



# RUDER | NEWS

**U23 WM in Varese**

**Luise Bachmann holt**

**Bronze im Achter**

**U23 DM**

**1x Gold und**

**2x Silber**

**02 | 2022**

August & September

**RUDERVEREIN  
INGELHEIM**



# KARL GEMÜNDEN



KARL GEMÜNDEN  
GmbH & Co. KG

Bauunternehmung Karl Gemünden  
GmbH & Co. KG  
Rheinstraße 194b  
55218 Ingelheim am Rhein

Telefon (0 61 32) 99 55-0  
Telefax (0 61 32) 99 55-99

info@gemuenden-bau.de  
[www.gemuenden-bau.de](http://www.gemuenden-bau.de)

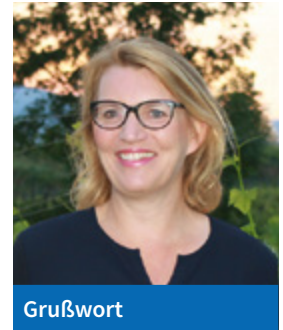
Liebe Ruderkameradinnen,  
liebe Ruderkameraden!

Im April fand unsere Jahreshauptversammlung statt. Nach zwei Jahren Pause und wegen der anstehenden Neuwahl des kompletten Vorstandes haben wir uns eine deutlich größere Beteiligung erhofft. Leider haben nur wenige Mitglieder den Weg in das Bürgerhaus Frei-Weinheim gesucht. Das ist bemerkenswert, denn für die nächsten beiden Jahre steht mit dem geplanten Umbau unseres Bootshauses ein wichtiges Ereignis für den Ruderverein an, dass eine breite Unterstützung aus der Mitgliedschaft benötigt. Bei der Neuwahl des Vorstandes konnten nur die vier Positionen des engeren Vorstandes besetzt werden. Die vor allem für ein aktives und reibungsloses Vereinsleben so wichtigen Vorstandsämter wie Ruderwart, Bootswart oder Hauswart sind unbesetzt.

Die Werkplanung für unseren Umbau ist leider noch nicht abgeschlossen, so dass wir die für Mai geplante außerordentliche Mitgliederversammlung noch einmal verschieben mussten. Insgesamt macht sich in unserer Umbauplanung die allgemein angespannte Situation im Bereich Bauen bemerkbar. Vor allem das Einholen der Angebote gestaltet sich schwierig. Der neue Termin für die außerordentliche Mitgliederversammlung wird rechtzeitig bekannt gegeben. Mehr zum aktuellen Stand der Vorbereitungen findet Ihr im Bericht der Baukommission. Unser Schnupperkurs für Erwachsene, der im Mai und Juni stattfand, erfreute sich sehr großer Nachfrage. Insgesamt konnten wir 15 Interessierten das Rudern beibringen. Noch einmal so viele mussten wir leider auf ein anderes Mal vertrösten. Ein herzliches Dankeschön an Hans Groß und die zahlreichen Helfer\*innen für die

sehr gute Organisation und Begleitung unserer „Schnupperruderer“ während der acht Trainingseinheiten. Diese wurde übrigens auch von allen Teilnehmer\*innen ausgiebig gelobt und nun können wir zehn neue Mitglieder in unserer Mitte begrüßen!

Als nächstes steht der DRV-Wettbewerb „Die schnellste Klasse Deutschlands“ in Kooperation mit dem Sebastian-Münster-Gymnasium an, so dass wir hoffentlich auch für unsere Jugendgruppe



Grußwort

bald neue Talente finden werden. Last but not least...die Deutschen Meisterschaften U17/U19/U23 fanden am letzten Juni-Wochenende in Köln statt. Annabelle Bachmann und Luise Bachmann errangen insgesamt drei Medaillen für unseren Verein: Silber im Vierer mit Steuerfrau und Gold für Luise bzw. Silber für Annabelle im U23 Frauen-Achter. Das ist ein tolles Ergebnis und lässt uns für den weiteren Verlauf der Saison auch auf eine erfolgreiche WM-Teilnahme in Varese/Italien hoffen.

Mit rudersportlichen Grüßen

Antje Bachmann  
1. Vorsitzende

## Arbeitseinsatz im März



Heiner Hunold – Am 26. März haben sich dankenswerterweise 17 Mitglieder um 10 Uhr am Bootshaus getroffen, um zu Beginn der neuen Rudersaison das Bootshaus vom „Winterstaub“ zu reinigen, nach der Pritsche zu schauen und die Grünanlagen wieder in „Schuss“ zu bringen.

So wurden die Fenster in Werkstatt, Kraftraum und Clubraum geputzt, der Strauch am Gastank zurückgeschnitten, Bootshalle und Bootsplatz gefegt, die Befestigung der

Pritsche erneuert, einige Lampen in der Bootshalle repariert sowie die Wasserpumpe zur Reinigung der Boote in Betrieb genommen. Auch nicht unwichtig war die Entfernung des Treibgutes, das sich während des Winters um die Pritsche ansammelte. Hier gilt besonderer Dank Astrid Bieler-Ness sowie Winfried Holtmann, der mit seiner Motorsäge nach Kräften unterstützte. Natürlich bleiben noch viele Themen offen - als da wäre unser „Sorgenkind“ - die Reinigung des Terrassendaches, aber

auch der Austausch der Duschgarnitur in der Umkleide Herren sowie der Ersatz von Leuchtmitteln im Clubraum. Ein weiterer Anlass für diesen Arbeitseinsatz ist auch der bevorstehende Umzug in die Feuerwache, bedingt durch die bevorstehende Sanierung unseres Bootshauses. Mit vereinten Kräften wurde nicht mehr benötigtes Material aus der Bootshalle, dem Clubhaus und der Werkstatt über den Wertstoffhof entsorgt. Bis auf die Rigipsplatten - diese mussten von Robert in Offenbach (!) entsorgt werden, da dieses Material vom Wertstoffhof Ingelheim abgelehnt wurde. Vielen Dank, Robert.

Es wurde ordentlich angepackt und so manch einer konnte einen soliden Grundstock an Holz für den kommenden Winter anlegen. Zumindes ist aus Sicht des Vorstandes die Bootshalle entrümpelt und auf den Umzug vorbereitet. Ihr könnt es sehen, wenn Ihr in der Bootshalle steht und „gen“ Dach schaut - man kann es wieder sehen. Wie bei jedem Arbeitseinsatz nach dem Winter war es ein schöner Anlass sich nach der Winterpause mal wieder zu sehen. Das Einzige, was gefehlt hat, war die Brotzeit - jedenfalls ist in dieser Hinsicht noch Luft nach oben. Es war ein schöner und lustiger Arbeitseinsatz mit einem herzlichen Dank an Alle, die geholfen haben.

## Pritsche ohne Beachtung ...?

Bei veränderlichem Wasserstand ist die Position der Pritsche dem aktuellen Wasserstand anzupassen.

Daten über den Wasserstand sind über ELWIS jederzeit abrufbar. Leider ist es auch in diesem Jahr dazu gekommen, dass die Pritsche bei niedrigem Wasserstand aufsetzte. Einmal kam es sogar dazu, dass die der Zugänge aus der Laufschiene sprangen. Durch sofortiges Eingreifen konnten die Rollen wieder in die Laufschiene gehoben und die Pritsche dem Wasserstand angepasst werden. Größerer Schaden wurde damit verhindert. Wir möchten euch daher dringend bitten, darauf zu achten, dass sich die Pritsche immer in der richtigen Position befindet und kein Schaden entstehen kann. Die Seilwinden werden wir bei nächster Gelegenheit einer Revision unterziehen, um diese leichtgängiger zu machen.

Wir vertrauen auf Eure Mithilfe.  
Euer Vorstand



gehen, haben wir es dann doch kurzerhand nach drinnen verlegt, da der kalte Wind einfach zu unangenehm war. Auf den gelungenen Auftakt der neuen Rudersaison konnten wir auch endlich mit einem unserer Geschenke von der 100 Jahr-Feier anstoßen – dafür wurde eine Magnumflasche Sekt vom Schloss Vaux geköpft.



## Saisonstart

# Anrudern 2022

*Antje Bachmann* – Früh im Jahr – in diesem Jahr bereits am 2. April – stand unser geplanter Anrudertermin.

Corona war noch nicht ganz vorbei, aber die üblichen Einschränkungen waren gerade deutlich gelockert worden, Sport und geselliges Beisammensein fast ohne Einschränkungen wieder möglich.

Das waren an sich gute Voraussetzungen für ein „normales“ Anrudern, aber noch waren nicht alle bereit zur Rückkehr zu dieser „Normalität“. Nichtsdestotrotz fanden sich ausreichend Mitglieder am Boots-

haus ein, so dass wir mit drei Booten aufs Wasser gehen konnten. Unsere ehemaligen Rennruder\*innen Maria und Jessica, Clemens und Max freuten sich gemeinsam in den Rennvierer zu steigen und davon zu rauschen. Alle anderen stiegen bei ebenfalls bester Laune in die beliebtesten Vierer, die unsere Halle zu bieten hat.

Die Ausfahrt haben wir etwas verkürzt – bis zur DLRG-Station- so dass anschließend noch ausreichend Zeit für ein gemütliches Kaffeetrinken blieb. Ursprünglich im Freien geplant, um doch nicht zu viel Risiko einzu-



Alle Jahre wieder ...

## Mitgliederversammlung im Bürgerhaus

Barbara Holtmann, Ulrike Schulz – Am Freitag, dem 8. April 2022, fand unsere Mitgliederversammlung in diesem Jahr im Bürgerhaus statt.

