KARLSRUHER RUDER-VEREIN WIKING v. 1879 e.V.

2019-01

Liebe Wikingerinnen und Wikinger,

wir hoffen ihr seid gut ins neue Jahr gestartet und konntet euch von dem Weihnachtsstress schon wieder erholen. Nun heißt es für viele „Ran an den Speck“, und wie kann dieser besser angegangen werden, als mit beherzten Ergo-, Ruder- oder Skilanglaufeinheiten.

So starteten unsere Frauen auch dieses Jahr wieder bei der „Women Rowing Challenge“ und kämpfen sich tapfer durch 8, 15, 22 und 30 Minuten auf dem Ergo und die jüngeren Rennmannschaften waren schon fleißig am Skifahren im Schwarzwald.

Auch haben viele wahrscheinlich schon die Verschönerungen im Verein gesehen, die wir unserem FSJler Maxi verdanken, dem ebenfalls ein Teil dieses Newsletters gewidmet ist.

Wir wünschen euch einen sanften Start in die nächste Saison und freuen uns auch weiterhin über alle eure Berichte zu großen oder kleineren Aktionen!

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe ist der 30. April 2019. Wir freuen uns über Berichte und Fotos an vereinszeitung@krv-wiking.de

Euer Redaktionsteam

Nina Öhlckers & Linda Möhlendick

Vom Vorstand 2
FSJler Bericht 2
Women Rowing Challenge 4
Nikolaus Vierer Mainz 6
Wintertalentiade Marbach 7
Jugend Weihnachtsfeier 8
Langlauftrainingslager Notschrei 9
Was Schnee mit Rudern zu tun hat 10
Porto Ruderreise 13
Langstrecke Dortmund 18
Trainingslager in Köycegiz 19
Wiking-Masters stehen für 2019 in den Startlöchern 20
Termine 21

Vom Vorstand

Liebe Wikinger,

das fleißige Redaktionsteam ist scheinbar wohlbehalten und voller Redaktionslust im neuen Jahr angekommen, denn heute erscheint pünktlich der erste gut gefüllte Newsletter 2019.

Die guten Vorsätze nach den Weihnachtstagen und Silvester zeichnen sich auch im Wiking ab, es wird fleißig trainiert, auf der Langlauf- Schneepiste geschwitzt und die Ergometer waren montags bis auf den letzten Platz ausgebucht.

So starten wir nicht nur in das Jahr 2019, sondern auch in das Jahr des 140-jährigen Jubiläum unseres Vereines. Das wollen wir am Sommerfest und Saisonausklang anständig würdigen bzw. feiern. Ich bin mir ganz sicher, den Organisatoren, zuletzt geadelt am Saisonausklang sowie den Vorständlern wird dazu das ein oder andere einfallen... 140 Meter Humpen-Vierer oder so ähnlich. Lassen wir uns überraschen. Wichtig - die beiden Termine HEUTE eintragen. Ein Blick auf die Homepage schafft Klarheit. Hier stehen übrigens alle relevanten Termine für 2019 - Arbeitsdienste, Regatten, Feste und die Jahreshauptversammlung.

In diesem Sinne wünsche ich Euch allen einen guten Start in den Februar und viel Spaß beim Lesen.

Euer Steffen Hort

FSJler Bericht

Von Maximilian Pawlik

Manch einer wird vielleicht schon gemerkt haben, dass sich in den letzten vier Wochen im Verein einige kleine Dinge verändert haben, aufgeräumt wurden oder nun wieder funktionstüchtig sind. Sicher nicht alles davon, aber ein paar Kleinigkeiten könnten mit meiner neuen Tätigkeit im KRV zu tun haben: Der KRV stellt nämlich seit dem 1.9.2018 wieder eine Einsatzstelle für einen Freiwilligendienstleistender (oder halt eben einen FSJ-ler). Und in dieser Stelle bin nun ich tätig.

Die einen kennen mich bereits schon länger, für andere werde ich vielleicht ein eher unbekannteres Gesicht sein: Ich bin 17 Jahre alt und habe im Sommer diesen Jahres erfolgreich mein Abitur am Goethe-Gymnasium Karlsruhe absolviert. Um dem Rudersport, mit dem ich seit mehr als sechs Jahren eng verbunden bin, nun auch meine vollste Aufmerksamkeit widmen zu

können und zeitgleich Arbeit und Freizeit zu vereinen, bot sich eine Anstellung wie diese geradezu an.

An dieser Stelle möchte ich mich gerne beim Karlsruher RV Wiking und insbesondere den Vorständen bedanken, dass mir diese einzigartige Möglichkeit, meinen ruderischen Werdegang mit einer produktiven und sehr am Herzen liegenden Arbeit zu kombinieren, ermöglicht wird. Ohne Probleme und Skepsis wurde aus meiner Idee schnell die Gegenwart, welche mich hoffentlich in all meinen Entwicklungen voranbringen wird. Für mich ist es eine Ehre und eine Herzensangelegenheit, dem Verein ein kleines Stück das zurückzugeben, was ich als Leistungssportler tagtäglich nehme und verschlinge und unter normalen Umständen so niemals ausgleichen könnte.

