

# RUDER·REPORT

# 02 · 2024



## RUDERTAG DES ÖRV 2024

Anlässlich des 120jährigen  
Bestehens des RV Austria  
in der Kuchelau  
Seite 5

## EM 2024 + QUOTEN- REGATTA IN SZEGED

Eine EM-Goldmedaille [LM2-]  
und ein Quotenplatz in Paris [LW2x]  
für Österreichs Ruderer  
Seiten 8-9

## DER WIENER RUDERVERBAND

Regatten, Jubiläen und  
Veranstaltungen der Wiener  
Rudervereine im Überblick  
Seiten 22-26

## AUSZUG AUS DEM KALENDER

| TT.MM.        | Tag   | Veranstaltung                                          | Ort                        |
|---------------|-------|--------------------------------------------------------|----------------------------|
| <b>Juni</b>   |       |                                                        |                            |
| 01.-02.06.    | Sa+So | World Rowing Under 19 Championships                    | Kruszwica [POL]            |
| 01.-02.06.    | Sa+So | Beach Sprint Regatta Trofeo „Lido Filippi“ 3           | Lignano [ITA]              |
| 08.06.        | Sa    | Landesmeisterschaften Schulrudern                      | Bregenz                    |
| 09.06.        | So    | Ellida Kurzstrecken-Regatta                            | Wien - Alte Donau          |
| 14.-16.06.    | Fr-So | World Rowing Cup III                                   | Poznan [POL]               |
| 14.-16.06.    | Fr-So | Bled Internationale Regatta                            | Bled [SLO]                 |
| 15.06.        | Sa    | Donaubund Super-Sprintregatta                          | Wien - Alte Donau          |
| 16.06.        | So    | STAW-Sprintregatta                                     | Wien - Alte Donau          |
| 20.-23.06.    | Do-So | European Rowing Coastal and Beach Sprint Championships | Danzig [POL]               |
| 22.06.        | Sa    | 3. Sternfahrt                                          | Ziel: Tuttendörfel (Pirat) |
| 29.+30.06.    | Sa+So | Vienna International Rowing Regatta                    | Wien - Neue Donau          |
| <b>Juli</b>   |       |                                                        |                            |
| 04.-06.07.    | Do-Sa | FISU WCC Rowing (Universade)                           | Rotterdam [NED]            |
| 06.07.        | Sa    | EUROW Coastal Beach Sprint                             | Feldkirchen/Donau          |
| 13.07.        | Sa    | 4. Sternfahrt                                          | Ziel: Wiking Linz          |
| 19.-20.07.    | Fr+Sa | EUROGAMES Rowing                                       | Wien - Alte Donau          |
| 27.07.        | Sa    | 5. Sternfahrt                                          | Ziel: Steiner RC           |
| 27.07.-04.08. | Fr-So | Olympische Sommerspiele 2024 Ruderbewerbe              | Paris [FRA]                |

## AUS DER REDAKTION

**REDAKTIONSSCHLUSS**  
für die Ausgabe 03 · 2024:  
**30. Juni 2024**

**REDAKTIONSADRESSE**  
[ruderreport@rudern.at](mailto:ruderreport@rudern.at)

**SCHREIBWERKSTATT**  
Bitte um Beachtung des **Leitfadens für alle Text- und Bildeinreichungen** für den Ruder-Report. Dieser kann jederzeit angefordert werden:  
[ruderreport@rudern.at](mailto:ruderreport@rudern.at)

**ACHTUNG KORREKTUR!**  
Leider hat im Ausschreibungsheft der Fehlerteufel zugeschlagen:

### 25. Donaubund Sprintregatta

**Samstag 15. Juni 2024**

Regattaleiter: Andreas Kral  
Stellvertreter: Martin Bandera  
Meldungen:  
<http://regatten.rudern.at>  
Kontaktadresse:  
[regatta@donaubund.at](mailto:regatta@donaubund.at)

## 120. VIENNA INTERNATIONAL ROWING REGATTA

Große Vorschau ab Seite 16





## LIEBE LESERINNEN UND LESER, LIEBE RUDERFREUNDE!

Was für ein Saisonstart! Das zweite ÖRV Boot für Olympia qualifiziert und ein Europameistertitel! Diese hervorragenden Ergebnisse brachte das EM Wochenende in Szeged! Ich gratuliere unseren Athletinnen und Athleten und ihren Trainern, dass sich ihre harte, ausdauernde Arbeit bezahlt gemacht hat. Für Louisa Altenhuber sind es bereits die zweiten Olympischen Spiele und für Lara Tiefenthaler ihre ersten. Somit hat der österreichische Ruderverband bislang drei Athletinnen bei den Olympischen Spielen in Paris am Start. In wenigen Wochen versuchen es noch drei weitere ÖRV Mannschaften bei der internationalen Restquoten-Regatta in Luzern.