Vielleicht war es weiterhin aufgrund von Corona oder auch wegen der bevorstehenden Osterferien: Die Beteiligung war jedenfalls mit rund 15 Personen inklusive Vorstand sehr gering.

Zum Glück gibt es ja im Nachhinein den Bericht in den Rudernews für alle, die nicht dabei sein konnten. Andererseits trägt die persönliche Anwesenheit jeder und jedes einzelnen bei solchen Veranstaltungen auch zur aktiven Gestaltung des Vereinslebens bei und ist darüber hinaus Ausdruck für die Wertschätzung der Vereins- und Vorstandarbeit. Neben den satzungsbedingten Formalitäten, durch die alle irgendwie durch müssen, gibt die Mitgliederversammlung dabei vor allem auch einen guten Überblick über die aktuelle Situation des Vereins. Dazu aus dem Rückblick unserer Vorsitzenden Antje:

Ein Highlight im vergangenen Jahr war unsere nachgeholte 100-Jahrfeier am 18. September 2021 (wir berichteten). Ein Nachtrag dazu: Es wurden insgesamt 200 Flaschen des Jubiläumsweins verkauft. Insgesamt haben die letzten beiden Coro-

na-Jahre unser Vereinsleben stark geprägt durch zurückgehende Aktivitäten aufgrund des eingeschränkten Sportbetriebs und in Folge dessen gesunkene Mitgliederzahlen (aktuell rund 150).

2020 und 2021 waren dennoch im Wettkampfbereich weiterhin sehr gute Jahre für unseren Verein – durch die nationalen und internationalen Erfolge von Annabelle und Luise Bachmann (wir berichteten), wie unser Trainer Andreas betonte. Die Geschwister rudern und studieren inzwischen beide in den USA. Ab Anfang Juni werden sie in Deutschland zusammen im Zweier ohne starten und so versuchen, sich für die U23-WM Ende Juli in Varese (Italien) zu qualifizieren.

Geehrt wurden in diesem Jahr für:

### 65 Jahre Mitgliedschaft

- Friedrich Fischer

### 40 Jahre Mitgliedschaft

- Dr. Hajo Körner

### 25 Jahre Mitgliedschaft

- Andrea Swidersky
- Dr. Hans-Jürgen Zimmermann

Vielen Dank an dieser Stelle für den ausführlichen Bericht des Vorstands, der – so

viel schon vorweg – durch die anwesenden Mitglieder entlastet wurde.

Unsere Vorsitzende Antje stellte in Vertretung von unserem aufgrund von Krankheit entschuldigtem Kassenwart Thomas den Finanzbericht vor:

Insgesamt verzeichnete der Verein 2020/21 höhere Einnahmen u.a. durch Zuschüsse der Stadt Ingelheim für den Rennsport, die Mieteinnahmen des Erdbeerstandes, Einnahmen aus dem Verkauf des Bootes „Kaiserpfalz“, aus der 100-Jahr-Feier und vor allem auch hohe Spenden im Hinblick auf unser Bauvorhaben.

Die Arbeit der Baukommission stellte stellvertretend unser zweiter Vorsitzender Heiner vor:

Am 22. Oktober 2021 fand die Mitgliederversammlung zum Neubau des Bootshauses statt, in der das Bauvorhaben formell beschlossen wurde. Darüber hinaus stimmten die Mitglieder über die Aufnahme eines Kredites ab, um ggf. die Ausfinanzierung des Bauvorhabens abzusichern.

Unser Bauprojekt bindet weiterhin viel Energie und Zeit der sich dafür engagierenden einzelnen Mitglieder. Künftig wird hier eine breite Unterstützung aller verfügbaren

*Rechts: Maria Beer hat Andrea Swidersky nachträglich die Urkunde und Silberne RVI-Nadel für 25 Jahre Mitgliedschaft überreicht.*



Kräfte im Verein notwendig (und erwartet), wenn die konkrete Umsetzung mit dem Umzug in die Feuerwehr beginnt.

Den Bericht der Kassenprüfer Birgit Dinges und Dr. Thomas Reisinger verlas unsere Vorsitzende Antje stellvertretend.

Neuwahlen:

Verein und Vorstand waren bisher mit vielen offenen Posten unterbesetzt, so dass viel Arbeit an Wenigen hängen bleibt. Daran haben auch die Neuwahlen der für 2022/23 wenig geändert, die folgende Besetzungen ergaben:

- Vorstandsvorsitzende:  
Antje Bachmann (bestätigt)
- 2. Vorsitzender:  
Heiner Hunold (bestätigt)
- Kassenwart:  
Thomas Lischke (bestätigt)
- Schriftführerin:  
Barbara Holtmann (folgt auf Werner Langner)
- Kassenprüfer: Magnus Reisinger, Andreas Beer

Die Jugend hatte bereits am 1. April 2022 ihre Vertreter gewählt:

- Jugendleiter Paul-Lukas Voigt
- Stellvertreter Fabien Le Guen
- Jugendsprecher Jan Wiedenhaus

Außerdem stimmten die anwesenden Mitglieder über den Haushalt 2022 ab und gaben diesen frei.

Die bereits für dieses Jahr geplante Überarbeitung der Satzung ist seitens des Vorstandes auf das nächste Jahr verschoben worden.

2022 ist erfreulicherweise unter etwas günstigeren Vorzeichen als in den Vorjahren gestartet. Bereits beim Arbeitseinsatz im Bootshaus am 26. März packten 13 fleißige Helfer beim Frühjahrsputz mit an. Die Saison startete offiziell zum Anrudern am 2. April. Von unserem zweiten Vorsitzenden Heiner erging dazu noch mal der Hinweis und die dringende Bitte, die Pritsche je nach Pegelstand hoch- und herunter zu drehen. Diese ist jetzt dank Wartung durch Rolf und Heiner auch wieder leichtgängig und für jeden handhabbar, der Schlüssel findet sich im Schlüsselkasten.

Auch die Jugend ist wieder aktiv (und übrigens auf der Mitgliederversammlung anteilig stark vertreten). Neben gemeinsamen Grillen und Wochenendaktionen steht nunmehr auch wieder das gemeinsame Rudern im Vordergrund, berichtete Jugendleiter Paul-Lukas Voigt.

Dies gilt für den gesamten Sportbetrieb. So schloss Antje die Versammlung mit dem Wunsch, dass wir uns alle wieder öfter zum Rudern treffen.

Und auch ihr Appell soll nicht ungehört verhallen: Alle Mitglieder werden weiterhin gebeten, ihre Möglichkeiten zur Unterstützung des Neubaus abzuwägen: personell, aber vor allem auch finanziell!



**cross effect**

Umsetzung Ihrer Ideen in Layout, DigitalPrint, Offset, Werbemittel, Web & Fotografie...

**Wir machen's Ihnen einfach.**

**Qualität & Service aus Ingelheim**

**www.cross-effect.de**

Eckoldt GmbH & Co.KG  
Bahnhofstraße 106  
55218 Ingelheim am Rhein  
Tel. 0 6132-79 06 90  
eckoldt@cross-effect.de



Das Team Mosel

## Rudertradition

# Eierfahrt zur RG Wiesbaden-Biebrich

*Hajo Rust* – Normalerweise findet die Eierfahrt alljährlich im Januar statt, die Tradition der Eierfahrt stammt ursprünglich aus Berlin (siehe auch das Video, dass Heiner am 9.4.2022 auf WhatsApp teilte) und wurde Mitte der Sechziger Jahre mit an den Rhein gebracht.

Bedingt durch die Covid 19- Pandemie fand das letzte Treffen der ca. 15 Vereine aus der Umgebung im Januar 2020 statt und wurde dieses Jahr u.a. wegen den geltenden Corona-Auflagen auf Ostersonntag verlegt. Der Einladung des RVI Vorstandes folgend, kamen 2 Bootsbesetzungen mit neun ruderfreudigen Teilnehmern zustande:

Boot: Barbarossa	Boot: Mosel
Antje	Christiane
Astrid (Hinfahrt)	Michael
Ulrike (Rückfahrt)	Robert
Heiner	HaJo
Andreas	

Abfahrt Ingelheim: 9:00 Uhr  
 Das Bootshaus der Rudergesellschaft befindet sich bei Rheinkilometer 503,5 in Wiesbaden-Biebrich am Rheinufer. Die Strecke hin und zurück beträgt 32 Km.  
 Die 16 Kilometer bis zur Rudergesellschaft konnten zwar bei durchweg schönem Wetter und nicht sehr unangenehmen Temperaturen bewältigt werden, jedoch wurde die Performance der Ruderinnen und Ruderer durch starken Ostwind ziemlich beeinträchtigt, so dass wir erst nach 12:00 Uhr und somit als Letzte an der Pritsche vom Bootshaus der Rudergesellschaft anlegten. Die Begrüßung war dennoch außerordentlich freundlich und wir wurden mit vielen hartgekochten Eiern, Brezeln, Bowle, Wasser und vor allem mit ausreichend Eierlikör empfangen. Die Ansprache des Vorsitzenden hatten wir leider verpasst. Zum Ausgleich setzte sich ein Vereinsmitglied der Rudergesellschaft an unseren Tisch und ließ uns eher selten zu Wort kommen.

Nach dem sich der schöne Saal der Rudergesellschaft weitgehend geleert hatte, brach die Besetzung der Mosel als Erste zurück nach Ingelheim auf. Die Besetzung der Barbarossa kam dagegen noch in den Genuss der ergiebigen Ausführungen aus dem umfangreichen Erfahrungsschatz des Vereinsmitglieds aus Wiesbaden und der noch nicht geleerten Flasche Eierlikör.



