt.



## Steuermannslehrgang

Zum vierten Mal wurde ein Steuermannslehrgang mit Verkehrsregeln durchgeführt. Neben der Theorie kam auch der Praxisanteil zum Zuge.

### Zusammenfassung: die wichtigsten Regeln für gutes Steuern

1. Immer auf andere und insbesondere schwächere Verkehrsteilnehmer **Rücksicht nehmen**
2. Jederzeit **konzentriert und aufmerksam** sein
3. Der **Berufsschiffahrt ausweichen**, deutlich anzeigen mit weitem Abstand; insbesondere beim Überqueren des Flusses
4. Die **Steuerleine straff gespannt** halten und nicht um den Körper des Steuermanns schwingen
5. Steuer nur **leicht eingeschlagen** und weich betätigen
6. **Effizient und auf lange Sicht steuern**: so wenig wie möglich und wenn, nur an der Steuerleine ziehen, wenn die Blätter außerhalb des Wassers sind.
7. **Vorsicht beim Treibenlassen**, Steuern ist dabei nicht möglich
8. **Wenden nur unterhalb von Hindernissen** wie Brückenbögen
9. Bei langen und hohen Wellen das **Boot parallel zu den Wellen legen** und die Wellen „abreiten“.
10. Immer **gegen die Strömung an- und ablegen** (bzw. gegen den Wind)



## Tag des Wassersports am 01.05.17

### Wassersport: Aktionstag und Bootstaufe

KASSEL. Bereits zum fünften Mal veranstalten der Ruderverein Cassel 2010, der Turn- und Ruderverein Albert-Schweitzer-Schule und die Sportgemeinschaft Stern den Tag des Wassersportes.

Besucher können am Montag, 1. Mai, am Bootshaus der Albert-Schweitzer-Schule, Auedamm 53, ab 10.30 Uhr in die Bereiche Rudern und Paddeln schnuppern. Um 14 Uhr wird ein Boot getauft. Gleichzeitig feiert der Turn- und Ruderverein der Albert-Schweitzer-Schule seinen 110. Vereinsgeburtstag. (ria)

[www.rvcassel.de](http://www.rvcassel.de)

12:47 Uhr, 28.04. · Redaktion Kassel-Live · 0 Kommentare

### Tag des Wassersports am 1. Mai

Am 1. Mai findet zum fünften Mal der „Tag des Wassersports“ des [Ruderverein Cassel 2010 e.V.](http://www.rudervereincassel.de) statt, der diese Veranstaltung gemeinsam mit dem TRV Albert-Schweitzer-Schule und der SG Stern Kassel Wassersport ausrichtet. Von 10 bis 16 Uhr wird gerudert, gepaddelt und gefeiert. Um 11 Uhr besteht die Möglichkeit eines Schnupperruderns. Um 14 Uhr findet eine Bootstaufe statt. Der Turn- und Ruderverein der Albert-Schweitzer-Schule feiert zudem seinen 110. Vereinsgeburtstag. Die Veranstaltung findet am Bootshaus der Albert-Schweitzer-Schule am Auedamm 53 in Kassel statt.



**Kassel LIVE**

Ein Blog der **HNA**



## Tag des Wassersports am 01.05.17

Bootstaufe beim TRV ASS und RVC. Es konnte 1 Gig- Vierer/ Fünfer auf den Namen Lahn getauft werden. 2 ASS Schüler mit zwei ehemaligen ASS Schülern, die nun vereint im RVC sind machten die Jungfernfahrt auf der Fulda.



## Tag des Wassersports am 01.05.17

Die letzte Ausfahrt der „Trotzalledem“. Das älteste Boot Kassels, was in mühevoller Handarbeit von Manfred Bröcker und Werner Gerlach vor dem damaligen Maifeuer gerettet wurde. Nach gut 90 Jahren darf es nun im „Bootshausmuseum“ die neuen Boote beobachten.



## Tag des Wassersports am 01.05.17

Ergofahren, Rudern, Drachenboot und Paddeln, das alles gab es beim Tag des Wassersports.



## TRV bei der Schülerregatta Kassel

Bei der Schülerregatta in Kassel, die zum großen Teil von Klaus Reitze organisiert wird, waren die Schüler vom TRV ASS erfolgreich.





110 Jahr jung und kein bisschen müde, der TRV ASS.

Wir gratulieren zum Geburtstag und freuen uns mit einem der erfolgreichsten Schulrudervereine kooperieren zu können.





## Anfängerkurse

In diesem Jahr konnten wieder viele unter dem Gütesiegel das Rudern erlernen.

Über die Kurse konnten wir viele neue Gesichter in der RVC Familie begrüßen.



**Deutscher  
Ruderverband**



## Aufbaukurse

Zum zweiten Mal gab es Aufbaukurse. Für Sportler die im letzten Jahr das Rudern erlernt haben gab es die Möglichkeit weitere Tipps und Kniffe von Oliver Quickert und Michael Fischer zu bekommen.