Zu meinen Aufgabenbereichen zählen neben der Gestaltung und Betreuung des U15-Trainings auch die Weiterentwicklung und der Ausbau der Jugendabteilung des KRVs, die Öffentlichkeitsarbeit in Form von Medienpräsenz und aktiver Mitgliederwerbung sowie die Instandhaltung von Räumlichkeiten des Bootshauses und des Rudermaterials. Um zu zeigen, wie sich diese abstrakten Begriffe nun aber in Wirklichkeit umsetzen lassen, möchte ich gerne einen kleinen Einblick in meine bisherige Arbeit geben:

Neben der Organisation und der Koordination des gewöhnlichen Junioren-Trainings sowie Regatten und Wettkämpfen aller Art, strebe ich einen starken Zuwachs an Kindern und Jugendlichen im Verein an. Dazu betreue ich zwei Schulruder-AGs und mache dort gezielt Werbung für die Jugendabteilung des KRVs. Ich habe zu Beginn des neuen Schuljahrs die sechsten, siebten und achten Klassen der beiden Kooperationsschulen besucht und in einigen Anfängerkursen neue Ruderbegeisterte anwerben können. Mit den ersten fünf Mädchen, die zu unserer bisherigen Kerngruppe dazustoßen, werden wir am Wochenende mit dem LVK in Hanau eine erste Anfängerregatta bestreiten. Um den Jugendlichen im Vergleich zu anderen Freizeitbeschäftigungen eine wahre Alternative bieten zu können, veranstalte ich pro Monat je nach Regattasituation ein bis zwei Jugendaktionen, bei denen der Teamgeist und der Spaß im Vordergrund steht und über das Thema „Rudern“ hinaus eine Verbindung zum Verein entstehen soll. So waren wir zum Ende der Sommerferien im Waldseilpark Karlsruhe klettern und trafen uns zu einer Grill- und Filmnacht und kommende Woche steht ein Besuch im Bowlingcenter „LAGO“ mit anschließender Übernachtung im Bootshaus an.

Die Öffentlichkeitsarbeit versuche ich zum einen durch starke Karlsruher Präsenz auf Ruderwettkämpfen jeglicher Art, aber auch auf etwaigen anderen Veranstaltungen zu verstärken. Zusätzlich versuche ich, als medienaffiner Mensch, die jüngere Zielgruppe auch über ein seriöses und einladendes Auftreten in digitalen Medien und auf sozialen Netzwerken anzusprechen. Ebenso ist meines Erachtens das Mitwirken und Auftreten bei Karlsruher Events sehr wichtig, um unseren Heimatort mit dem oft unbekannten KRV Wiking vertraut zu machen.

Der handwerkliche Teil meiner Arbeit bietet viele Facetten und hängt immer stark mit den aktuellen Projekten zusammen. So habe ich zum Beispiel zu Beginn meiner Beschäftigungszeit mit der Ordnung und Beklebung der Rennsportskulls sowie des Bootsmaterials und der Ausleger

gestartet. Neben genereller Beseitigung von Chaos jeglicher Art, beispielsweise im Container oder dem Trainerraum, ist die Neugestaltung und Aufhübschung der oberen Etage des Bootshauses ein zentrales Thema der nächsten Monate. Vom Streichen der Räume über neue Gestaltung des Bild- und Urkundenmaterials bis hin zur Anbringung einer Ahnentafel oder eines Flurregals für besondere Pokale sind dem keine Grenzen gesetzt. Ebenso unterstütze ich aktuelle Projekte wie die Erneuerung der Stegaufgänge oder das Überholen älterer Boote.

Auch in anderen Bereichen werden sich Möglichkeiten bieten, mich zu integrieren, beispielsweise beim anstehenden 140-jährigen Jubiläum des KRVs, der Betreuung von Anfängerkursen oder der Recherche nach neuen Vereinsutensilien wie neuer Vereinskleidung oder eines neuen Pavillions.

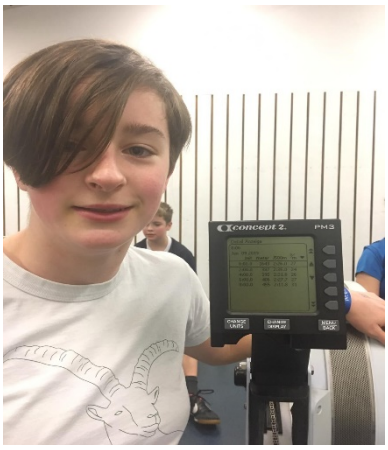
Ich freue mich sehr auf das auf mich zukommende Jahr und hoffe, dass ich dem Verein eine kleine Unterstützung sein kann. Für die Möglichkeit, die sich mir eröffnet hat, möchte ich mich nochmals bei allen Mitgliedern des Vereins recht herzlich bedanken!

Women Rowing Challenge

Von Nina Öhlckers

Mit insgesamt 326 568 Kilometern von 31 Teilnehmerinnen und einem 13. Platz in der Gesamtwertung hat der KRV auch in diesem Jahr wieder eine starke Leistung bei der Women Rowing Challenge gezeigt. Manch einen mag der Anblick eines von Frauen gefüllten Ergoraums beim Eintreten überrascht, oder rückwärts wieder rausgeschreckt haben, doch die Frauen hat das nicht abgeschreckt. Jeden Dienstag im Januar hieß es „Achtung, los!“ und unter persönlicher Höchstanstrengungen wurden erst 8, dann 15, 22 und schließlich 30 Minuten so viele Meter wie möglich zurückgelegt. Dabei haben sich von Kindern bis Masters alle Altersklassen beteiligt.

Auf unser gemeinsames Ergebnis können wir stolz sein und hoffen, auch im nächsten Jahr wieder so anzahlreich teilzunehmen.