Die Rückfahrt verlief bei starkem Rückenwind, viel Strömung und Sonnenschein in einem sehr hohen Tempo, so dass die Mosel um 15:20 Uhr in Ingelheim eintraf, die Barbarossa gegen ca. 16:00 Uhr.

Insgesamt war es eine gelungene Eierfahrt nach 2 Jahren Abstinenz. Einzig zu beklagen ist der Verlust der Barbarossafahne, die sich auf der Hinfahrt in einer Angelschnur verfangen hatte.

Nachrichtlich war zu erfahren, dass 2023 die Mainzer Rudergesellschaft aufgrund Ihres Jubiläums einlädt und 2024 der Flörsheimer Ruderverein gemeinsam mit dem Rüsselsheimer RK.



Erster Versuch

## Tagesfahrt von Ingelheim nach St.Goar, ähhh... Bacharach

*Robert Lichtenberg* - Als Breitensport-Ruderer gehören Tages- und Wanderfahrten mit zu den schönsten Erinnerungen, die das Rudern zu bieten hat. Da ich wohl oft davon erzählte, verhaftete mich Antje zur Organisation dergleichen.



Für die erste Aktion des Jahres war der 30. April ins Auge gefasst. Was liegt näher als eine der "Hausstrecken" Ingelheim - St.Goar dafür auszuwählen. Zumal die Tour nach der Winterzeit für alle müden Knochen machbar ist und durch das landschaftlich schönste Stück des Rheintals führt. Um nach einer langen Corona-Zeit endlich mal wieder ein aktives Vereinsleben ins Leben zu rufen, kam mir als Fahrtenleiter der Gedanke, den Tag mit einem Marktfrühstück, bei Woi, Weck und Worscht zu starten.

Als ich in der Planungsphase von dieser Idee erzählte, gab es fragende Gesichter. Etwa Alkohol schon vor Fahrtbeginn? Für mich als alter Ruder der Bonner Ruder-Gesellschaft war die Idee überhaupt nicht abwegig, wir haben es in der BRG schon des Öfteren so gehalten, denn diese kleine fröhliche Begrüßung bringt Ruderer zusammen. Wir betreiben schließlich einen Mannschaftssport. Gedacht, getan. Am Samstagmorgen tischte ich vor der Bootshalle ein kleines Marktfrühstück mit Woi, Weck und Worscht auf.



Für Skeptiker, Vegetarier und Antialkoholiker gab es natürlich auch Käse und eine leckere Traubensaftschorle. Nachdem das Wetter schon die ganze Woche nicht so recht mitspielen wollte, sah der Samstag dennoch recht freundlich und trocken aus. Einzig das erste zarte Laub der



Bäume wog etwas hin und her. Gestärkt und gut gelaunt bildeten sich aus den Teilnehmern insgesamt 3 Vierer-Mannschaften mit Steuermann und man ging gemeinsam auf Wasser. Bei der Ausfahrt aus unserem geschützten Hafen spürte man schnell, dass sich nicht nur das Laub der Bäume hin und her bewegte, sondern auch das Wasser. Ein kräftiger Gegenwind richtete die Wogen des Rheins auf. Schon in Höhe von Geisenheim merkten Mannschaften und vor allem die Steuerleute, dass diese Tour kein Zuckerschlecken sein wird. Großschiffahrt und Gegenwind ließen Wellen stehen und das Rudern war weit davon entfernt ein Vergnügen zu sein.



So erforderte es des Öfteren die Befehle "Halbe Kraft", "Ruder-Halt" und "Wellen-Annehmen". Nachdem Binger Loch und fast die halbe Strecke gemeistert waren, kam in den Booten schnell und einhellig der Gedanke auf, die Fahrt auf Grund der ständigen Windböen in Bacharach zu beenden. Ein kurzer Anruf zu Andreas Beer, der uns mit dem Bootstransporter abholen wollte, genügte





und die drei Vierer steuerten das nahegelegene Bacharach an.


Angelegt, Boote raus, abgeriggert und auf den Hänger verladen. Bei der Anzahl der Ruderer einigte man sich zügig, dass ein Teil mit dem Bootstransporter und die Übrigen mit dem Eilzug nach Ingelheim fahren sollten. Los ging ´s.

Das Team "Bootstransporter" war dank Andreas zackig am Bootshaus. Abladen, aufriggern, Boote putzen, in die Halle rein. Das Team "Eilzug" hatte da weitaus weniger Glück. Nach einem kurzen Fehlalarm, man sei schon bald in Ingelheim, ließ die Bundesbahn doch auf sich warten, warten,

warten .... Endlich kam per Handy die Nachricht, der Zug kommt, fährt aber nur bis Bingen. Also ging es mit dem Transporter nochmal nach Bingen, um alle Ruderer wieder zurück ans Bootshaus zu bringen. Hier wurden dann beim Ausklang noch die Reste des Marktfrühstücks verzehrt.

Fazit: Ich verspreche für die nächsten Touren, weniger Wind und wirkliche Eilzüge. Mir hat ´s aber trotzdem gefallen. Danke an alle Mitrunderer.

Besonderen Dank an Andreas Beer für den Bootstransport und die Firma Gemünden für die Bereitstellung des Fahrzeugs.



**150 Jahre**  
Altstadt Bäckerei  
**Finkenauer**  
der Bäcker- Knäckebrot- und Sauerteigspezialist

- Alle unsere Backwaren werden nur mit Natursauerteig hergestellt – handgemacht und naturbelassen
- Mehle und Rohstofffokus kontrolliertem, ökologischem Anbau
- Kleiner Partyservice für Brot und Fingerfoodbuffet für Weinproben, Hochzeiten oder Feiern aller Art – süß oder herzhaft
- Bistrocafé mit kleinem Frühstück

**Öffnungszeiten:**  
Dienstag bis Freitag  
6.00 Uhr bis 13.00 Uhr  
14.30 Uhr bis 18.00 Uhr  
Samstag 6.00 Uhr bis 13.00 Uhr  
Alte Gasse 37  
55218 Ingelheim  
Telefon 06132/2306  
Fax 06132/7179942  
bakerboy-finkenauer@t-online.de



*Fleischerei Martin*  
*Ingelheim*

**Ihr Fleischer-Fachgeschäft  
Fleischerei Martin**

Rinderbachstr. 1  
55218 Ober-Ingelheim  
Tel. 06132/2069  
[www.fleischerei-martin.com](http://www.fleischerei-martin.com)

**Unsere Öffnungszeiten:**  
Mo./Di./Do. 6.30 – 18.00 Uhr  
Fr. 6.30 – 18.30 Uhr  
Mi./Sa. 6.30 – 13.00 Uhr

*Qualität ★ Tradition ★ Frische ★  
Fleisch aus der Region*

**Die „Macher“ der neuen RVI-Website!**



**WEBHELD24**  
WEBDESIGN. SCHNELL. GÜNSTIG.

Wir realisieren Websites und einfache Webshops für kleinere Unternehmen und Vereine. Schnell & preiswert!

- **Intuitives CMS, kinderleichte Bearbeitung**
- **Responsive Design, DSGVO-konform**
- **Sonderkonditionen für RVI-Mitglieder**

Günstige Paketpreise inkl. Designkonzept, Einrichtung Website mit CMS und Schulung. Sprechen Sie uns an!

**Kontakt » [www.webheld24.de](http://www.webheld24.de)**





**Bäckerei Grünewald**  
Landbäckerei seit 1881

Backwaren mit Zutaten aus unserer Region  
Soonwald • Nahe • Rheinhessen  
[www.baecckerei-gruenewald.de](http://www.baecckerei-gruenewald.de)  
Feldborn 2 • 55444 Waldlaubersheim



**SooNahe**  
Gutes von Nahe und Runsrück



Rudern (kennen) lernen

## Schnupperkurs in Rudern im Ingelheimer Hafen

*Birgit Binningen* – Am 21. Mai 2022 war es endlich soweit: der Schnupperkurs in Rudern im Ingelheimer Hafen startete. An einem warmen sonnigen, aber recht windigen Tag fanden sich 20 Teilnehmer vor dem Ruderverein Ingelheim in Frei-Weinheim ein und warteten auf ihre ersten Instruktionen. So viele Helfer aus dem Verein waren da und begleiteten uns. Jetzt hieß es, wer hat schon mal gerudert? Und dieser durfte dann als Schlagfrau oder -mann vorne sitzen und den Schlagtakt angeben. Die Gruppen teilten sich nun auf die Boote auf und wir lernten die ersten Grundbegriffe, wie Skulls und Dollen und wie man das alles zum Steg trägt und handhabt. Puh war das aufregend. Dann ging es zum ersten Mal ans Einsteigen. Ruderblät-

ter in der rechten Hand halten und Kommando „Mannschaft, steigt ein!“ Oh weh ist das wackelig. Aber geschafft. Schwitz. Dann lernt man noch einige Begriffe wie Steuerbord und Backbord und wer wo sitzt, aber sobald man abstößt vom Steg, vergisst man erst mal alles vor lauter Aufregung. Jetzt hieß es „In die Auslage!“ Und wir ruderten die ersten Schläge im Hafen. Das große Wasser bitte jetzt noch nicht! Und so verruderte ich schon mal das Paddel, sprich es blieb nicht auf dem Wasser, sondern verabschiedete sich einfach in die Tiefen, grrrr..... „Ruder! Halt!“ hieß es dann und ich konnte wieder korrigieren. Und dann auf ein Neues: „In die Auslage und ...“ das war am ersten und zweiten Tage sehr aufregend, überhaupt die Skulls (für











mich immer noch Paddel) richtig zu führen. Am dritten Tag ging es dann auf das „Große Wasser“, auf den Rhein. Oh weh, hoffentlich schaffe ich das? Es war windig und die Wellen schaukelten uns ganz schön an. Mann, hatte ich Schiss. Aber unser Steuermann blieb zum Glück stoisch und wir legten uns in die „Planken“. Jetzt musst Du Dich sehr konzentrieren, damit Du mit der Schlagfrau gleichziehst, sagte ich mir, wie in einem Mantra. Das gelang dann sogar ganz gut ohne mein Ruder zu verreißen und dem Vordermann in die Skulls zu hacken. Konzentrier Dich! OK, achte nur auf die Schlagfrau und bleib in ihrem Rhythmus! Später brannten mir die Augen von dieser Konzentration. Und endlich erreichten wir die ruhigeren Fahrwasser der sog. Hessenkrippe. Hier konnten wir jetzt das Wenden über Backbord oder über Steuerbord und das Streichen erneut üben. Denn das muss sitzen sagte uns der Lehrer. Ist ja auch klar, wenn man auf so einem Fließgewässer wie dem Rhein unterwegs sein will.