Ohne die Hilfe der beiden wäre der Erfolg in 2017 nicht möglich gewesen. Dieser offene Kurs wird auch in 2018 weitergeführt.

Danke an Oli und Michael ! Das war Spitze !

## MuMM 50 Rudern (maßvoll und motiviert mitmachen über 50 Jahre)

Nicht nur am Abend wird gerudert. Der Mittwochmorgen gehört den MuMM 50 Ruderern. Für alle, die mal Urlaub haben, oder nicht am Vormittag arbeiten müssen. Eine tolle Truppe, bei der jeder mitrudern kann.





## Der Fragebogen

# Rudertrainer Jens Gerlach

Meist äußern sich Sportler nur zum aktuellen Geschehen und den Wettkämpfen. Wir wollen in unserem Fragebogen mehr wissen. Heute antwortet Rudertrainer Jens Gerlach vom Casseler Ruderverein 2010.

**1. Sie dürfen ein sportartübergreifendes Allstar-Team mit den fünf besten Sportlern der Geschichte zusammenstellen. Wie sähe dies aus?**

JENS GERLACH: Sven Fischer - (Biathlon) - bei minus 20 Grad ohne Handschuhe und trifft ins Schwarze.

Andy Brehme - (Fußball) - er macht die entscheidenden Elfmeter rein.

Steven Redgrave - (Rudern) - fünfmal Gold in Folge, mehr

geht wirklich nicht. Boris Becker - (Tennis) - er spielt drei Asse, auch wenn er 0:40 hinten liegt. Andreas Wolff - (Handball) - er hält den Kasten sauber.

**2. Welche drei prominenten Telefonjoker würden Sie bei „Wer wird Millionär?“ nominieren?**

GERLACH: Heitt Anders, meinen ehemaligen Lehrer - weil er anderen Unterricht gemacht und ein enormes Allgemeinwissen hat.

Stefan Raab - er ist ein Zocker und verliert so ungern.

Franz Beckenbauer - wird schon sagen: ...schau'n mer mal.

**3. Welchen Wunsch würden Sie sich erfüllen, wenn Sie**

**im Lotto einen Millionenbetrag gewinnen?**

GERLACH: Ich würde dem RV Cassel 2010 ein Bootshaus mit Kraft- und Wellnessraum bauen sowie einen Schulraum für den Nachmittagsunterricht der ASS- Schüler.

**4. Wobei können Sie am besten entspannen?**

GERLACH: Beim Rudern auf der Fulda.

**5. Welches Ritual haben Sie vor einem Wettkampf?**

GERLACH: Es gibt zwei: Erstens einmal mit dem Rad um die Strecke fahren, zweitens Boot putzen und nachmessen.

**6. Wen oder was vermissen Sie in Nordhessen?**

GERLACH: Die Schweizer Berge.

**7. Wie lautet Ihr Lieblingsswitz in aller Kürze?**

GERLACH: „Heitt Doktor ich komme mir so unglaublich überflüssig vor.“ - „Der Nächste bitte!“

**8. Was sollte in Ihrem Sport zusätzlich erlaubt oder verboten sein?**

GERLACH: Es sollte mehr Olympische Bootsklassen mit Leichtgewichtsrudern geben.

**9. Was würden Sie gern an sich ändern?**

GERLACH: Etwas mehr Ruhe, anstatt immer Volldampf

**10. Wie sehen Sie sich selbst? Schicken Sie uns Ihre Antwort per Selfie.**



Jens Gerlach

• Jens Gerlach im Steckbrief:

Alter: 43 Jahre

Wohnort: Vellmar

Beruf: Fertigungsplaner in einem Kasseler Automobilunternehmen

Privat: verheiratet, ein Kind



# Fortgeschrittenenkurse

Im Frühjahr gab es 2 F- Kurse mit Michael Fischer

## Anbei noch die Tips vom Kurs 2015:

*Unsere neue Startposition ist nun die Rücklage, die Arme dicht am Körper unter der Brust – wir sind ja auf dem Ergometer. Im Boot würden nun die Blätter schwimmen.*

*Es folgt die schnelle Umkehr: Skulls nach unten drücken, Hände 10 cm nach vorn schieben und den Oberkörper dabei senkrecht aufrichten – alles in einer Bewegung und das möglichst schnell.*

*Die Hände werden dann bis zu den Knien weitergeführt, erst dann setzt die Rollbewegung nach vorn ein.*

*Ab den Fußspitzen werden die Blätter aufgedreht, und wir rollen weiter in die Vorlage bis der Oberkörper auf den Schenkeln liegt...so gut es eben geht, manchmal ist da was im Weg....*

*In der Vorlage sind die Blätter – wir denken sie uns immer noch – senkrecht aufgedreht dicht über der Wasseroberfläche.*

*Das Eintauchen der Skulls ist ganz einfach: der Oberkörper wird aufgerichtet, die Schultern und Hände bleiben wo sie sind und die Skulls tauchen wie von selbst ins Wasser ein, natürlich in der richtigen Höhe – rein theoretisch.*

*Einsetzen und den Druck des Wassers spüren – okay ohne Wasser etwas schwierig, aber wir arbeiten ja auch mit mentalen Bildern.*

*Und Durchzug – Halt, nicht mit den Armen beginnen, sondern die Beine drücken uns weg vom Trittbrett, die Beine bleiben gestreckt bis die Hände auf Höhe der Knie sind, erst dann beginnt die Armarbeit.*

*Und nun ziehen die Arme die Skulls bis wir in der Rückenlage sind und am Punkt 1 von 9.*

## Sonnenaufgangsrudern

Nichts für Langschläfer....Samstag um 6 Uhr ging es aufs Wasser...Die Natur mal ganz anders erleben.