Fotos: Linda Möhlendick

Nikolaus Vierer Mainz

Von Hannes Blank

Schöne und erfolgreiche Ruderregatta für die U19-Kooperation des Rheinklub Alemannia mit dem Karlsruher Ruder-Verein Wiking. Die Zusammenarbeit der beiden Ruderclubs im Junioren- und Juniorinnen A-Bereich (17/18 Jahre) hatte 2018 ihr erstes Regattajahr und fand nun in Mainz mit einem klaren Sieg einen würdigen Jahresabschluss. Beim „Nikolausvierer", einer launigen Breitensport-Regatta der Mainzer Rudergesellschaft am 1. Dezember 2018, gewannen im Gig-Doppelvierer die fünf U19-Mädchen Isabel Preischl, Laura Gäde, Anne Yacheva, Zoe Würfel

Foto: Andrea Roth

und Steuerfrau Tayma Salah. Sie bewältigen die ca. 3,5km lange Strecke auf einem Nebenarm des Rheins in nur 11:41min. Neben diesem Karlsruher Kooperationsboot waren noch die Wiking-Masters-Ruderer Claudia Ciescholka und Hannes Blank in jeweils zwei Rennen unterwegs. Bei etwa 10 Grad Aussentemperatur, null Schiffsverkehr und zeitweiligen Sonnenschein war die 31. Ausführung ein sehr angenehmer Winterwettkampf. Beliebt waren der Waffel- und der Glühweinstand auf dem Bootsplatz der Mainzer Rudergesellschaft.

Wintertalentiade Marbach

Von Maximilian Pawlik

Mit einer 40 Sportler starken Karlsruher Gruppe gingen die Jüngsten des Vereins zusammen mit dem Karlsruher Rheinklub Alemannia am Samstag bei der Wintertalentiade in Marbach am Neckar an den Start! Bei allgemeinathletischen Übungen und 500m Meter auf dem Ergometer konnten alle ihr Können unter Beweis stellen. Mit Ella und Luzia stellten wir zwei Jahrgangssieger der U15 und kamen im Gesamtklassement auf Rang 4. Eine gute Leistung mit Lift nach oben!

Foto: Maximilian Pawlik

Jugend Weihnachtsfeier

Von Hanna Hort

Vom 21.12 auf den 22.12. trafen sich 35 Sportler des Wikings und der Alemannia, um gemeinsam einen schönen Abend mit Spielen, Wichteln, Raclette essen, Filme schauen zu verbringen und bei der Alemannia zu übernachten.

Foto: Tim Hotfilter

Um 16:00h kamen alle langsam zusammen und begannen gemeinsam das Essen vorzubereiten und die Tische zurichten, im Anschluss spielten wir mehrere Spiele wie Tabu o.a. Im Anschluss legten alle ihre mitgebrachten Wichtelgeschenke unter denn Weihnachtsbaum, danach nahmen wir uns das Geschenk wo unser Name drauf stand und packten es aus, es gab einiges zu lachen da es teilweise sehr lustige Geschenke gab. Da nun alle großen Hunger hatten, fanden wir uns an einer riesigen Tafel zusammen, um zusammen zu essen. Auch das Essen war sehr amüsant, da es an nichts fehlt, von Essen bis hin zur Unterhaltung.

Als später alle gut gesättigt waren, räumten wir gemeinsam auf und fanden und danach in einem großen Stuhlkreis wieder, um anschließend zu singen. Betört von unserem lieblichen Gesang überraschte uns der Weihnachtsmann und übergab jedem einzelnen von uns einen Schokoladenweihnachtsmann. Danach spielten wir ein paar Runden Tabu und schließlich zogen sich alle ihre Jacken an, um draußen Räuber und Gendarmen spielen zu können. Nach einer guten halben Stunde kamen alle etwas ausgepowert wieder rein, wo schon der Saal mit Stühlen und einem Beamer ausgeschmückt war, dass sich alle gemeinsam versammeln konnten, um einen Film zu schauen. Nach dem ersten Teil von Pirats of the Caribbean legten wir einen kurze Filmpause ein und schauten währenddessen YouTube Videos, bei denen jeder was zu lachen hatte.

Später in der Nacht liefen noch viele weitere Filme, welche sich alle anschauten, während die Trainer schon Zuflucht ins Land der Träume gesucht haben. Am Morgen frühstückten alle gemächlich und räumten dann gemeinsam auf, um anschließend eine kleine Runde zusammen rudern zu gehen. Im gesamten war es einen sehr schöne Veranstaltung die in dieser Kombination gerne wiederholt werden kann.