Die breite Aufbauarbeit des österreichischen Rudersports macht sich in allen Altersklassen bemerkbar. Wir sind mit vielen jungen Nachwuchstalenten bei vielen Regatten erfolgreich und das lässt uns optimistisch in die Zukunft blicken. An dieser Stelle möchte ich mich

ganz herzlich bei allen Trainerinnen und Trainern bedanken, die diese Verantwortung übernehmen.

Für viele Ruderinnen und Ruderer war bestimmt ihr erster Highlight der Saison das alljährliche Anrudern. Bei wunderbaren Wetter konnten wir beim Ruderverein Nibelungen das offizielle ÖRV Anrudern abhalten anlässlich des 120 jährigen Bestandsjubiläums des Vereins.

Einige Wochen davor fand wenige Kilometer donauabwärts der heutige Rudertag beim Ruderverein Austria statt, der ebenfalls heuer sein 120 jähriges Bestehen feiert. Vielen Dank den Organisatorinnen für den gelungenen Rudertag und Dank allen Delegierten für die konstruktive Arbeit bei unserer Hauptversammlung. Bei diesen Veranstaltungen kriege ich immer das Gefühl, dass wir eine sehr gut funktionierende Gemeinschaft sind, die das Wohl unserer Vereine und deren Mitglieder mit bestem Wissen und Gewissen weiter entwickelt.

Wir haben im aktuellen Ruderjahr noch große Herausforderungen vor uns mit den olympischen Sommerspielen in Paris, die bestimmt wieder ein großes Fest der Jugend und des Sports werden und dies einmal mehr mit österreichischer Beteiligung! Dann geht es weiter zur Weltmeisterschaft der Junioren und U23 und der Nicht-olympischen Bootsklassen in Kanada, wo wir Stand heute mit einer sehr großen Mannschaft antreten werden. Ich wünsche allen Beteiligten gutes Gelingen, dass Ihre Wünsche erfüllt werden und sie auch wieder gut nach Hause kommen werden.

Euch allen wünsche ich jetzt schon einen schönen Sommer mit vielen schönen Ausfahrten und erholsamen Stunden im Ruderverein.

Herzlichst Euer

**Horst Nussbaumer**  
Präsident des  
Österreichischen Ruderverbandes

---

### TITELSEITE:

**LOUISA ALTENHUBER UND LARA TIEFENTHALER (LEICHTGEWICHTS-DOPPELZWEIER) HABEN BEI DER EUROPÄISCHEN QUALIFIKATIONSREGATTA IN SZEGED (HUN) DAS TICKET FÜR DIE OLYMPISCHEN SPIELE IN PARIS GELÖST!**

**NACHRUF**

**RUDOLF SCHILLER**

1928–2024

Ehrenpräsident des WRC PIRAT  
Träger des Goldenen Ehrenzeichens des PIRAT

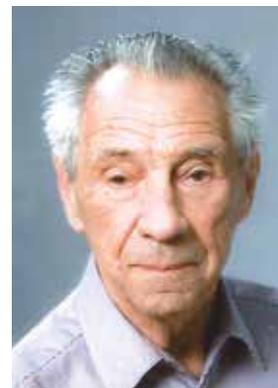
Rudi Schiller trat am 1. Jänner 1942 in den Club ein und blieb ihm über 80 Jahre lang treu. In den letzten Kriegstagen wurde er mit einigen gleichaltrigen Clubmitgliedern eingezogen um im Kampf um Wien die Kohlen aus dem Feuer zu holen. Einer Eingebung folgend warfen sie die Uniformen weg und schlugen sich in den Heimatbezirk nach Stadlau durch und entgingen so der Gefangenschaft.

Das Bootshaus an der Alten Donau wurde von den Russen besetzt und als Kuhstall verwendet. Die Achter und Vierer eigneten sich hervorragend als Futtertröge und der Club war für die Mitglieder zwei Jahre unbenützt. Nach den Aufräumarbeiten konnte 1947 wieder wettkampfmäßig gerudert werden. Rudi fuhr im Vierer und Achter unter anderen mit Herbert Garn, Dr. Alfred Hangl, Rudi Bruckner, Ing. Karl Hirt und Otto Navara.