Und die Hände und Handhaltung, ach ja, wie wichtig ist das! Die ersten Male taten mir die Handgelenke weh bis ich es endlich raus hatte, wie leicht man die Skulls doch halten muss. Wie ein Schmetterling dachte ich, so leicht muss das sein. Aber wie soll man dann noch kräftig ziehen? Auch dieses Rätsel löste sich im Laufe des wunderbaren Kurses, bis es endlich anfang Spaß zu machen. Denn aller Anfang ist schwer und man lernt erst mit der Zeit, Konzentration, Rhythmus, Schlagkraft und Entspannung zusammenzubringen. Dann gleitet man auf einmal meditativ dahin und fühlt sich frei und gelöst. Herrlich! Meinen Dank auch im Namen der sehr netten Gruppe möchte ich vor allem allen Helfern des Rudervereins aussprechen. Sie waren immer mit Rat und Tat und vor allem viel Geduld für uns Anfänger da. Das war einfach wunderbar, denn sie vermittelten uns Sicherheit. Und das ist bei so einem neuen Sport, der auf wackligem „Terrain“ passiert, sehr wichtig. Danke an Alle!

JAN SEIFFERT STEUERBERATER  
DIPLOM-BETRIEBSWIRT [FH]



## MODERN, NACHHALTIG & FAIR

- STEUER- UND UNTERNEHMENSBERATUNG 
- UNTERNEHMENSPLANUNG UND TAX COMPLIANCE 
- GMBH & CO. KG-BERATUNG 
- ÄRZTEBERATUNG 
- VEREINSBERATUNG 
- EXISTENZGRÜNDUNG 

JAN SEIFFERT | STEUERBERATER  
STRESEMANNSTR. 3 | 55218 INGELHEIM AM RHEIN  
T 06132 449755 | F 06132 449756  
STEUERBERATER@JAN-SEIFFERT.DE

[WWW.JAN-SEIFFERT.DE](http://WWW.JAN-SEIFFERT.DE)

## Was macht eigentlich die Baukommission?

*Andreas Bachmann* – Die Baukommission und auch unser Vorstand sind weiter fleißig mit den Vorbereitungen der Bauphase beschäftigt. Und das in vielerlei Hinsicht.

Seit Anfang April liegt die fertige Werkplanung vor, das ist die Objektplanung des Architekten. Da wir damit keinen Architekten beauftragt haben, hatten die Mitglieder der Baukommission diese selber zu erstellen. In den ca. 50 Plänen der Werkplanung können alle wesentlichen Bauteile des Baukörpers mit ihren Abmessungen in Neubau und Bestand betrachtet werden, bitte auf der RVI-webseite nachschauen unter Bauen 4.0. Es sind dort zu finden:

- die Grundrisse G01 bis G04
- die Ansichten A01 bis A07, auch dabei Ansichten der Glasfassade Terrasse Ost sowie der Geländer
- die Schnitte S01 bis S05 durch das gesamt Gebäude quer und längs, wobei letztere erst kürzlich erstellt wurden
- die Details im horizontalen Schnitt H01 bis H15
- die Details im vertikalen Schnitt V01 bis V25.

Ergänzend wurden Alben zu bestimmten Fachthemen entwickelt, welche die derzei-

tigen Informationen und Planungsabsichten wie eine Stoffsammlung zusammenfassen, so zu den Themen Bauteilkatalog, Analyse Bestand im EG von 1975, Analyse Bestand im OG von 1995, Analyse Höhen EG bis DG, Dachdecker Gewerk Kalzip, Dachstuhl Gewerk Zimmerer, Analyse Tragwerk Neubau, Analyse Tragwerk Bestand Ertüchtigung, Bauphysik BAFA Förderung, Einrichtung Analyse Bootshalle, Metallbau Fenster, Metallbau PR Fassade, Ausbau: Boden - Decke - Wand, TGA Gewerk Heizung, TGA Gewerk Elektro, TGA Gewerk Wasser + Abwasser u.a.

Auf der Grundlage der Werkplanung arbeiteten derzeit unsere Statiker Frau Schaberger und Herr Meister vom IG Tragwerk Ingelheim den Bericht Tragwerksplanung nach Leistungsphase 4 der HOAI aus. Dieser beinhaltet die neuen Bauteile wie Dach und Obergeschoss, aber auch die Ertüchtigung des Bestandes unter Berücksichtigung der neuen Lasten. Die Statik sollte bis Ende Juni final vorliegen.

Die Glasfassade Pfosten-Riegel an der Giebelseite Terrasse Ost wurde abgetrennt und wird von Herrn Benning vom IB Augsburg berechnet. Neben der Glasstatik geht es hier um die statische Durchbildung der



Fassade zur Aufnahme von Schiebetüren oder Drehtüren in die Glasfront.

Als Prüfstatiker wurde Herr Böhm vom IB Krebs und Kiefer in Mainz vom Vorstand beauftragt. Dieser wird – wie der Name schon sagt – beide Tragwerksberechnungen überprüfen und dann freigeben.

Die bauphysikalischen Berechnungen sowie die Energieberatung wurden an Herrn Prof. Dr. Langner vom IB Langner vergeben. Unseren Antrag auf weitere Förderung von Maßnahmen zur energetischen Ertüchtigung hat dieser bereits beim BAFA eingereicht. Demnächst wird er den Nachweis zum winterlichen Wärmeschutz für alle Außenbauteile erstellen. Hierfür wollten wir aber die endgültige Statik abwarten, um evtl. Doppelarbeit (und Kosten) unbedingt zu vermeiden. Der sommerliche Wärme-

*Bild 1 – Perspektive Saal im Obergeschoss, by courtesy of Uta Liebetrau*

schutz (gegen Überhitzung) wird hier mit bewertet. Wir hatten uns für die Verwendung von Sonnenschutzglas und gegen Außenraffstores entschieden, aus Kostengründen.

Bei der Bewertung des Brandschutzes wird uns Herr Petry vom IB Petry & Horne Ingenieure GbR unterstützen. Hier geht es vor allem um Fluchtwege, Brandabschnitte und brandschutztechnische Qualitäten von Bauteilen. In dieser Beziehung hinterlässt uns auch der Umbau von 1995 noch Nachholbedarf.

Erwartet wird noch immer die Erteilung der Baugenehmigung durch die Stadt Ingel-

heim nach unserem Bauantrag, welchen wir erstmalig am 29.04.2020 gestellt hatten. Der Baugenehmigung werden wir noch letzte Auflagen zur Umsetzung in unserer Planung zu entnehmen haben, wobei wir keine wesentlichen Änderungen mehr erwarten dürfen.

Damit wäre zum Sommerbeginn die Planung abgeschlossen und die Bauphase könnte beginnen. Zu den Aufgaben der Baukommission gehört aber auch die Ermittlung der Baukosten. Dazu haben wir in allen kritischen Gewerken Leistungsverzeichnisse erstellt und bei Fachfirmen angefragt. Aus den Rückläufen der Fachfirmen baut sich dann unsere Prognose der voraussichtlichen Gesamt-Baukosten auf. Für viele Gewerke sind bereits Baukosten ausreichend ermittelt worden, so z.B. Asbestentsorgung, Dachdeckung, Dachstuhl, Fenster und Fassade, Innentüren, Fliesen, Parkett, Gummiboden, Trockenbau und Dämmarbeiten, Photovoltaik und weitere. Einige Angebote werden noch erwartet, wie z.B. Schlosser Treppe Süd und Geländer, Maler an Fassade und innen, Haustechnik für Elektro, Heizung, Wasser, Abwasser.