Langlauftrainingslager Notschrei

Von Nina Öhlckers

Vom 10. bis zum 13. Januar ging es für den skibegeisterten Teil der Studenten Trainingsgruppe in den Schwarzwald zum Langlaufen. Unterstützt wurden sie von ehemaligen Aktivruderern. Ungewöhnlich früh ging es für die Hälfte der Gruppe bereits am Donnerstagmorgen auf die Loipe, wo zu diesem Zeitpunkt noch gute Schneeverhältnisse herrschten. Trotz schlechter Sichtverhältnisse wurde zum einschwingen die Schau-ins-Land Runde gewählt und der Abend dann bei einem gemütlichen Monopolyspiel ausklingen gelassen. Am Freitag waren dann alle heiß auf mehr und bei gutem Wetter machte die gesamte Gruppe den Feldberg unsicher. Die Nachzügler stiegen am Nachmittag unter fachkundiger Anleitung von Simon und Moritz mit ein und fuhren mehr oder weniger gekonnt ihre ersten Kilometer. Hoch motiviert stieg die inzwischen vollständige Gruppe am nächsten Morgen in den örtlichen Ski-Bus, um nach 100m nach einem ungewollten Crash wieder auszusteigen, mit der Erkenntnis, die 3km mit 300 Höhenmetern bis zur eigentlichen Loipe durch den Tiefschnee hochlaufen zu dürfen. Bei der schwarzen Piste angekommen waren alle entsprechend warm und konnten den Aufstieg weiter fortsetzen. Das Wetter war inzwischen leider eher bescheiden und gelegentlich peitsche einem der Schnee um die Ohren. Trotzdem absolvierten fast alle brav ihre zwei Einheiten und freuten sich am Abend über leckere Kässpätzle mit Salat. Wie jedes Jahr ging es für die Warmduscher anschließend in die Sauna und der Abend wurde von einer gemütlichen Spielerunde abgerundet. Es hatte sich die Tage schon angekündigt, dass das Wetter am Sonntag zu schlecht werden würde, als dass man entspannt Langlaufen könnte und so wurde am Morgen nach langem hin- und her entschieden, keine Einheit mehr zu absolvieren. Stattdessen ging ein Großteil der Gruppe ins Thermalbad, um sich von den Strapazen des Wochenendes zu erholen, während eine kleine Gruppe bereits nach Hause fuhr.

Foto: Nina Öhlckers

Alles in allem war es wie immer ein schönes, sportliches Winterwochenende, dass eine gute Abwechslung zu dem sonst ergolastigen Training geboten hat.

Was Schnee mit Rudern zu tun hat

Von Maximilian Pawlik

Die Antwort ist ganz einfach, es sind zwei Sachen. Erstens wird einem beim Rudern schneller kalt als im Sommer und Zweitens bedeutet das, es wird wieder Zeit die Langlauf-Ski aus dem Keller zu holen und in die Berge zu fahren.
Für die Kinder der U15-Mannschaft ging es am Wochenende vom 27. auf den 28. Januar ab ins Langlauftrainingslager nach Furtwangen. Hanna und Helena sind als B-Junioren mitgefahren und Johann Fox, Maximilian Pawlik und Tim Hotfilter als Betreuer und Trainer.
Am Freitag fuhren zwei vollbesetzte Stadtmobil Busse in Karlsruhe in Richtung Schwarzwald los. An Board waren Verpflegung für die kommenden drei Tage und vorfreudige Kinder, die sehr gespannt auf das bevorstehende Wochenende waren. Für einige bedeutete das, das erste Mal in ihrem Leben auf Skiern zu stehen.
Die Unterkunft, der „Farnbauernhof", hat sich schon in den vergangenen Jahren immer wieder bewährt. Dort waren wir in einer umgebauten Scheune mit Ferienwohnungen, einem großen gemeinsamen Aufenthaltsraum und einem Hobbybereich mit Indoortrampolin, Tischtennis und Kicker untergebracht.
Nach zwei Stunden Autofahrt in der Unterkunft angekommen wurde der erste Bus ausgeladen um es ging mit allen Kindern ab zum Ski-Verleih um sich dort mit dem zweiten Bus zu treffen. Mit Langlauf-Skiern, Stöcken und Schuhen ausgerüstet in der Unterkunft angekommen, wurden die Ferienwohnungen bezogen und das Abendessen vorbereitet. Es gab Spagetti Bolo, für die Vegetarier mit Tomatensoße. Nach einer Runde „Werwolf" und einer kurzen Besprechung für den nächsten Tag war Nachtruhe angesagt.

Am nächsten Morgen hieß es direkt nach dem Frühstück Abfahrt zur Martinskapelle, unserem Startpunkt für diesen Morgen. Das Wetter hat gut mitgespielt an diesem Wochenende sodass wir genug Schnee zum Langlaufen hatten. Morgens hatte es noch ein wenig Nebel, im Laufe des Tages ist es aber zum Glück aufgeklart.
Auf dem Programm stand ein Langlauf-Crashkurs von Maxi für alle, die das erste Mal Langlaufen waren. Nach einigen Übungen, vielen Stürzen und schierer Verzweiflung konnten am Ende doch alle wieder aufstehen.
Zur Mittagspause ging es zurück in die Unterkunft. Es wurden Käsespätzle gekocht bevor es zur Nachmittagseinheit ein zweites Mal an diesem Tag „Skier anschnallen" hieß. Wir versuchten uns an einer Loipe direkt in der Nähe der Unterkunft und hatten nach knapp zwei Kilometern eine gerade und ebene Strecke gefunden an der nochmal an der Technik gearbeitet werden konnte. Mit verschiedenen Übungen wurde so das „Skaten" richtig geübt. Kurz vor Einbruch der Dunkelheit waren wieder alle in der Unterkunft. Für das Abendessen standen Burger auf dem Programm, worüber sich alle Kinder sehr freuten. Nach dem Aufräumen wurden noch zwei Runden Werwolf gespielt bevor es für die Kinder ins Bett ging.