### Sonnenaufgangsrudern

31. April 2017 / in Breitensport / von Jöns Gerlach



Samstag 6:00 Uhr, beste Ruderzeiten! So startete heute Morgen das erste Boot in das Wochenende mit dem Sonnenaufgangsrudern. Im Anschluß ging es noch zum gemeinsamen Frühstück in die Stadt.

#RudernKassel #RudervereinCassel

## Saison Max Ludwig kämpft um DJM Teilnahme

Max Ludwig sein großes Ziel, war die Teilnahme an der Deutschen Jugendmeisterschaft.

Spät erst fand er in der Saison seinen Riemenzweier Partner und somit fehlten die Trainingskilometer. Doch kämpfte das Duo bis zur letzten Regatta um die Chance in den ersten Hessenachter. Trotz Laufsieg bei der Internationalen Hamburger Regatta reichte es nicht für die Teilnahme an der DJM.

Nun gilt es sich für die nächsten Aufgaben, dem Abi und die Zukunft vorzubereiten.



## Sieg für Max Lichtschlag

Für Max Lichtschlag war die Saison der Einer angesagt. Aufgrund der unterschiedlichen Jahrgängen blieb ihm nichts anderes übrig. Mit Siegen in Bremen und Kassel, sowie dem Vereinsmeistertitel zeigte er was er kann.



## Kasseler rudern in Bremen zu zwölf Siegen

**BREMEN.** Zwölf Siege fuhr das Team Kassel der Vereine des Wilhelmsgymnasiums (WG), Ruderverein Kurhessen (RVC), Rudergesellschaft (RGK), Ruderverein (RVC) und des Friedrichsgymnasiums (FG) bei der Bremer Ruderregatta.

Bei den B-Junioren (15/16 Jahre) fuhr Jule Böckmann (RGK) ein furioses Rennen und eine Bootslänge Vorsprung heraus. Max Lichtschlag (RVC) gewann zwei seiner Rennen. Auch die A-Juniorinnen Indra Rameil und Theresa Heß (RKC) setzten sich durch.

Daneben fand die Jungen- und Mädchen-Regatta statt. Über die Langstrecke gewann der Vierer (12-14 Jahre) des FG mit Lene Marie Lester, Merle Klingenbiel, Anastasia Andreyeyeva und Annika Lange ebenso wie die Doppelzweier des WG. Die Zwillinge David und Emanuel Wiczorek sowie Matteo Wittig und Leonard Krug siegten erstmals überhaupt. Bei den Kinder-Rennen über 700 m gewannen Henry Liese (RGK) im Einer, Wittig und Krug (WG) im Doppelzweier, Andreyeyeva und Lester (FG) ebenfalls im Doppelzweier, Klingenbiel (FG) im Einer und Malou Wollenhaupt (RGK) mit Annika Dörsing (RVC) im Doppelzweier. (red)



HNA

## Leo Meldau im Hessenvierer

Leo war 2017, der erfolgreichste Sportler im RVC. Er gewann auf jeder Prüfungsregatta vor den Deutschen Jugendmeisterschaften und nahm im Hessenvierer bei der DJM teil. Hier gewann die Crew das B-Finale und wurde 7. von allen Mannschaften.

## Rudern: Meldau und Ludwig auf Platz eins

**KASSEL.** Bei der Internationalen Junioren-Regatta in München feierten die beiden Kasserler Ruderer Leo Meldau und Maximilian Ludwig vom Ruderverein Cassel 2010 je einen Sieg. 2500 Starter aus 16 Nationen waren bei der Veranstaltung am Start.

Im Leichtgewichtsdoppelvierer mit Steuermann in der Alterklasse U17 lag Leo Meldau mit dem Hessen-Vierer vor dem Bayernvierer. Im Einer wurde Meldau in seinem Lauf Dritter.

Ludwig erreichte im Zweier ohne der U19-Klasse das dritte Finale. Am zweiten Tag ruderte er in Renngemeinschaft im Achter und gewann seinen Lauf und bescherte den zweiten Sieg für das Wochenende. Nächste Station der Talente ist die Juniorenregatta in Köln. (red)



## Regatta Kassel

Auf der Heimregatta konnten wieder viele Siege errungen werden.