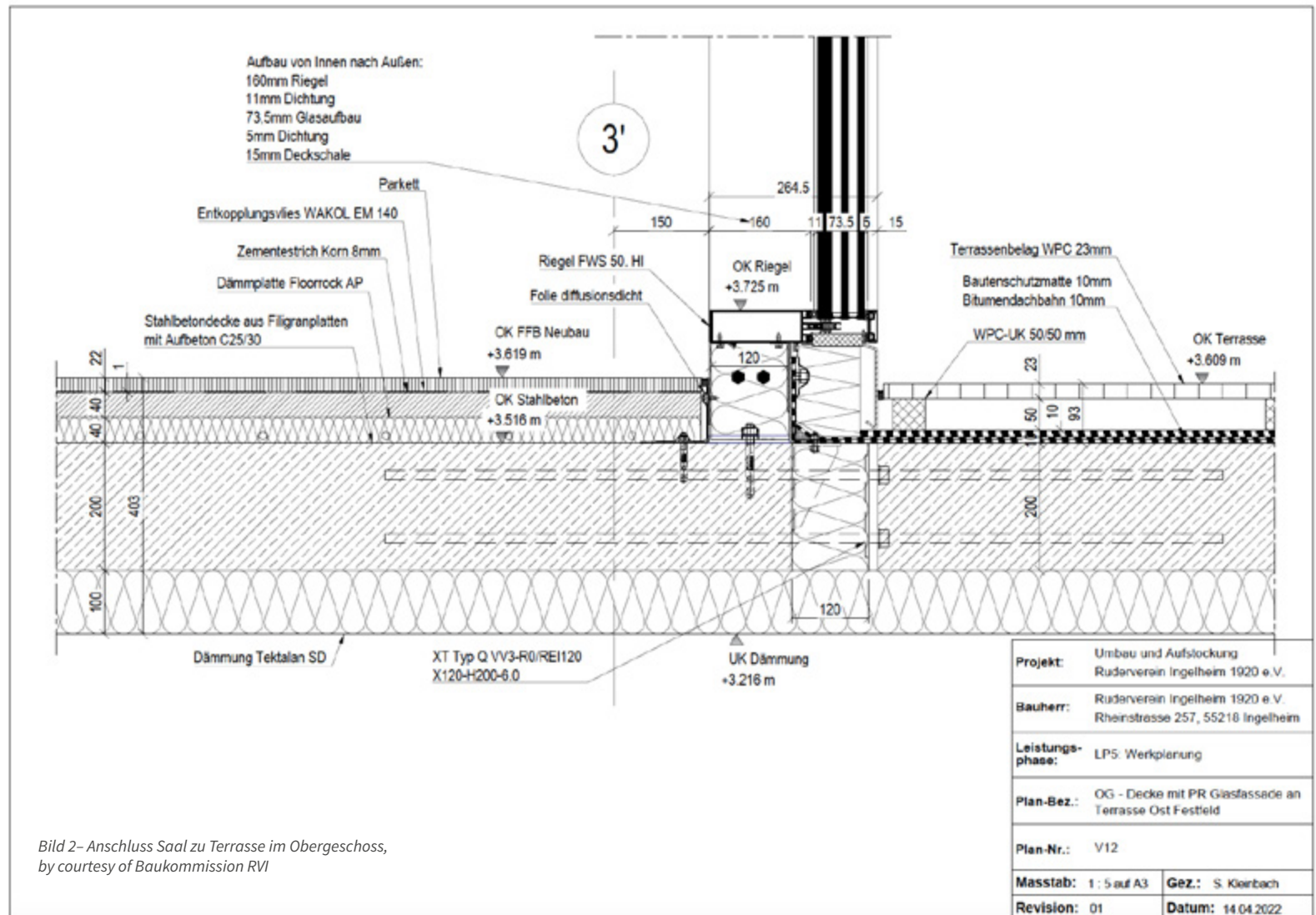


Bild 2- Anschluss Saal zu Terrasse im Obergeschoss, by courtesy of Baukommission RV1

Die so ermittelte Prognose der Baukosten wird dann dem Baubudget gegenübergestellt, an welchem zeitgleich der Vorstand arbeitet. Daher finden die Sitzungen auch immer öfter gemeinsam im Kreise der Bau-

kommission und des Vorstandes statt. Hier werden dann mit gemeinsamer Meinung - aber oft auch nach kontroverser Diskussion mit anschließender Abstimmung - Planungsfestlegungen getroffen. Stück für

Stück nimmt so unser neues Bootshaus Gestalt an. Schaut gern mal in die Pläne hinein oder kommt zur Sitzung der Baukommission vorbei. Über den sonstigen Ablauf bis zum Baustart wird der Vorstand separat

berichten. Dieser hat bereits eine weitere Mitgliederversammlung zur Vorstellung angekündigt.

## Bericht des Vorstands zum Bauvorhaben

*Antje Bachmann* – In den letzten Monaten wurde die Zusammenarbeit mit der Baukommission intensiviert, um wichtige Entscheidungen zu treffen, wie auch im Bericht der Baukommission zu lesen ist.

Insbesondere im Bereich der energetischen Ausrichtung unseres Bauprojektes haben sich aufgrund der aktuellen politischen und wirtschaftlichen Entwicklung neue Fragestellungen ergeben, die nun ebenfalls geprüft werden, wie Planung einer Photovoltaik-Anlage und ggf. Umstellung der Gasheizung auf Wärmepumpe.

Die Baukostenermittlung dauert aufgrund der anhaltend angespannten Lage im Bereich Bauen und Handwerk an. Es gestaltet sich schwieriger als erwartet, so dass wir zum jetzigen Zeitpunkt noch keine abgeschlossene aktuelle Kostenplanung vorweisen können. Aus diesem Grund haben wir die für Mai geplante außerordentliche Mitgliederversammlung verschoben, in der wir den Mitgliedern noch einmal den aktuellen Stand der Planung und Kosten vorstellen und dann abstimmen lassen möchten.

Diese ist nun für September avisiert. Dementsprechend verschieben sich auch die Termine für den Umzug in die Feuerwehr und der Baubeginn.

In der Rudernews 01/2022 haben wir bereits ausführlich über den Zeitplan für den Umzug in die Feuerwache berichtet. Ursprünglich sollte dieser im Mai beginnen und bis Ende Juli abgeschlossen sein, so dass ab August der Ruderbetrieb aus der Feuerwache heraus erfolgen sollte. Lediglich den ersten Schritt dafür konnten wir bereits umsetzen: die Entrümpelung des Bootshauses fand im Rahmen unseres Frühjahrsputzes im März mit reger Beteiligung statt.

Bezüglich der Fördermittel liegen uns die Zusagen des Landes Rheinland-Pfalz und des Landkreises Mainz-Bingen vor, die finale Zusage der Stadt Ingelheim bezüglich der Fördergeldhöhe steht noch aus. Der Stadtrat hat aber bereits positiv für die Übernahme der Bürgschaft zur Absicherung der Fördermittel des Landes abgestimmt, die wir anstelle der Eintragung einer Buchgrundschuld benötigen. Sobald alle Fördermittelbescheide vorliegen, werden wir diese für die finale Darstellung unserer Finanzierung noch einmal beim Land einreichen müssen, um die endgültige Bewilligung zu erhalten.

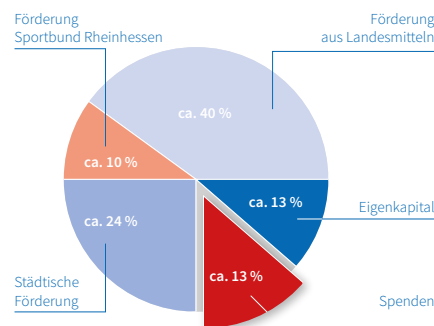
Bis dahin heißt es weiterhin Spenden einsammeln und alle Fördertöpfe ausschöpfen, die uns zur Verfügung stehen, um unser Bauvorhaben endlich in die Realität umsetzen zu können.

## Spendenaufruf Ruderverein Ingelheim 1920 e.V.

Liebe Mitglieder!

Es ist soweit! Die Bootshausenerweiterung – das größte Projekt unseres Vereins seit 25 Jahren – rückt in greifbare Nähe.

Nachdem unser Fördermittelantrag vom Land Rheinland-Pfalz in den Jahresförderplan des Landes aufgenommen wurde, gilt es nun die letzten Schritte zu gehen, um unser zukunftsgerichtetes Bauvorhaben auf den Weg zu bringen.



Wir haben mit der Bewilligung der Fördermittel durch das Land Rheinland-Pfalz bereits einen wichtigen Meilenstein in der Finanzierung erreicht, damit sind auch die Fördermittel des Landkreises und der Stadt Ingelheim gesichert.

Außerdem haben wir als Verein eine große Summe auf unserem Baukonto bereitgestellt.

**Inzwischen haben wir bereits Spenden in Höhe von 50.750€ erhalten!**

- 6 Spenden zu je 5.000 €
- 11 Spenden zwischen 1.000 und 2.000 €
- 20 Spenden zwischen 100 € und 600 €

Ein riesengroßes Dankeschön Allen, die mit ihrer Spende bereits dazu beigetragen haben, dass das Erreichen unseres Ziels in greifbare Nähe rückt!

**Jetzt seid ihr gefragt!  
Wir benötigen noch 24.000€!**

**Eure Spendezusage ist herzlich willkommen!**

Bitte sendet diese an [finanzen@ruderverein-ingelheim.de](mailto:finanzen@ruderverein-ingelheim.de) oder sprecht uns an. Eure Einzahlung wird erst nach dem tatsächlichen Beginn des Bauvorhabens 2022 erwartet.

Antje Bachmann  
Vorsitzende

## Amrum Coastal Rowing Camp 2022

Ulrike Schulz – „Gutes Wasser“ war für mich bisher immer spiegelglatt. Beim Coastal Rowing auf Amrum Ende Mai zählten andere Parameter. Zunächst sah es für mich bei Windstärken von 5-6 und Wellen wie am Atlantik gar nicht nach Rudern aus. Doch dann stießen wir im gesteuerten Doppelvierer – zusammen mit den Wind- und Kitesurfern – mutig (und noch etwas mulmig) am beliebten Nordstrand in See.