Foto: M. Pawlik

Der Sonntagmorgen startete etwas träger als der Samstag, Langlaufen kann eben doch ganz anstrengend sein wie der eine oder andere an diesem Wochenende feststellen musste. Startpunkt an diesem Morgen war wieder die Martinskapelle. In einer gemeinsamen großen Gruppe fuhren wir die knapp fünf Kilometer lange „Panorama-Loipe“. Eine kleine Gruppe entschied sich dafür, in einer zweiten Runde die parallel verlaufende, aber anspruchsvollere „Trimmstrecke“ zu gehen. Nach der Hälfte der Strecke gab es für die große Gruppe nochmal eine längere Übungseinlage. Das Gleiten auf den Skiern ist anspruchsvoller als es auf den ersten Blick scheint und muss viel geübt werden, bis man ein gutes Gespür für die Ski entwickelt hat.
Zum Mittagessen gab es Maultaschen mit Ei. Nach der Mittagspause wurden die Taschen gepackt und es ging zum letzten Mal an diesem Wochenende zu Martinskapelle und auf die Loipe. Begleitet von leichtem Schneefall wurde wieder die „Panorama-Loipe“ in Angriff genommen. Diese Einheit hat die meisten nochmal so viel weitergebracht, dass das einfache laufen ziemlich gut geklappt hat.
Später in der Unterkunft wurden nur noch alle Skier zurückgebracht und die Unterkunft aufgeräumt. Ein schönes Wochenende hinter sich, dafür erstaunlich gut gelaunt, aber vor allem erschöpft traten alle die Rückfahrt nach Karlsruhe an.

WIKINGER-BO(O)TE

KARLSRUHER RUDER-VEREIN WIKING v. 1879 e.V.

2019-01

Audi
Vorsprung durch Technik

Ihr Audi Partner vor Ort.

Seit vielen Jahren stehen wir für die Marke Audi an unseren Standorten in Karlsruhe.
Bei uns können Sie sich auf unsere Erfahrung und kompetente Beratung verlassen.
Finden Sie die neuesten Audi Modelle zu attraktiven Konditionen oder den passenden Gebrauchtwagen in unserem vielfältigen Angebot. Gerne stehen wir Ihnen auch im Service persönlich und professionell zur Seite. Überzeugen Sie sich, wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Kompromisslos Audi.

Audi Zentrum Karlsruhe GmbH

Gerwigstr. 83, 76131 Karlsruhe
Tel.: 07 21 / 9 62 20-0
auzka@grafhardenberg.de

Agentur der Audi Zentrum Karlsruhe GmbH in der Gerwigstr.
Sophienstr. 135, 76135 Karlsruhe
Tel.: 07 21 / 8 50 09-0

Porto Ruderreise

Von Ursel Wiederkehr

02.10.2018 – 1.Tag

Sonne + blauer Himmel + leichter Wind

Régua – Start

- Zugfahrt von Porto – Bento – nach Régua
- Fahrt ca. 100km am Nordufer entlang mit vielen Impressionen über das Douro-Tal
- Treffen mit Pedro und Ruben - unseren portugiesischen Guides
- Gepäck ins Auto und ruderfertig machen
- Kurzer Fußweg zum Einsatzort am Douro-Ufer
- 3 GIG-Boot werden abgeladen und getrimmt
- Einteilung der Mannschaften
- Ruben fährt als Guide zu Wasser in einem Boot mit und führt den „Konvoi“ an
- Pedro kümmert sich um Gepäcktransfer und Verpflegung
- Entspannte Fahrt bei herrlichem Wetter, malerischen Blick auf die Uferlandschaft des Douro und merklichen Rückenwind

Parque Fluvial de Porto de Rei – Mittagspause

- Wir stranden an einem flachen Uferstück mit herrlichem Sandstrand - wie in der Karibik
- Pedro hat ein Pick-Nick gerichtet. Es werden diverse Sandwiches, Obst und Süßes angeboten, dazu frische Getränke – ohne Alkohol.
- Unmittelbar zum Ufer bietet uns eine kleine Café-Bar einen geschmackvollen Espresso (60cent) und die Gelegenheit auf die Toilette zu gehen.
- Hinreichend erholt steigen wir bei guter Stimmung wieder in die Boote.
- Alle 3 Boot sind gut geschnitten und tragen uns munter über windgekräuseltes Wasser.
- Das Ufer fällt zum Teil steil zum Wasser ab.
- Die Hänge sind durchweg mit üppiger Vegetation überzogen
- Die Bebauung ist weitestgehend spärlich und in meist einfacher Bauweise errichtet. Bisweilen sind auch pittoreske Weingüter und landwirtschaftliche Anwesen in der Architektur des 18. und 19.Jahrhunderts zu bewundern
- Wir haben den Fluss bis auf wenige Ausnahmen (Angler) ganz für uns allein.

Caldas de Aregos – Ende der 1.Tagesetappe

- Ein kleiner Hafen mit einem leicht überdimensionierten Kai für Passierschiffe weist den Weg zu einer beachtlichen Thermenanlage die von einer natürlichen, mineralischen Quelle (Schwefelsäure, Salze) versorgt wird.
  Link:
- Die Boote werden nahe zum Hafenbecken aufgebockt und wir machen uns fußläufig auf den Weg zur nahegelegenen Unterkunft.
- Unser ansprechendes Hotel liegt mitten im Ort mit schönem Blick auf den Douro und die angrenzenden Talhänge.
- Das Dinner nehmen wir gleich um die Ecke im „Restaurante Das Caldas“ ein, in dem eine landestypische Küche angeboten wird. An einem großen Tisch versammelt genießen alle die schmackhafte Küche und das freundliche und ansprechende Ambiente.
- Der Abend endet recht früh – in Vorfreunde auf den kommenden Tag.