Nach nur kurzer Zeit schaffte es Samuel Blatt zu seinem ersten Sieg und das im ersten Rennen seiner Karriere.



VON CARINA WAGENER .....

**KASSEL.** Zuerst geht Steuerfrau Luisa Blumenstein über Bord, dann springen die acht Jungs des Friedrichsgymnasium-Achters hinterher: In 3:04 Minuten hatten sie die 1000 Meter im Stadtachter bei der 81. Kasseler Ruder-Regatta zurückgelegt und sich überraschend vor dem RV Kurhessen-Cassel ins Ziel geschoben.

### DIE STADTMEISTER

„Wir sind voll motiviert ins Rennen gegangen und am Start schnell weggekommen“, freute sich Jonathan Schmid vom FG mit der Sieger-Bratwurst in der Hand. „Am Ende sind wir zwar noch mal richtig ins Schwitzen gekommen, aber man merkt, dass wir alle an der gleichen Schule das Rudern gelernt und die gleiche Mentalität haben.“

### DIE LOKALMATADOREN

Alles ist gut organisiert: Ein Rennen nach dem anderen

geht reibungslos über die Bühne. Aus Kasseler Sicht durchaus erfolgreich: Im Juniorinnen-Einer etwa setzt sich Fabienne Schmallenbach vom Ruderverein Kurhessen Cassel durch, im Junioren-Einer können Sören Hohbein (RG



Sören Hohbein

Kassel), Samuel Blatt (RV Cassel 2010) und Leander Fuhrhans (RV Friedrichsgymnasium) drei Abteilungs-siege einfahren. Jan Böe, Sascha Richter, Luis Holzhauer und Jan Elvert sichern sich Platz eins im Doppelvierer der Männer. Zahlreichen Nachwuchsrudern gelingt die Qualifikation für den Bundeswettbewerb in Brandenburg.

### DIE VERANSTALTUNG

1400 Sportlerinnen und Sportler aus ganz Deutschland sind am vergangenen Wo-

## Stadtmeisterschaften Kassel

Sieg im Stadtschülerinnen Vierer!

2017 war es wieder soweit. Der Sieg im Stadtschülerinnenvierer ging ans ASS!





## Landessieger und 6. beim BW in Brandenburg

Annika Dörsing vom TRV ASS gewann beim Landesentscheid mit Ihrer Kasseler Partnerin. Als „Hessenmeisterin“ ging es zum Bundesentscheid nach Brandenburg. Am Ende war es der 6. Platz. Eine tolle Leistung der beiden Sportlerinnen.



## Sommerstammtisch

Am ersten Sonntag und später am ersten Freitag des Monats war Grillzeit am Bootshaus.

Auch in 2018 soll diese Tradition weitergeführt werden.



## Wanderfahrt auf der Lahn

In diesem Jahr stand der zweite Teil der Lahn auf dem Programm.

Tolle Landschaft, toller Sport, tolle Leute....so macht Wanderrudern Spaß.



## Midsommernachtsrudern

Midsommernachtsrudern...

ein super Highlight im Frühsommer  
mit Einkehr zum Finkenherd.

Besonders für die Kursteilnehmer  
immer wieder ein schöner Abschluss  
des Kurses.





## Schweizer Meisterschaft



Der Vorsitzende Jens Gerlach kann es nicht lassen und fuhr erneut bei den Schweizer Meisterschaften mit. Mit Erfahrung und Ehrgeiz konnte die Goldmedaille errungen werden.

Auf dem Rotsee, dem Göttersee zu rudern ist immer ein tolles Erlebnis.



## Fahrt über das Wehr

Trotz Schließung des Fährmanns ging es in 2017 über das Wehr. Wie immer ein schönes Erlebnis.

Ein schöner Ausflug über das Wehr. Auf ein neues in 2018 !



## Wanderfahrt Unstrut/Saale

In diesem Jahr ging eine Fahrt auf die Unstrut und auf die Saale.

Bei tollen Wetter eine schöne Wanderfahrt.



## LE Jugend trainiert für Olympia

12. JUNI 2017

# Landesfinale Jugend trainiert für Olympia 2017

### **Drei Podestplätze für die ASS**

Die Albert Schweitzer Schule hat beim diesjährigen Landesentscheid mit zwei Mannschaften in vier Rennen teilgenommen.





# Wir sind Zisselkönigin...Anna-Lena Knauf Oberhaupt des Zissels 2017

Samstag, 29. Juli 2017

Kassel

## Eine Königin nicht nur am Ruder

Die 23-jährige Anna-Lena Knauf repräsentiert neben Prinzessin und Fullenixe den Zissel

VON ANN-CATHRIN BERNHARDT  
UND ULRIKE PFLÜGER-SCHERR

**KASSEL.** Anna-Lena Knauf muss gar nicht über die Frage nachdenken, ob sie sich vorstellen könnte, in einer anderen Stadt außer in Kassel zu leben. „Nein“, ist die prompte Antwort der 23-Jährigen. Einerseits sei Kassel schon eine Großstadt, andererseits doch überschaubar. Das gefalle ihr. Zudem liebt die gelernte Rechtsanwalts- und Notarfachangestellte, die in einem Unternehmen im Landkreis Kassel arbeitet, die Fulda.