Nach den beiden Amrum Challenges 2018 und 2019 haben die beiden Initiatoren Tobias Wischer und Michael Buchheit von der RG Wiking Berlin ihr Konzept umgestellt und in diesem Jahr ein Coastal Rowing Trainingscamp angeboten. Dabei waren Touren- und Trainingsrunderer gleichermaßen angesprochen, was zu einer interessanten Mischung der rund 60 Teilnehmerinnen und Teilnehmer führte. Ambitionierte Sportler mit internationaler Wettkampferfahrung waren genauso dabei wie mittlere und ältere Jahrgänge vom fortgeschrittenen Anfänger bis zu langjährigen Ruderinnen. Coastal Rowing entwickelt sich zunehmend zum Trend. Zu Recht: Alle, die die Rudertechnik sicher beherrschen, können eine solche Ausfahrt wagen, auch ohne langjährige Wettkampferfahrung.\* Die speziellen Coastal Boote sind breite „Plastikdampfer“,

die heckseitig offen sind, so dass hereinbrechendes Wasser hinten wieder abfließt. Bei Windstärken wie am zurückliegenden Himmelfahrtswochenende auf Amrum bleibt tatsächlich niemand trocken, und es empfiehlt sich Neoprenkleidung (plus Rettungsweste). Ich hatte jedenfalls einen kurzärmeligen Anzug und Schuhe an, die ich mal fürs Surfen am Atlantik angeschafft hatte und in denen sich erstaunlicherweise auch rudern lässt. Auch deswegen fühlte sich das „Wellenreiten“ im Ruderboot ein bisschen wie der Frankreich-Urlaub an. Dabei ragt die Bugspitze schon mal haltlos in die Luft, um anschließend mit Rumps auf dem Wasser zu landen. Dennoch lassen sich die Skulls erstaunlicherweise weitgehend wie gewohnt händeln. Dafür sind die Boote insgesamt etwas höher geriggert, und man sollte in der Rückenlage nicht zu eng am Innenhebel sitzen, um noch gut abhebeln zu können. Was ich noch gelernt habe: Bei hohen Wellen ist es sicherer, das Boot senkrecht (nicht waagrecht) zu den Wellen auszurichten. Und natürlich geht es nur bei auflandigem Wind hinaus aufs Meer, um nicht abgetrieben zu werden. Ansonsten ist weniger ein gleichmäßiger Schlag gefragt als vielmehr hohe Flexibilität und der ständige Blick zum/r Schlagmann/frau: Auf dem Wellenkamm sind nämlich





kurze, schnelle Schläge nötig, im Wellental dann ruhigere, lange Züge, um die jeweiligen Strömungen ideal auszunutzen und so schnell, aber auch so kraftsparend wie möglich voranzukommen.

Der kurze Einblick in den drei Tagen auf Amrum haben mich jedenfalls überzeugt. Schon sondiere ich kommende Möglichkeiten, zu denen beispielsweise die Hiddensee-Umfahrung von Stralsund aus gehört. Der Ruderverein dort beheimatet einige Coastal Boote und war auch auf Amrum vertreten, die Kontakte sind geknüpft. Im Rudersport soll dem Coastal Rowing insgesamt künftig eine zunehmende Rolle zukommen: Für 2024 wird es zwar noch nicht olympisch, und auch für 2028 steht das längst nicht fest. Dennoch gibt es entsprechende Ambitionen, wie Iris Gerlach als

Vertreterin des Deutschen Ruderverbands auf Amrum erläuterte. Darüber hinaus stehen allen Interessierten zahlreiche Veranstaltungen und auch Regatten offen. Für Landratten ist allerdings ein gewisser Aufwand damit verbunden, zunächst überhaupt an die Küste zu kommen. Für mich hat es sich diesmal auf jeden Fall gelohnt. \*Was auch vier Hamburgerinnen unter Beweis stellten, die 2019 an der Atlantic Challenge teilnahmen und in drei Monaten die über 5.000 Kilometer von Gomera nach Antigua ruderten. Die Mannschaft nahm 2019 (vor ihrem großen Rennen) an der damals noch als Regatta ausgetragenen Amrum Challenge teil. Aber ihre Geschichte ist eine andere, die auch schon erzählt wurde.

Vorankündigung

## Wochenendfahrt auf der Mosel Klüsserrath - Bernkastel - Traben-Trarbach



Am 24. und 25. September 2022 findet eine Wochenendfahrt auf der Mosel statt. Wir rudern von Klüsserrath über Bernkastel nach Traben-Trarbach.

- Verladen der Boote am Freitagabend, Rudern Samstag und Sonntag
- Treff am Samstagmorgen, 24.09. um 08:00 Uhr im Bootshaus
- Transport Boote und Ruderer nach Bernkastel-Kues mit Gemüden Bus, ggf. Auto
- Ruderstrecke gesamt ca. 57 km, 2 Schleusen
- Übernachtung im Hotel Augustus in Bernkastel EZ 74€ /Nacht im DZ 84€ /Nacht, Frühstück 10€ p.P.
- Rückkehr am Sonntag ca. 19 Uhr

Anmeldungen bitte bis 31.8.2022 an Robert Lichtenberg oder per Mail an [wanderrudern@ruderverein-ingelheim.de](mailto:wanderrudern@ruderverein-ingelheim.de)





Rudern mal woanders

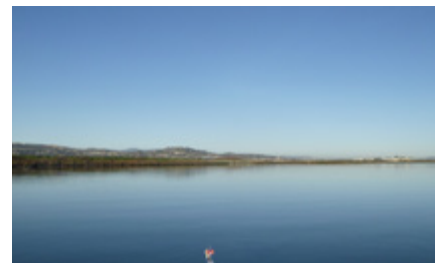
## Rudern in Redwood

*Andreas Bachmann* – Im Februar besuchten wir unsere Kinder in Kalifornien. Natürlich stand auch ein Besuch beim Rudern an, im Stanford Rowing and Sailing Center in Redwood City. Üblicherweise dürfen Besucher auf den Motorbooten mitfahren und beim Training zuschauen. Das war uns nicht genug.

Wir wollten gern mitrudern. Das Bootshaus ist für die Uniteams natürlich bestens ausgestattet, mit Booten vom Einer bis zum Achter, meist der Marken Hudson und Empacher. Der Cheftrainer Derrek war auch super gastfreundlich und bot uns bereitwillig beste Einer der Marke Hudson mit Skinny's an.

Und so fanden wir uns an zwei Tagen zum täglichen Training des Frauenteam ein, morgens um 05.40 Uhr. Da scheint selbst in Kalifornien im Februar noch keine Sonne.

Gern ließen wir die ca. 50 Ruderinnen vor, die auch fix in Achtern und Vierern auf's Wasser gingen. Antje und ich folgten dann mit unseren Einern. Von Redwood kann man aus dem Redwood Creek auf die Bay von San Francisco hinausfahren, geht so bei Wind, aber wunderschön bei glattem Wasser. In der Ferne sieht man bei aufgehender Sonne die San Francisco – Oakland Bay Bridge, nett auch der Blick zurück auf die Peninsula mit der sanften Hügelkette. Wir ruderten jedoch dann im Creek und in die Mudlands, kleine Flüsse und Kanäle, vorbei an vielen Sumpfwiesen oder netten Häusern. Sogar mit kleiner Stromschnelle an einer Durchfahrt, eben wie Fulder Aue. Ebbe und Flut sorgen hier auch für leichte Strömung. Nach zwei Stunden Ausfahrt hieß es Boote gut abspritzen, wegen des Salzwassers. Große Tiere hatten wir heute nicht gesichtet, war aber auch besser so, vom kleinen Einer aus.





Lenben & rudern im Ausland

## Stanford University – a place to row and to study

*Luise Bachmann* – Nachdem ich letztes Jahr im April mein Abitur am Sebastian-Münster Gymnasium absolviert hatte, begann für mich im September ein neuer Lebensabschnitt. Ich habe mich für ein Studium in den USA entschieden, um auf hohem Niveau studieren und rudern zu können. Stanford liegt in Kalifornien an der Westküste der USA und genießt den Ruf eines außergewöhnlichen Studienprogrammes und eines starken Ruderteams. In Stanford beginnt das Training unter der Woche um 6 Uhr, da alle Sportler um 9 Uhr

in der Uni sein müssen. Am Nachmittag steht dann entweder eine Einheit auf dem Ergometer oder im Krafraum an. College Sport ist in Amerika generell viel professioneller aufgefahren als in Deutschland. Es gibt sportspezifische Krafttrainer, Physiotherapeuten, Ernährungsberater und auch akademisch gibt es viele Ressourcen, die es einem Schüler ermöglichen sollen, einen Ausgleich zwischen Studium, Leistungssport und Freizeit zu finden. Was mir an Stanford am besten gefällt ist der Teamgeist und der Zusammenhalt innerhalb des

Teams, aber auch zwischen den Sportlern in Stanford generell. Obwohl wir ein Team von 50 jungen Frauen sind, hat jeder eine große Bedeutung in der Erfüllung unseres Traums, die amerikanischen College Meisterschaften zu gewinnen. So wird unter der Woche hart und viel trainiert und am Wochenende nach dem Training haben wir viele Sportwettkämpfe besucht, um andere Stanford Teams zu unterstützen. So zum Beispiel das Frauen Basketball Team, das den dritten Platz belegen konnte oder das Turn Team das dieses Jahr sogar den Titel geholt hat. Seit 46 Jahren in Folge hat Stanford jedes Jahr mindestens in einer Sportart



die nationalen Meisterschaften gewonnen. Das Collegerudern wird in einem finalen Wettkampf ausgetragen, bei dem jedes qualifizierte Team zwei Achter und einen gesteuerten Vierer stellt. Der erste Achter

gibt die meisten Punkte, weshalb es am wichtigsten ist, hier möglichst weit vorne zu landen. Ich habe dieses Jahr im zwei-



ten Achter auf Platz 5 gessen und wir mussten uns im Finale nur Yale geschlagen geben. Unser erster Achter wurde ebenfalls Zweiter hinter Texas und unser Vierer wurde Vierter, während Princeton das Event gewonnen hat. Zusammen haben wir Silber gewonnen, mit einem Punktegleichstand mit Texas, die ja den ersten Achter gewonnen haben. Neben der akademischen Herausforderung habe ich die Möglichkeit, mit den besten Nachwuchsruderinnen aus der ganzen Welt zusammen zu trainieren und mich selbst sportlich und akademisch weiterzuentwickeln. Ich freue mich schon sehr darauf, im September mein zweites Jahr in Stanford zu beginnen und zusammen mit meinem Team weiterhin unseren großen Traum zu verfolgen, einmal die Meisterschaft zu gewinnen und Texas im ersten Achter zu schlagen #hornsdown #fearthetree!