03.10.2018 – 2.Tag

Sonne + blauer Himmel + leichter Wind - immer noch heckseitig ;-)

- Unser heutiges „midterm-Ziel“ ist die Schleuse „Carrapatelo“, die zu der gleichnamigen Talsperre gehört. Baujahr 1962-1972. Mit 5 weiteren, kleineren Schleusen wird so die Schiffbarkeit des Douro von der spanischen Grenze bis zum Atlantik gewährleistet. Besonderheit: Fallhöhe 35m!
- Wir starten in leicht geänderte Besetzung bei erneut besten Bedingungen und machen bei mäßigem Einsatz „gut Strecke“.
- Die Bebauung des Tales wird zunehmend dichter und blitzt bisweilen mit top-moderner Vorzeige-Architektur auf, die wohl auch dem wirtschaftlichen Aufstieg der letzten Jahre geschuldet ist. – Weiterhin dominant sind jedoch die üppige Vegetation und die Weinberge, die sich über die Höhen ziehen.
- Noch immer sind wir weitestgehend allein auf dem Wasser.
- Wir erreichen die Schleuse rechtzeitig und werden Teil dieser außerordentlichen Anlage, die uns dieses Schauspiel in unseren kleinen Boot ehrfürchtig verharrend und auf die Technik vertrauend erleben lässt.
- Wundersam aus dem monumentalen Objekt entlassen, erreichen wir nach einer kurzen Fahrt den Lunch-Platz.

„Ilha dos Amores“ – Mittagspause

- Auch unser 2. Lunch, das erneut lecker und vielseitig ausfällt, nehmen wir an einem herrlichen Sandstrand ein. Wir genießen den Strand und dösen in der Sonne, trinken Espresso – jetzt schon für 90 Cent. Einige erfrischen sich und schwimmen zur nahen, anmutig gelegenen „Liebesinsel“.
- Eines unserer an sich vortrefflichen Boote zeigt nach diesem Abschnitt Materialschwächen. Die Dolle eines Auslegers steht nicht mehr lotrecht. Pedro bringt die Stahlrohre des Bootsbocks zum Einsatz und behebt vermeintlich den Mangel.

Entre-os-Rios – Ende der 2.Tagesetappe

- Unser Tag endet nach einer entspannten Fahrt durch Passagen mit steilabfallen, schroffen Felsformationen an der Einmündung der „Tamega“, ein recht großer Zufluss des Douro, am „Cais da Lixa“ Hier wird der Douro von 2 Brücken überspannt: Die ältere dieser Brücken aus dem Jahre 1887 stürzte am 04. März 2001 ein. 59 Personen kamen zu Tode. Wir vertrauen auf die Stabilität der neuen Brücke, die wir am nächsten Tag unterqueren.
- In der Marina des Ortes ziehen wir über eine glitschige Rampe die Boote aus dem Wasser und lagern sie jenseits der Straße. Von hieraus bringt uns Pedro in mehreren Touren zu unserem auf der Höhe des Tales gelegenen Hotel „Inatel de Entre-os-Rios“. Während des Transfers erfrischen sich die wartenden Ruderer im „Restaurante Miradouro“, das direkt an der Marina postiert das lokale Bier „super bock“ kredenzt, welches bei den recht warmen Temperaturen regen Zuspruch findet.
- Das Schlussakt des Tages findet in dem bereits erwähnten lokal-authentischen Hotel statt, welches uns mit der Architektur und dem Charme der letzten Hälfte des 19.Jahrhundert empfängt. Alles ist hier noch wir vor 100 Jahren. Selbst die Gäste sind nur unwesentlich jünger, dafür umso freundlicher. Mit einigen können wir sogar auf Englisch „small talk“ führen. Wir fühlen uns auch hier sehr wohl und erfreuen uns an einem köstlichen Dinner.
- Die spontan Reparatur an dem Dollen des einen Boots hat dazu geführt, dass der geschweißte V2A-Ausleger auf dem letzten Stütz nicht mehr belastbar ist, sodass wir aus dem 4-er mit Steuerfrau kurzerhand einen 3-er mit Steuerfrau und einem „ etwas gelangweilten“ Passagier machen. Pedro den ausgebauten Ausleger bewegt alles, um den Riss bis zum nächsten Tag schweißen zu lassen.

04.10.2018 – 3.Tag

Sonne + blauer Himmel + leichter Wind – jetzt bugseitig :-(

- In einem sonnendurchfluteten Salon nehmen wir unser Frühstück ein, um dann wieder in Partien runter zum Fluss zu fahren. Dort vollständig versammelt, wählen wir – abweichend zum Vorabend – einen trittsicheren Weg, um die Boote ins Wasser zu

bringen. Ausgeschlafen, gut gesättigt, und überschaubar heftig „finger taped“ starten wir zur letzten Runde.

- Pedro warnt uns immer wieder vor dem „gefahrvollen“ Schiffsverkehr vor unserem „Zielsteg“ im Schatten der Altstadt von Porto. Seine bedrohlich anmutenden Erläuterungen lassen das Finale zum gefühlt schwierigsten Abschnitt unserer Tour werden.
- Der zwischenzeitlich reparierte Ausleger wird wieder montiert. Pedro hat einige hundert Kilometer mehr auf seinem Tacho und sein Plumo nur ganz, ganz kurz beschnuppern können. Die letzte Etappe nimmt einen Lauf.
- Unsere teilweise recht sportlich gestaltete Fahrt, bedingt durch die (unbegründete) Sorge pünktlich die Schleuse zu erreichen und ungeplante Stopps wegen „Bordwasser“, welches nicht über Bord – geschweige denn in Bord - gehen sollte, führt uns erneut an wunderschönen Badestränden, herrlichen Ortschaften und viel Natur vor. Bisweilen begleitet uns recht ausgeprägter Wellengang, der jedoch zu keinem Zeitpunkt bedrohliche Ausmaße annimmt.