Von daher passt es sehr gut, dass Anna-Lena Knauf im Juni zur neuen Zisselkönigin gewählt wurde. Bei der Wahl im Nautic-Club überzeugte die Kasselerin das Publikum mit ihrer sympathischen Art und einem dreifachen „Fullewasser, Fullewasser hoi, hoi hoi!“ gleich zu Beginn ihrer Vorstellung. „Ich bin nicht auf den Mund gefallen“, sagt Anna-Lena Knauf. Das sei beim Publikum wohl gut angekommen.

Durch ihr Hobby ist sie zum Zissel gekommen: Seit zwei Jahren ist Anna-Lena Knauf Mitglied beim Ruderverein Cassel 2010 (RVC), durch den sie auch auf die Wahl zur Zisselkönigin aufmerksam geworden ist. „Eigentlich wollte ich Fullenixe werden“, sagt die junge Frau. Aber dieses Amt war bereits an Sarah Klankers vergeben worden. So stellte sich die Ruderin der



Sie steht an der Spitze des Dreigestirns: Die Ruderin Anna-Lena Knauf wurde zur Zisselkönigin 2017/2018 gewählt.

Foto: Schachtschneider

Wahl zur Königin und gewann vor Vanessa Wojciechowski, die ihr als Prinzessin zur Seite steht. Egal ob Königin, Prinzessin oder Nixe – das mache keinen hierarchischen Unterschied. „Wir sind ein Dreigestirn und verstehen uns als Team.“

Die Momente, die Anna-Lena Knauf als neue Königin bereits erleben durfte, sind nach ihrer Aussage „einmalig und kaum zu beschreiben“. Sie freut sich vor allem darauf, das Hissen des Zissel-Härings und den Wasserfestzug dieses Jahr aus einer anderen Per-

spektive miterleben zu dürfen. Zudem ist sie sehr gespannt darauf, viele neue Leute kennenzulernen. So wie Ministerpräsident Volker Bouffier, bei dem sie zum Empfang nach Wiesbaden eingeladen wird, oder Oberbürgermeister Christian Geselle. „Für den

wird das doch auch etwas Besonderes sein, der erste Zissel als Oberbürgermeister.

Daran wird er sich lange erinnern“, sagt die 23-Jährige.

Dem Oberbürgermeister wird die Königin aber keine Tipps geben, was er in der Stadt besser machen könnte. „Ich würde in Kassel gar nichts ändern. Ich fühle mich hier wohl, wie es ist“, sagt die 23-Jährige, die in Wolfsanger aufgewachsen ist und hier auch noch lebt. Für die Hoheit der schönsten Stadtteil Kassels.

Von ihrer Familie und von ihrem Freund bekomme sie tatkräftige Unterstützung für ihr neues Amt. Wenn in einem Jahr ihre Zeit als Königin abgelaufen ist, kann sie sich gut vorstellen, sich weiterhin ehrenamtlich für den Zissel zu engagieren.

Und wie bereitet sie sich für das große Fest am nächsten Wochenende, 4. bis 7. August, vor? Für den Drachenboot-Cup habe sie schon fleißig Paddeln geübt, verrät die Königin. Ansonsten mache sie sich aber keine Gedanken über eine Vorbereitung, wie zum Beispiel „Ausdauertraining oder lange wach halten“.

## Häringshissen



Ein Blick von der Königin auf ein von unserer Boote. Mit großer Anzahl waren wir wieder dabei, als der Häring gehisst wurde.

## Lichterfahrt

Die Lichterfahrt nach dem Häringshissen war für alle ein Erlebnis.



## Zissel Achter-Cup



## Festumzug Zissel

Tolle Aktion in diesem Jahr, gleich mit zwei Booten beim Wasserfestumzug. Das Motivboot wurde erneut von Stephan Gerlach organisiert. Eine tolle Präsenz beim größten Volksfest in Kassel.

Fullewasser, Fullewasser, Fullewasser hoi hoi hoi...



## Stadtlauf 2017

Bei diesjährigen Stadtlauf nahmen fünf Sportler teil. Eine tolle Sache! Danke an Laura für die Orga!

Auch in 2018 soll diese Tradition weitergeführt werden.



## Teamevent Heidelberg

Das diesjährige Teamevent ging nach Heidelberg. Die Gemeinschaftsveranstaltung mit der SG Stern Wassersport ging es mit dem Stern zuerst nach Eberbach zur Bootswerft Empacher. Eine tolle und interessante Führung durch die Bootsmanufaktur zeigte die vielen Arbeitsschritte bis zum fertigen Boot.



## Teamevent Heidelberg

Rudern auf dem Neckar. Tolle Landschaft, aber viele Schleussen, so verbrachten wir mehr Zeit vor der Schleuse als auf der Strecke. So schätzt man erst wieder das heimische Ruderrevier ohne Berufsschiffahrt.