Als der PIRAT an der Alten Donau einen Zubau plante, wurde Rudi Präsident und hatte großen Anteil am Gelingen dieses Projektes. Während seiner Präsidentschaft hatte der PIRAT die meisten Mitglieder und erzielte die größten sportlichen Erfolge (sechs Staatsmeistertitel bei den Frauen, 13 Staatsmeistertitel bei den Männern – darunter einen Achtersieg, einen Rotseesieg und einen Weltmeistertitel im leichten Doppelzweier).

Im Ruhestand ging er seinen Hobbys nach. Er war ein begeisterter Weltreisender, ein Hochseefischer, ein guter Koch und ein leidenschaftlicher Groß- und Urgroßvater und vor allem bis ins hohe Alter ein Sportler.

Rudi, wir werden dich sehr vermissen.



*Peter Pointner*

**NACHRUF**

**DR. ERWIN PELZ**

1941–2024

Seit frühester Jugend und während des Studiums sportlich aktiv, fühlte Erwin sich zum Rudersport hingezogen und trat der AUSTRIA in der Kuchelau bei.

Erwin Pelz engagierte sich neben seiner sportlichen Aktivitäten bei seinem Verein und stieg bis zum langjährigen Präsidenten der AUSTRIA auf. Aber nicht nur auf Vereinsebene stellte er seine Kraft zur Verfügung, auch auf Dachverbandsebene war Erwin lange Jahre als Vizepräsident des ASVÖ Wien tätig und organisierte mit den Ausbau der sportlichen Vielfältigkeit im Dachverband ASVÖ.

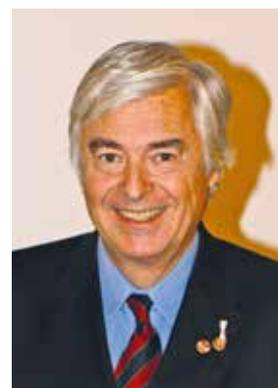
Erfolgreich nicht nur als Sportfunktionär, war Erwin ein Familienmensch, stolz auf Familie, Kinder, Enkel, sondern auch als Wirtschaftsmanager mit der Firma BILDERLAND.

Als es in den Achtzigerjahren um den Aufbau des Spitzensports im Österreichischen Ruderverband ging, und die Mittel des Verbandes beschränkt waren, sprang Erwin als Sponsor des ÖRV ein und half finanziell den Rudersport in Österreich auszubauen. Besonders die Ruderjugend war ihm ein Anliegen.

Noch in mittleren Jahren war er stolz darauf im Renneiner rudern zu können. Diese Fitness half ihm, eine lebensbedrohliche Erkrankung zu überstehen und danach wieder Lebensqualität zu erlangen, welche er bis zuletzt bewahrte.

Der Rudersport und ich verdanken Erwin viel und ich bin ihm dankbar für seine Unterstützung in meiner Präsidentschaft. Dr. Erwin Pelz war ein echtes Vorbild, Sportler und Funktionär wie es wenige gibt. Daher trifft uns sein Verlust tief.

Der ÖRV trauert mit seiner Gattin Elisabeth, unser tiefstes Beileid gilt seiner Familie.



*Helmar Hasenöhr*

## RUDERTAG 2024

### Birgit Steininger

Am 16. März 2024 fand die Jahreshauptversammlung des Österreichischen Ruderverbandes anlässlich 120 Jahre Ruderverein Austria in der Kuchelau statt.

Die Veranstaltung war vom RV Austria und den Damen des ÖRV-Büros bestens organisiert und vorbereitet.

Veronika Ebert, Präsidentin des RV Austria begrüßte die Delegierten und Gäste und übergab das Wort an ihre Vizepräsidentin Nadja Hahn, die die Geschichte der Austria Revue passieren ließ. Der Bezirksvorsteher des 19. Bezirks, Herr Daniel Resch hieß den Rudertag in Döbling willkommen und versicherte dem RV Austria weiterhin seine Unterstützung.

Präsident Horst Nussbaumer nahm anschließend die Ehrungen vor: ausgezeichnet wurden Mitglieder, die ihren Vereinen 50 Jahre oder schon länger die Treue halten (37 Personen!), Ruder:innen, die im Jahr 2023 die Bedingungen für das Äquatorabzeichen erfüllt haben:

2x in Gold für 100.000 Kilometer an Norbert Willrader, RV Ellida und Siegfried Sageder, Donau Linz; 1x in Silber für 80.000 Kilometer an Walter Vogel, WRK Donau; 4x in Bronze für 40.000 Kilometer an Heimo Hinterer, LRV Ister, Walter Aigner, Steiner RC, Birgit Steininger, RV Alemannia und Andrea Sageder, ASKÖ Donau Linz.