Kraftwerk und Schleuse „Barragem de Crestuma“ – Mittagspause

- Mit Blick auf die Schleuse erobern wir wieder mal eine unmittelbar am Wasser gelegene Restauration und lassen uns vom durch Pedro vorbereitete Lunch verwöhnen – dieses Mal sogar mit reichlich Wassermelonen, die bei der immer noch recht warmen Witterung viel Anklang finden. Espresso und Bier werden auch hier nicht ausgelassen. Die Pause findet ein definiertes Ende, da wir rechtzeitig unseren „lift“ nehmen müssen, den Pedro für uns gebucht hatte.
- Diese Schleusenfahrt wird in mehrfacher Hinsicht besonders. Zunächst mal sind wir nicht allein in der Schleusenkammer. Ein stattlicher „Ausflugsdampfer“, der ohne weiteres genügt hätte, schon zur vorletzten Jahrhundertwende eine Personage wie den berühmten „Monsieur Hercule Poirot“ auf dem Nil zu transportieren, begleitet uns. Während der sehr intimen Schleusenfahrt kommen wir dann sogar mit den Passagieren ins Gespräch, werden ungefähr 10.000 mal fotografiert und erhalten ganz überraschend jeder Einzelne einen exzellenten Espresso.
- Unten angekommen starten wir zu unserer letzten Teilstrecke. Mit jedem Schlag wird uns bewusst, dass wir unweigerlich dem nahen Ende unserer Tour entgegen gleiten.
- Der anhaltende Gegenwind und der damit verbundene Wellengang begleitet uns stetig und führt uns zu unserer letzten Rast an einem flachen Uferstrand mit Namen „Zebreiros“, wo wir nochmals Kräfte sammeln. „Wasserrate Dagmar“, aber auch Lother und Robert nutzen die Gelegenheit nochmals für einen Sprung in die Fluten, während die anderen entspannen und ganz, ganz langsam von dem tollen Wetter, der malerischen Umgebung und der sportlichen Herausforderung Abschied nehmen.

Clube Fluvial Portuense – Ende der 3. Und letzten Tagesetappe

- Die großen Brücken über den Douro und die dicht bebauten Ufer künden uns das avisierte Ziel Porto an. Bevor wir unseren „Zielsteg“ erreichen, grüßen wir in der Vorbeifahrt einen der größten Ruderclubs Portugals: „Clube Naval Infante do Henrique“.
- Die finale Ruderstrecke führt uns unter der historischen Stahlbrücke hindurch und an den zur Altstadt gelegenen „Cais da Ribeira“ zu unserem Endpunkt auf der gegenüberliegenden Uferseite „Avenida de Ramos Pinto“ – dem Standort des Clube Fluvial Portuense.
- Pedro winkt schon vom Steg und wir rangieren noch einige Volten, eingetaucht in einen berauschenden Abendhimmel, um dann nach einander unseren Booten zu entsteigen.
- Nachdem die Boote gereinigt und verbracht sind, dürfen sich alle frisch machen, da bereits in unmittelbarer Nachbarschaft zum Clube unser Restaurant zum Abschiedsdinner einlädt.
- Pedro muss leider schon vorher flüchten. Wir bedauern dies sehr, lassen uns jedoch von Ruben erläutern, dass Leben und Tod von einer nicht aufschiebbaren Aktion abhängen, die noch in dieser Nacht vollbracht werden muss.
- Ruben bleibt jedoch noch bei uns und muss so allein die wohl verdienten Lobhudeleien über sich ergehen lassen. Das Essen ist köstlich und der Wein süffig. Natürlich werden wir mit dem typischsten aller Gerichte Portos verabschiedet: Kutteln.
- Schließlich ergreift auch Ursel, die als Initiatorin der Tour, besonderen Dank und anhaltenden Applaus erfährt, das Wort und greift für alle nachfühlbar die für uns bis dato Einzigartigkeit dieser
- Tour auf.

Wir sehen uns wieder - am goldenen Douro!

Fotos: Ursel Wiederkehr

Langstrecke Dortmund

Von Rupert Pretzler

Foto: DRV

Am vergangenen Wochenende fand die erste Leistungsüberprüfung des DRV in Dortmund statt. Hier gingen die KRV-Athleten Rupert Pretzler im SM2- und Cedric Kulbach im SM1x LG an den Start. Luise Münch musste sich leider aufgrund einer Erkrankung vom Wettkampf abmelden. Für Rupert und seinen Zweierpartner Paul Kirsch aus Aschaffenburg ging es hierbei um eine erste Standortbestimmung um zu sehen, wo man nach wenigen Wochen mit gemeinsamen Training steht. Beim Ergotest, der am Samstag gefahren wurde, zeigte sich bei beiden Karlsruhern, dass über den Winter noch Arbeit wartet.

Am Sonntag ging es dann bei kaltem Dezemberwetter mit Regen und starkem Gegenwind auf die sechs km lange Langstrecke. Rupert und Paul belegten hier den 9. Platz im u23-Bereich. „Für die wenigen Einheiten ein gutes Ergebnis, das eine Tendenz in die richtige Richtung zeigt. Da bleiben wir jetzt dran und sind gespannt, was dann noch so geht“, schätzt Martin Strohmenger, der Frankfurter Trainer das Ergebnis ein. Cedric wurde 12 auf der Langstrecke. Für ihn ebenfalls ein zufriedenstellendes Ergebnis am Anfang des Winters.