## Teamevent Heidelberg

Traditionell steht am dritten Tag Kultur auf dem Programm. Dank des besten Stadtführers von Heidelberg war die Stadtführung ein tolles Erlebnis. Vielen Dank an Florian Diegelmann für die gute Organisation des ganzen Wochenendes.



## Regatta Limburg

Nach der Sommerpause ging es für die Regattaruderer auf die Lahn nach Limburg.

Strahlende Sieger vom RVC kamen zurück nach Hause.

Herzlichen Glückwunsch!



## Kassel Sportlich – Wir machen mit bei der Aktion der Stadt Kassel



### Kassel sportlich: Schnupperkurs auf der Fulda beim Ruderverein Cassel

Dein Platz im Achter ist noch frei!

KASSEL.DE

## Kassel Sportlich mit dabei – Abschluss des Ruderurses

Kassel buntgemischt bei der STAR CARE Regatta. Ein toller Abschluss des Sommerruderurses.



## STAR CARE – Sammeln für die Streetbolzer

Für Sie haben wir gesammelt...die Streetbolzer aus Kassel.....und die Integrationsweltmeister aus Kassel machten auch auf dem Wasser eine gute Figur, nicht nur auf dem Fußballplatz.

<http://www.streetbolzer.com/>



## STAR CARE - Regatta

Das soziale Engagement des Ruderverein Cassel ist jährlich schwererziehbare Jugendliche, neben Einzelsportarten auch eine Teamsportart beizubringen.

Für viele eine sehr große Herausforderung im Team eine Sportart auszuüben. Wir hoffen, das einige der Jugendlichen wieder auf den richtigen Weg kommen und etwas für das Leben gelernt haben.



## Vereinsmeisterschaft - Vereinseiner

Neues Event zur STAR CARE Regatta – der Vereinseiner.

Wir gratulieren den ersten Siegern – Annika Dörsing und Max Lichtschlag !



## STAR CARE – Regatta - RVC Team

Auch in diesem Jahr konnten wir einen RVC Achter stellen. Für alle, die kein Firmenteam zusammenbekommen haben, eine Möglichkeit etwas Gutes zu tun und dabei noch Spaß zu haben.







## STAR CARE – Regatta – RVC/ SG Stern Drachenboot Team

Unser Team der Achsdrachen startete bei der STAR CARE Regatta. Trotz krankheitsbedingter Ausfälle konnte das Team wieder einen Platz im vorderen Bereich erreichen.



## STAR CARE - Regatta

### Lokaler Service



### Rudern für die kleinen Kicker

Bei der diesjährigen Star Care Benefiz-Regatta konnten 5500 Euro Spendengelder gesammelt werden. Organisiert wird die Regatta vom Ruderverein Cassel 2010 (RVC), dem SG Stern Kassel (SGS) und dem Ruderverein der Albert-

Schweitzer-Schule (ASS). Das gesamte Meldegeld geht jedes Jahr an die Hilfsorganisation Star Care Hessen. Star Care unterstützt Projekte in Kassel für hilfsbedürftige Kinder in der Region. In diesem Jahr gehen die Spendengelder an das Pro-

jekt Streetbolzer Kassel. Auf dem Foto sind Jürgen Tirann (Daimler AG), Anna Lena Knauf (Zisselkönigin), Jens Gerlach und Klaus Reitze vom Ruderverein der Albert-Schweitzer-Schule zu sehen. (Ihn)

Foto: Schachtschneider



HNA

## Frauenlauf 2017

Bei diesjährigen Frauenlauf nahm Jutta Fischer teil und zeigte die Farben des RVC.



**23.**  
**Kasseler  
Frauenlauf  
Starten  
für Frauen**

**ein Benefizlauf  
ohne Zeitnahme**

Der Erlös 2017  
kommt dem  
1. Mädchenhaus  
Kassel 1992 e.V.  
zugute

**Aktiv helfen**  
mit 5 km / 10 km Laufen  
5 km / 10 km Walking /  
Nordic - Walking  
200 m Bambinilauf und  
800 m Schülerinnenlauf

Layout: richter-graphik-design, Tel.: 0561-28 43 66, Druck: www.ausdruck.com

## Training Trainingscamp Diemelstadt



Soziales Engagement im RVC wird groß geschrieben. So wurde nach der Star Care Regatta ein Training mit dem Trainingscamp Diemelstadt durchgeführt.

Wir danken Magda für Ihren Einsatz!



## Hessenmeisterschaft in Eschwege

Hessenmeisterschaft für die ASS, Silber und Bronze für den RVC.

Herzlichen Glückwunsch unseren Sportlern. Weiter so!



## Tagesfahrt nach Wahnhausen

Die Tageswanderfahrt am  
Stiftungsfest soll Tradition  
werden, so wurde auch in 2017  
bis Kragenhof gerudert. Kurze  
Einkehr bei der Grauen Katze und  
zurück ging es bei grauen Wetter  
und kalten Temperaturen.