Die Kilometerpreisträger:innen, der Jugendtrainer des Jahres Christian Tumeltshammer, RC Wels, der Breitensportler des Jahres Emmerich



Peter Sloup (Wiener Privatklinik), Präsident Horst Nussbaumer, Nadja Hahn, Bezirksvorsteher Daniel Resch, Veronika Ebert

Bauer, RV Wiking Linz, Ernst Chownetz, Erster WRC LIA für die Erfüllung der Bedingungen des Fahrtenabzeichens zum 55.(!) Mal und der RK Möve Salzburg erhielt die ÖRV-Jubiläumsfahne anlässlich seines 100-jährigen Bestehens.

Das Sportehrenzeichen in Bronze erhielten Konrad Hultsch, RV Wiking Linz, für den U23-Vizeeuropameistertitel im LM1x (Trainer Boris Hultsch) sowie Lisa Zehetmair, WRK Donau und Laura Swoboda, WSV Ottensheim für den 3. Platz im W2- bei der U23 EM (Trainer Karl Ivanics). Das U19-Sportehrenzeichen in Bronze wurde Greta Haider, RV Wiking Linz, für den 7. Platz bei der U19 WM im JW1x überreicht (Trainer Ignaz Haider).

Nach einer kurzen Kaffeepause begannen um 11 Uhr die Beratungen: Die Kooptierung von Dr. Helmut Moritz als Kassier sowie die Ernennung

von Helmut Nocker zum Ehrenmitglied des ÖRV wurde per Akklamation genehmigt. Nach den Berichten der Vorstandsmitglieder und dem Jahresabschluss wurde der Vorstand auf Antrag der Rechnungsprüfer für das Jahr 2023 einstimmig entlastet. Ebenso wurde das Budget 2024 inklusive des Antrages auf Fahrtkostenunterstützung vom RV Wiking Bregenz einstimmig genehmigt.

### Für 2025 sind folgende Austragungsorte fixiert:

Wahlrudertag – WRC Pirat  
Anrudern – WRC Pirat  
Österreichische Indoormeisterschaft – RC Wels  
ÖM/ÖSchM/ÖJM und ÖMM – WSV Ottensheim  
Österr. Meisterschaft Coastal Endurance und Beach Sprint – RV Wiking Bregenz



## NACHWUCHS BEI DEN RUDER-INSTRUKTOREN DAS AUSBILDUNGS-ABC!

**Georg Mantler**

Meist im 2-Jahres-Rhythmus bietet die Bundessportakademie in Kooperation mit dem Österreichischen Ruderverband eine Instruktoren- und Instruktoren-Ausbildung speziell für den Ruderbereich an. Kürzlich schlossen die 25 Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus ganz Österreich erfolgreich ab. Im „ABC“ gibt es einige Eindrücke und Schlaglichter auf den Kurs.

**A**bwechslungsreiche Tage waren garantiert: Laufend wurde zwischen Lehrsaal, Turnsaal und Outdoor gewechselt, um Theorie und Praxis in Einklang zu bringen

**B**undessportakademie Wien (BSPA) und der Österreichische Ruderverband (ÖRV) sind die Träger des Programms

**C**omputerunterstützt wurde der Ruderschlag bei der Biomechanik-Einheit ausgewertet - sehr interessant!

**D**rei Prüfungs-Stationen umfasste die Abschlussprüfung: Alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer schlossen die Ausbildung erfolgreich - zum größten Teil sogar mit „Auszeichnung“ oder „gutem Erfolg“ - ab.

**E**inblicke in die Arbeit einer Schiedsrichterin waren viel spannender, als man vom Stundenplan her hätte vermuten können

**F**aaker See wäre zwar zum Rudern ein Traum gewesen, aber leider verbrachten wir die Zeit nur im Lehrsaal und am Sportplatz mit Blick auf den See

**G**ruppengröße von 25 Personen war ideal - dabei kamen aufstrebende Jung-Trainerinnen und -Trainer mit interessierten Masters-Sportlern und erfahrenen „alten Hasen“ im Rudersport zusammen

**H**elfer-Schwimmschein im Express-Tempo: In nur einem Ausbildungstag wurden alle Erfordernisse - vom Streckentauchen, über verschiedene Rettungsgriffe bis hin zum Paktsprung vom 3-Meter-Brett - absolviert