Für Rupert geht es jetzt mit der Trainingsgruppe aus Frankfurt ins Wintertrainingslager nach Dalaman in der Türkei, um hier weitere Akzente Richtung Sommersaison und Leipzig zu setzen.

Für Cedric wird der Weg beim DRV dieses Jahr zu Ende gehen. Ab dem nächsten Jahr wird er probieren für Frankreich, dem Heimatland seiner Mutter, zu starten.

Trainingslager in Köycegiz

Von Rupert Pretzler

Rupert Pretzler bereitete sich zwischen den Jahren mit seinem Zweierpartner Paul Kirsch in Köycegiz auf die kommende Saison vor. Vor dem Trainingslager war Köycegiz als Ruderstandort kein Begriff, dort vor Ort waren die Ruderbedingungen aber traumhaft. Ein ca. 5 km breiter und ca. 12 km langer See mit Bojenkette für das Training mit dem Hotel direkt am Ufer des Sees und den Booten im Garten ließ kaum Wünsche offen – kein Wunder also, dass Teile des türkischen Nationalteams dort ebenfalls im Trainingslager waren. Dort wurden unter Anleitung der Frankfurter Trainer Stromi und Ralf die Einheiten angegangen. Auf vielen km arbeiteten Rupert und Paul hier intensiv am Zusammenspiel im 2- und hatten Gelegenheit, die Änderungen in Belastungen zu testen. Bei schlechtem Wetter, das leider einige Einheiten auf dem Wasser verhinderte, ging es auf die Ergos oder zum Joggen um den See.

Foto: Rupert Pretzler

Alles in allem war das Trainingslager sehr gelungen und macht Lust auf die nächste Saison. Weiter geht es jetzt mit einem Trainingslager in Spanien um den Fortschritten aus der Türkei die letzten Feinschliffe zu geben, bevor es dann Richtung Leipzig und Kleinbootmeisterschaften geht.

Wiking-Masters stehen für 2019 in den Startlöchern

Von Hannes Blank

Die extrem teilnehmerstarke Regatta auf der Olympiastrecke in München war 2019 Höhepunkt der Mastersruderer des KRV Wiking. "Die gute Stimmung unter Ruderern und Organisatoren steckte uns sofort an", schrieb Wiking-Ruderin Johanna später in ihrem Bericht. Die gute Stimmung rund um Wiking-Kommunikationsvorstand Martin Damm hält an - und wurde inzwischen noch gesteigert.
Inzwischen gibt es eine Mastersruderer-Kooperation mit dem Karlsruher Rheinklub Alemannia, initiiert von Rheinklub-Ruderer Thiago Barretto (ehemaliges Junioren-Nationalmannschaftsmitglied Brasilien) und gerne angenommen von Wiking-Masterschef Detlef Rautmann. Die nun weitaus größere Trainingsgruppe (Größe ca. verdoppelt!) hält viel mehr Möglichkeiten für die Bildung von Bootsmannschaften bereit, hin und wieder wird auch im Achter gerudert. Die Motivation ist hoch, die Trainingsumfänge und -Intensitäten sind deutlich höher als in der Breitensportgruppe.
Trainiert wird sowohl hüben wie drüben, an den Sonntagen abwechselnd und unter der Woche mit jeweils einem anspruchsvollen Indoor-Trainingsangebot. Wer z.B. am Mittwochabend martialische Schreie aus dem Wiking-Gymnastikraum hört, dort trainieren die Masters "Spartacus" mit den Kurzhanteln. Technisch werden die Masters-Ruderer ein Mal in der Woche von Junioren-Trainerin Victoria Karl unterstützt bzw. mit dem Motorboot begleitet, bevor das Junioren-Training beginnt.
Benützt wurden und werden ausschließlich nicht mehr ganz neue Boote "aus der zweiten Reihe", diese dafür sehr intensiv. Nicht ganz einfach war und ist es manchmal, die unterschiedlichen Ehrenämter der Masters, und die damit verbundenen Pflichten, mit einem konsequenten und planvollen Training zu verbinden. Denn es hat sich 2018 auch gezeigt: Im Karlsruher Ruder-Verein Wiking v. 1879 e.V. haben vor allem Mitglieder aus der Masters-Abteilung Verantwortung im Vorstand übernommen.
Für 2019 sind Teilnahmen an der der 85. Heidelberger Regatta am 18. und 19. Mai und an der 95. Offenbacher Ruder-Regatta am 6. und 7. Juli schon fest eingeplant - weitere folgen sicher!

Foto: Steffen Leschka

Termine

Hier findet ihr die wichtigsten Termine im Überblick, eine ausführlichere Übersicht gibt es auf der KRV-Homepage https://www.krv-wiking.de/termine

Ergo-Cup Rhein-Neckar	23.02.2019
Heineken Cup Amsterdam	08.03.2019
Treffen der Wanderruderwarte	09.03.2019
Jahreshauptversammlung 2019	14.03.2019
Arbeitsdienst	23.03.2019
Head of the River London	30.03.2019
Anrudern	31.03.2019
Regatta Mannheim	27.04.2019
Kirchbootfahrt auf dem Rhein	04.05.2019
Regatta Nantes	04.05.2019

MAISENBACHER
HORT
PARTNER

Steuerberater | Rechtsanwalt
Karlsruhe | Baden-Baden

WIR MACHEN KLAR SCHIFF.

Mit 160 Händen für Ihren Erfolg!

www.mhp-kanzlei.de