## Start der Regattasaison 2022 für den RV Ingelheim

Andreas Bachmann – Nach der Rückkehr aus Stanford stand für Annabelle und Luise ohne Zwischenstopp in Ingelheim sofort die Qualifikation für die diesjährige Regattasaison beim Deutschen Ruderverband auf dem Programm.

Dafür nahmen sie am 2./3. Juni an der zweiten Ranglistenüberprüfung des DRV im Zweier ohne der U23-Ruderinnen teil. Unser



Boot und Riemen waren bereits vorher nach Hamburg verbracht worden, so hieß es für die beiden: Bitte einsteigen und mitfahren. Der Vorlauf war etwas vom Winde verweht und sie wurden Vierte, kamen so nur in das B-Finale, wobei hier immer auf 8 Bahnen gerudert wurde. Das B-Finale konnten sie gewinnen, jedoch mit der insgesamt fünfbesten Zeit, was ihre tatsächliche Leistungs-

stärke sicher besser widerspiegelt als der offizielle Platz neun.

Gleich im Anschluss ging es weiter nach Ratzeburg zur Großbootbildung des DRV. In einer Mannschaft mit Klara Thiele (Renn-Rugm. Mülheim, saß mit Annabelle schon 2018 im WM-Vierer, rudert in den USA für Princeton) und Olivia Clotten (Neusser RV, rudert auch in den USA) gingen sie am Samstag im Vierer ohne an den Start. Im Wettstreit mit allen DRV-Booten erreichten sie dann im Finale den 4. Platz. Dabei geht es ja nun um die Plätze in den Auswahlbooten Achter, Vierer ohne und Vierer mit. Am Sonntag im Vierer mit Steuerfrau war der Sieg in einem etwas anderen Teilnehmerfeld ihr Ziel. Es sah auch bis kurz vor dem Ziel danach aus, dann wurde es aber doch der 2. Platz im Endspurt. Man sah schon zusehends, dass nun der Akku leer war, für Luise waren das am Ende neun Rennen in zehn Tagen. Zum Abschluss wurden alle Damen noch in verschiedene Achter eingeteilt, hier saßen Annabelle und Luise im zweitplatzierten Achter des DRV, insgesamt auf Rang vier. Mal sehen, was die Rudersaison für den Ruderverein Ingelheim noch bereithält.

### Termine 2022\*

24.09.22	Wochenendfahrt auf der Mosel [bis 25.09.22]*
29.10.	Abrudern
02.12.	Lebendiger Adventskalender am Bootshaus des RVI
03.12.	Nikolaus-Vierer bei der Mainzer RG

### Termine Jugendrudern 2022\*

15.08.22 - 19.08.22	Schnupperkurs
27.08.22 -28.08.22	Südwestdeutsche Meisterschaften
10.09.22 - 11.09.22	Regatta Schierstein
03.11.22	Beginn Wintertraining
03.12.22	Nikolaus Vierer

### Aktuelle Ruderzeiten Frühjahr 2022\*

#### Breitensport Jugend

Tag	Uhrzeit	Ort
Montag	17:00 -19:30	Bootshaus
Freitag	17:00 -19:30	Bootshaus

#### Breitensport Erwachsene

Tag	Uhrzeit	Ort
Di, Mi, Do	18:30:00	Bootshaus
Samstag	Nach Vereinbarung	Bootshaus
Sonn- u. Feiertags	10:00 Uhr	Bootshaus

#### Rennsport

Nach Absprache mit den Trainern

\* Alle Termine unter Vorbehalt. Aufgrund der Covid19-bedingten Situation sind kurzfristige Änderungen möglich. Bitte dazu unter [www.ruderverein-ingelheim.de](http://www.ruderverein-ingelheim.de) informieren.

# Rennrudern

## U23-Meisterschaften in Köln



Luise Bachmann  
Deutsche Meisterschaft im Vierer mit

*Andreas Bachmann* – Nach Ratzeburg und einigen Wochen des Trainings starteten unsere Rennruderinnen Annabelle und Luise am 24./25.06. in Köln auf der Deutschen Meisterschaft U23.

Am Freitag gingen in ihren beiden Bootsklassen – Vierer mit Steuerfrau B und Achter B – jeweils nur Bahnverteilungsrennen über die 2000-m-Strecke.

Am Samstag hieß es dann zunächst Finale im Rennen Vierer mit Steuerfrau B (SF 4+ B). Annabelle und Luise starteten wieder mit Klara Thiele (Renn-Ruder-Gemeinschaft Mülheim e.V.) und Olivia Clotten (Neusser Ruderverein e.V.) sowie der Steuerfrau Elisa Saks (Osnabrücker Ruder-Verein e.V.). Wir waren eines der seltenen Boote,

wo man mal zwei Sportler eines Vereins sehen konnte, sonst alles nur Renngemeinschaften kunterbunt. Unerwartet lag unser Boot lange weit zurück, bis zu anderthalb Bootslängen. Im Endspurt kamen sie aber großartig auf und flogen an das führende Boot heran. Leider war – wie oft in solchen Konstellationen – die Strecke zu kurz und der Sieg wurde um 1,5 Sek. verfehlt. Silber also.

Im Achter (SF 8+ B) waren Annabelle und Luise in verschiedenen Achtern vom DRV eingeteilt. Der Achter mit Luise an Bord gewann Gold, Annabelles Boot holte Silber. Für den RVI waren es somit zwei Medaillen in einem Rennen. Auf die Aufzählung der beteiligten Vereine der jeweiligen Renngemeinschaften wird hier verzichtet.



Der siegreiche Achter  
mit Luise Bachmann



Luise (vorne) mit Goldmedaille,  
Annabelle (hinten links) mit Silbermedaille



Annabelle und Luise mit  
ihrem Vierer-mit-Team



Silber für Annabelle  
und Luise Vierer mit

U23 WM in Varese/Italien

# Luise Bachmann holt Bronze für Deutschland im Frauen-Achter



Der DRV-Achter mit Luise Bachmann (2.v.l.) nach dem Zieleinlauf (Foto Britta Mührs)



Der siegreiche Achter mit Luise Bachmann (5.v.l.)

## U23-WM 2022 in Varese/Italien

# Luise Bachmann im Frauen-Achter auch international erfolgreich

*Antje Bachmann* – Nach einem eher männlichen Vorlauf hat sich das Team in einem guten Hoffnungslauf für das Finale qualifizieren können. Nach den Zeiten der Vorläufe und des Hoffnungslaufes war schnell deutlich, dass in dem hochkarätig besetzten Feld – USA, Großbritannien, Rumänien, Italien, Niederlande und eben Deutschland – Gold und Silber voraussichtlich für die USA bzw. Großbritannien reserviert sind, und der Kampf um eine Medaille sehr hart werden würde.

Das deutsche Frauenachter-Team mit Tori Schwerin (Rostock), Paula Gehrundt (Saarbrücken), Emilia Fritz (Passau), Olivia Clotten (Neuss), Luise Bachmann (Ingelheim), Maike Böttcher (Rostock), Lene Mührs (Kettwig), Anni Kötitz (Potsdam) und

Steuerfrau Annalena Fisch (Berlin) fuhr von Beginn an ein starkes Rennen und ließ keine Zweifel daran, dass sich auf jeden Fall eine Medaille sichern wollten. Oder um Luise zu zitieren: „Der Zug hat keine Bremsen.“ Frühzeitig legten sie sich auf Rang 3 und verteidigten diesen gegen alle Angriffe der Italienerinnen. Zwar versuchten die Niederlande im Schlusspurt noch die Bronzemedaille zu erreichen, aber die deutschen Frauen wurden von den lautstarken Anfeuerungensrennen der deutschen Fans ins Ziel getragen. Am Ende fühlte sich Bronze wie Gold an! Gold ging an die USA, Silber an Großbritannien.

**Herzlichen Glückwunsch an Luise und ihr Achterteam für diese starke Leistung!**

*Alle Fotos Britta Mührs*



Luise (Mitte) bei der Siegerehrung



## Impressum

### Rudernews

Mitteilungsblatt des  
Rudervereins Ingelheim 1920 e.V.  
28. Jahrgang · Nr. 2/2022

### Herausgeber

Ruderverein Ingelheim 1920 e.V.