## 7. Stiftungsfest

Beim Stiftungsfest am Abend standen nette Gespräche und gutes Essen im Vordergrund.

Dank des Festausschusses war in 2017 alles bestens hergerichtet.



## Trainingslager in Eschwege

Fit für die Saison 2018 machen, so hieß es um den Reformationstag in Eschwege auf den Werratalsee.





## Gemeinschaftsdienst

Gemeinschaftsdienst ist immer ein Highlight am Verein. Mit großer Beteiligung konnten wieder alle Arbeiten erledigt werden.

Allen Helfern herzlichen Dank.

Weiter so!



## Erinnerungen an den alten RVC

Schöne Post für den RVC 2010. Ein Bild, ein Zinnbächer, sowie eine Ehrennadel von 1909 bekamen wir als Andenken an den alten RVC.

Die Geschichte des alten RVC wird im neuem weitergetragen.



## DraBo Langstrecke Kassel

Sieg für den RVC als Steuermann  
bei der Kasseler  
Langstreckenregatta. Ein tolles  
Erlebnis, wieder die alten Kanu  
Freunde von früher im Boot zu  
haben. Erfahrung konnte man hier  
mit mehr Erfahrung ergänzen.

Ehemalige Kanuten kommen  
zurück nach Kassel. Tolle Aktion!





## Ergocup Frankfurt

Bei den diesjährigen Hessischen Ergometermeisterschaften nahmen Max im Junior A und Samuel im Junior B Rennen teil.

Ein erster Einstieg ins Jahr 2018.



## E-Cup Rhein-Main

17. Hessen Open - Hessische Landesmeisterschaften im Ergometer-Rudern  
17. Dezember 2017

Rennen 7 : Junioren 17/18 Jahre		2000 m
15 .	Ruderverein Cassel 2010 e.V., Kassel Max Lichtschlag ( 2001 ) 01:44,8 (1:47,2) 03:32,0 (1:47,9) 05:19,9 (1:44,1)	07:04.0
11 .	Ruderverein Cassel 2010 e.V., Kassel Samuel Blatt ( 2002 ) 01:37,9 (1:44,0) 03:21,9 (1:42,7)	05:04.6

## Laufen

Laufen mit Jutta Fischer, nicht nur was für Frauen, wie auf dem Bild.

Jeden Montag wird die Grundlagenausdauer verbessert.



## Fußball

Immer dienstags entscheidet das letzte Tor über Sieg oder Niederlage. Der Spass am Kicken steht im Vordergrund und so ist es immer ein schöner entspannter Fußballabend.



## Laternenrudern



Damit die Schwielen im Sommer an den Händen nicht zu groß werden, geht es mittwochs aufs Wasser.



## Wintertraining mit Tanja Denk

Ein großer Gewinn für den Verein ist unsere Trainerin im Winter. Tanja Denk trainiert jeden Donnerstag zwischen 10 – 20 Mitglieder in der ASS Halle.





## Wochenendrudern

Mit den neuen Medien aufs Wasser. In diesem Jahr klappt es, das auch im Winterhalbjahr der Ruderbetrieb stattfindet.

Wenn man mit den neuen Medien gut umgeht, klappt es.

Noch etwas mehr Disziplin und es kann eine Erfolgsstory werden.



## Nikolausrudern

Nasskalt....das ist kein Grund, nicht auf das Wasser zu gehen. Mit dem Flaggschiff, dem Achter wurde auf der Hausstrecke gerudert. Immer wieder schön noch eine Runde auf der Fulda zu rudern, bevor es weiter geht in der Stadt.



## Weihnachtsmarkt Kassel

Nach dem Rudern oder vor dem Essen ging es auf dem Märchenweihnachtsmarkt in Kassel.



## Weihnachtsfeier

Die diesjährige Weihnachtsfeier fand im Karls statt. Mit gut 1/3 der Mitgliedschaft des Vereins war es super besucht. Ein schöner Abend nach einer langen Saison.



## Besuch Äppelwinnbude Melsungen



Alte Freundschaften muss man pflegen, so geht es immer wieder zur Äppelwinnbude nach Melsungen.



## Midwintersonnenwenderudern

Aufgrund des Wasserstandes musste das Event in 2017 leider ausfallen.

## Weihnachtsrudern

Vor der Weihnachtsgans nochmal rudern. So ging es am 24.12. mit Weihnachtsmütze, Lebkuchen und Lichterkette auf weihnachtliche Ausfahrt. Lilly durfte hier nicht fehlen.





## Weihnachtsrudern

# Kassel LIVE

Ein Projekt der **HNA**

13:53 Uhr, 24.12. - Leserreporter - 0 Kommentare

### Weihnachtsausfahrt des RV Cassel 2010



Lilly unterwegs im Ruderboot, Weihnachtsausfahrt des Ruderverein Cassel 2010. Frohe Weihnachten wünscht der jüngste Ruderverein an der Fulda!