### Redaktion

Heidi Lischke

### Grafisches Konzept

www.incom24.de

### Layout & Satz

Thilo Hoffmann

### Bildnachweis

Alle Fotos von Mitgliedern des RVI,  
sofern nicht gesondert gekennzeichnet

### Druck

Eckoldt GmbH & Co. KG  
55218 Ingelheim

### Auflage

180 Exemplare

## Tagesfahrt

# Auf Main und Rhein von Rüsselsheim nach Ingelheim

Redaktion – Erste Impressionen der Tages-  
fahrt von Rüsselsheim nach Ingelheim, die

am 16.7.2022 stattfand. Der ausführliche  
Bericht dazu folgt in Ausgabe 03|2022.



## Starten Sie jetzt Ihre persönliche Energiewende



mit dem eigenen Solarkraftwerk auf Ihrem Dach.



- senkt Ihre Stromkosten auf Null
- macht unabhängig von Kohle- und Atomkraft
- liefert schadstofflose Energie, auch fürs E-Mobil

[www.gedea-ingelheim.de](http://www.gedea-ingelheim.de)

Bahnhofstraße 21 · 55218 Ingelheim  
Tel. 06132-71001-20 · [info@gedea-ingelheim.de](mailto:info@gedea-ingelheim.de)

### Wir begrüßen neue Mitglieder!

Rolf Hüffer (1962) | Ina Ames (1999) | Barbara Römer (1972)  
Anja Bender (1971) | Maike Wendlandt (1974) | Kerstin Heidrich (1976)  
Nadine Lukas (1977) | Ricarda Hüsken (1978)

**Wir wünschen viel Spaß beim Rudern!**



# Mercedes-Benz Zerban

Autorisierter Mercedes-Benz Service  
Vertragswerkstatt. Pkw-Verkaufsausstellung  
Ersatzwagen im Service kostenlos

Binger Straße 200 · 55218 Ingelheim  
Telefon 06132-8 80 01



**Ihr Partner des Vertrauens für**  
Verkauf • Vermietung • Verwaltung

Grundstr. 85 a · 55218 Ingelheim am Rhein  
Telefon 06132/790970

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

Kooperationspartner der  
 MVB  
Mainzer Volksbank

ivd  
Immobilienverband Deutschland IVd  
Bundesverband der Immobilienberater,  
Makler, Verwalter und Sachverständigen e.V.

Tagesaktuell: die Website des RVI – ein Besuch lohnt immer!



[www.ruderverein-ingelheim.de](http://www.ruderverein-ingelheim.de)

Dank an die Inserenten

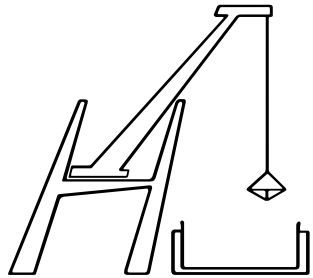
Bitte beachtet auch die Inserate unserer Anzeigenkunden!

Ohne die Einnahmen aus diesen Anzeigen wäre  
die Realisierung der Rudernews nicht finanzierbar.

Herzlichen Dank!



# Hafen Ingelheim



- ◇ Kies, Sand, Splitt
- ◇ Schotter, Natursteine
- ◇ Umschlagsleistungen
- ◇ Hebearbeiten
- ◇ Verwiegungen
- ◇ Transportbeton
- ◇ Biergarten auf der Hafemole

## Ingelheimer Hafenbetriebe GmbH & Co. KG

Am Hafen · 55218 Ingelheim am Rhein · Tel. 06132/8081 · Fax 06132/8082  
info@becker-grieshaber.de · www.becker-grieshaber.de

**EICH** est. 1910 **bauen & wohnen**

**Baunternehmung**

- Hoch- und Tiefbauarbeiten
- Kanalbauarbeiten
- Außenanlagen
- Bauwerkserhaltung
- Industriebauarbeiten
- Stahlhallenbau

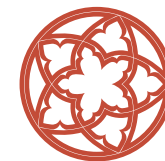
Anton Eich GmbH  
Hochstrasse 1  
55218 Ingelheim

Tel: 06132 98274 0 Fax: 98274 74

# REWE

## MARKUS BRZEZINA

# DEIN MARKT



# HAMM

**Wir freuen uns mit Ihnen auf einen aktiven Sommer  
begleitet von unserem wunderbaren Weinjahrgang 2021!**

### Öffnungszeiten

Montag - Freitag  
9.00 - 12.00 / 13.00 - 19.00 Uhr  
Samstag  
9.00 - 12.00 / 13.00 - 18.00 Uhr

### Feste 2022

Hoffest 13. - 15. Mai  
Gartenfest 05. - 07. August  
Rotweinfest 24. Sept. - 02. Oktober



AN DER BURGKIRCHE

Weingut Hamm | Bgm.-Bauer-Straße 1 | 55218 Ingelheim | 06132-3524 | info@hamm-weine.de | www.hamm-weine.de

## Vereinskleidung für jedes Wetter & jeden Anlass

Ruderhosen & Sweatshirts



Trikots & T-Shirts



Jacken & Westen



Diese und alle weiteren Artikel online im „RVI-SHOP“  
[www.ruderverein-ingelheim.de](http://www.ruderverein-ingelheim.de)

## Der neue Gipfel des Genusses



### Der neue Weber Genesis

Setze beim Grillieren neue Maßstäbe mit einer extragrossen Sear Zone, der integrierten, revolutionären und smarten Weber Connect-Technologie und dem Weber Crafted Gourmet BBQ System. Der ultimative Grill mit unzähligen Möglichkeiten.

Entdecke mehr unter  
[weber.com](http://weber.com)



ENTDECKE, WAS MÖGLICH IST

## Ruderverein Ingelheim 1920 e.V.

### Mitglied

Im Deutschen Ruderverband e.V.  
 Im Rhein Hessischen Ruderverband e.V.  
 Im Stadtsporverband Ingelheim e.V.

### Bankverbindung

Mainzer Volksbank  
 IBAN: DE33 5519 0000 0636 9920 18  
 BIC: MVBME55XXX

### Bootshaus

Rheinstraße 257, 55218 Ingelheim  
[www.ruderverein-ingelheim.de](http://www.ruderverein-ingelheim.de)

### Ehrenmitglieder

Albert Hedderich  
 Raimund Hörmann

### Der Vorstand

#### Vorsitzende

Antje Bachmann | Tel. 06132/712231  
[erster@ruderverein-ingelheim.de](mailto:erster@ruderverein-ingelheim.de)

#### Stellvertretender Vorsitzender

Heiner Hunold | Tel. 06132/7164636  
[zweiter@ruderverein-ingelheim.de](mailto:zweiter@ruderverein-ingelheim.de)

#### Kassenwart

Thomas Lischke | Tel. 06132/896655  
[finanzen@ruderverein-ingelheim.de](mailto:finanzen@ruderverein-ingelheim.de)

#### Schriftführerin

Barbara Holtmann  
[verwaltung@ruderverein-ingelheim.de](mailto:verwaltung@ruderverein-ingelheim.de)

#### Hauswart

Derzeit nicht besetzt  
[hauswart@ruderverein-ingelheim.de](mailto:hauswart@ruderverein-ingelheim.de)

#### Ruderwartin

Derzeit nicht besetzt  
[ruderwart@ruderverein-ingelheim.de](mailto:ruderwart@ruderverein-ingelheim.de)

#### Bootswart

Derzeit nicht besetzt  
[bootswart@ruderverein-ingelheim.de](mailto:bootswart@ruderverein-ingelheim.de)

#### Frauenruderwartin

Derzeit nicht besetzt  
[frauen@ruderverein-ingelheim.de](mailto:frauen@ruderverein-ingelheim.de)

#### Jugendleiter

Paul-Lukas Voigt | Tel. 0172/4936239  
[jugend@ruderverein-ingelheim.de](mailto:jugend@ruderverein-ingelheim.de)

#### Stellvertretender Jugendleiter

Fabien Le Guen | Tel. 0174/5841196  
[jugend@ruderverein-ingelheim.de](mailto:jugend@ruderverein-ingelheim.de)

#### Wanderruderwart

Zur Zeit nicht besetzt  
[wanderrudern@ruderverein-ingelheim.de](mailto:wanderrudern@ruderverein-ingelheim.de)

### Weitere Funktionen

#### Umwelt/Ruderrevier

Philipp Laur  
[umwelt@ruderverein-ingelheim.de](mailto:umwelt@ruderverein-ingelheim.de)

#### Pressewart

Zur Zeit nicht besetzt  
[presse@ruderverein-ingelheim.de](mailto:presse@ruderverein-ingelheim.de)

#### Vereinsbekleidung

Uta Liebetrau | Tel. 06132/4368076  
[frauen@ruderverein-ingelheim.de](mailto:frauen@ruderverein-ingelheim.de)

#### Trainer

Andreas Beer | Tel. 06130/7302  
[trainer@ruderverein-ingelheim.de](mailto:trainer@ruderverein-ingelheim.de)

#### Rudernews

Heidi Lischke, Thilo Hoffmann  
[rudernews@ruderverein-ingelheim.de](mailto:rudernews@ruderverein-ingelheim.de)

#### Webmaster

Thilo Hoffmann  
[webmaster@ruderverein-ingelheim.de](mailto:webmaster@ruderverein-ingelheim.de)



# Teamgeist ist einfach



[sparkasse.net](https://www.sparkasse.net)

Wenn man sich auf einen starken Partner verlassen kann.

Wir fördern Vereine und den Mannschaftsgeist in der Region.

 Sparkasse  
Rhein-Nahe