## Weihnachtsrudern



Mit Weihnachtsmütze auf dem Wasser: die Sportler des Rudervereins Cassel 2010 bei ihrer Weihnachtsausfahrt.

Foto: privat/nh

### Selfie des Wochenendes

## Feiertag auf dem Wasser

Bevor die Weihnachtsfeiertage richtig losgingen, haben Kasseler Ruderer noch einmal auf dem Wasser Sport getrieben. Sportler des Rudervereins Cassel 2010 haben ihre Weihnachtsausfahrt auf der Fulda auf einem Selfie festgehalten und uns geschickt. Die Ruderer haben damit in der Rubrik Selfie des Wochenendes – in diesem Fall zudem Selfie der Feiertage – gewonnen.

In Zusammenarbeit mit der Hütt-Brauerei küren wir auch das Selfie des Monats. Der Sieger erhält zwei Kisten Hütt nach Wahl. Die Bilder können entweder bei Facebook auf **HNA Sport** gepostet oder per E-Mail an [sportredaktion@hna.de](mailto:sportredaktion@hna.de) gesendet werden. (mko)



## Silvesterrudern

Jahresabschlussfahrt mit zwei Fünfern und einem Dreier bei frühlingshaften Temperaturen und starker Strömung.



## Sie haben sich alle getraut...

Stephanie und Florian Riese

Solveig Behnke und Mann

Marius Kram und Frau





## Sie verjüngen unseren Verein

Unser Rudernachwuchs vergrößert sich

Arne Wohlfeld / Liebold





## Immer auf dem neuesten Stand



*Bootshausnachrichten  
der monatliche Newsletter*



Ruderverein Cassel

### NACHRICHTEN VIA E-MAIL ABONNIEREN

Gib Deine E-Mail-Adresse an, um diesen Blog zu abonnieren und Benachrichtigungen über neue Beiträge via E-Mail zu erhalten.

Abonnieren



Instagram

Sign Up Log In



rudervereincassel

Follow

21 posts 226 followers 462 following

Ruderverein Cassel 2010 Rudern im jüngsten Ruderverein in Kassel. Ihr seid herzlich willkommen! In Kooperation mit @trvass. [rudervereincassel.de](https://www.rudervereincassel.de)



Ruderverein Cassel

@RudernKassel

Rudern und Drachenboot in Kassel

Kassel - Rudern

[rvcassel.de](https://www.rvcassel.de)

## Unser fleißigen Hände im Hintergrund

Nur durch ehrenamtliche Helfer im Hintergrund kann eine große Veranstaltung wie STAR CARE funktionieren. Ein großen Dank an alle Helfer.

Wir sagen allen: **DANKE**



## Ausbilder



Ein Verein, der viele neue Mitglieder bekommt, benötigt gute Ausbilder, damit die Mitglieder sich wohl fühlen.

Herzlichen Dank an Manuela Zander, Michael Fischer und Oliver Quickert.

## Steuerleute



Dieter Werbus



Werner Gerlach

Wie auch in den letzten Jahren konnte die Ausbildung nur durch die tatkräftige Unterstützung von Dieter und Werner funktionieren.

Vielen Dank für die viele Zeit, die Ihr den aktiven Sportlern geschenkt habt.





## Danke an die fleißigen Hände im Hintergrund ...

Um die ganzen Events durchzuführen einen herzlichen Dank, an alle die im Hintergrund „Hand“ angelegt haben, besonderen Dank gilt

- Jürgen Tirann für die Unterstützung im ganzen Jahr
- Klaus Reitze und dem Team des TRV Albert- Schweitzer- Schule Kassel
- Bernd Klug mit seinem Team bei den Events Star Care,
- Vorstand SG Stern und Vorstand RVC
- SG Stern Marketing und Achstiv (Svenja Brede)
- Steuerleuten (incl. Laura, Manuela, Bernd, und, und, und...)
- Schiedsrichter bei STAR CARE (Torsten Brüggemann)
- dem Team Rudern für den guten Zweck (Kuchenstand, Bierpils, Zeitnehmer, Küchendienst, ...)
- der Sparte, die die Teams für STAR CARE mitorganisiert haben und auch mit ausgebildet haben
- den Nachbarvereinen, die durch die Bootsfreigaben an den Regatten zum Erfolg beigetragen haben
- Jürgen Letz und Gerald Manns als Hauptkoordinatoren des Drachenbootes
- und allen aktiven, die zum Vereinsleben beigetragen haben



## Ein kleiner Ausblick für 2018

- Neujahrsempfang und Wanderung in Kassel
- Langlauf Wochenende in Oberhof
- Tag des Wassersports mit Bootstufen
- Midsommernachtssport
- Vereinsregatta
- Zissel
- Teamevent
- STAR CARE Rudern
- Stiftungsfest
- Weihnachtsfeier
- Silvesterrudern
- .....

Viel Spaß in 2018

mit dem RVC 2010, der SG Stern Kassel und dem TRV ASS.

Rudern und Drachenboot in Kassel