**I**nstruktor-Ausbildung ist die Vorstufe zur Trainer-Ausbildung, die mit dem Trainer-Grundkurs nach dem Instruktor-Abschluss optional begonnen werden kann

**J**ogland-Loipe in der Steiermark war für zwei Langlauf-Tage unser Revier

**K**ontroversielle Diskussionen und interessante Gespräche über die Ruderwelt ergaben sich auch bei geselligem Feierabend-Bier

**L**ehrwart war die frühere Bezeichnung für den Ruder-Instruktor

**M**obi, Stabi, Kopfi, Herzi - die 4 Zutaten für ein gutes Aufwärm-Training

**N**achwuchssportler:innen und standen im Fokus der Ausbildung, wengleich viele Inhalte auch auf Gruppen mit Erwachsenen umlegbar sind

**O**b man die vermittelten Inhalte im Ruderclub-Alltag wirklich alle braucht ist fraglich, dennoch hat die Ausbildung interessante Aspekte aufgezeigt und vermittelt

**P**ara-Rowing ist eine in der Ruderwelt oft zu wenig beachtete Facette des Sports - mit einem eigenen Modul inkl. einer Ausfahrt mit Handicap (z. B. verbundenen Augen oder zusammengebundenen Beinen). Es konnten interessante Eindrücke im Para-Ruderboot gewonnen werden

**Q**ualität der Ausbildung kann man im Durchschnitt als gut bewerten, wengleich (subjektiv gesehen) in der Aufbereitung und Präsentation der unterschiedlichen Lehrinhalte schwankende Niveaus herrschten

**R**uderspezifische Inhalte wurden vom Team des Österreichischen Ruderverbands vermittelt - dabei standen Themen wie der Ruderlehrplan, das ÖRV-Spitzensportkonzept oder Standard-Bootseinstellungen im Vordergrund

**S**chielleiten war der Austragungsort des vierten Moduls; naher an der Langlaufloipe, aber mit einem eigenen Bundessportzentrum, auch die ideale Infrastruktur für Theorie und Praxis



**T**iefkniebeuge in der lastenorientierten Version ist wohl die Lieblingsübung von Erwin Reiterer, dem Ausbildungsleiter der Bundessportakademie

**U**nverzichtbar waren einerseits die guten und umfangreichen Frühstücks-, Mittags- und Abendbuffets in den Bundessportzentren und andererseits die vielen Tassen Kaffee, wenn es im Lehrsaal mal doch nicht ganz so spannend war ;-)

**V**ieffältig ist die Ausbildung: Sporttheorie, Biomechanik und Trainings- und Bewegungslehre gehören genauso dazu wie Praxis in der Sporthalle oder ein fiktiver Rundgang durch ein Vereins-Bootshaus mit Erklärung des Ruderequipments

**W**issenschaftliche Herangehensweise an den Rudersport gab es bei der Biomechanik-Einheit mit Philipp Kornfeind - spannend aufbereitet & ein Thema, in das man sich „hineintigern“ kann



## AUCH SCHIEDSRICHTER WERDEN BELEHRT

### Siegfried Mader

Wie jedes Jahr zu Saisonbeginn, fand auch diesen März wieder ein eintägiges Seminar für alle aktiven österreichischen Schiedsrichter statt. Diesmal in einem Wiener Hotel. Erfreulicherweise im Seminar auch einige Azubis, also angehende geprüfte Schiedsrichter. Das ist ein guter Indikator dafür, dass zukünftig Regatten in der Hinsicht gesichert sind.

Dabei ging sie auch auf die vielen Fragen der wissensdurstigen Schiedsrichter ein, die sich immer mehr mit dieser Disziplin auseinandersetzen müssen. Sportwissenschaftler und Rudertrainer, sowie Jugendscout und Jugendcoach des ÖRV Julian Endlicher, bot einen sympathischen Vortrag über das Pararowing. Dabei wurden viele technische und regeltechnische Fragen besprochen.



**X**i-Berger hatten wohl immer die weiteste Anreise. Ute und Markus vom Ruderverein Wiking Bregenz machten ihre Fahrt mit ihrem Elektromobil auf Grund der Reichweite zu einem meist 2-tägigen Erlebnis

**Y**outube-Videos sahen wir uns mit Christoph Engel, seitens des ÖRV der Verantwortliche für die Ausbildung, an, um verschiedene Rudertechniken und -übungen zu analysieren

**Z**weiundzwanzig Tage umfasste die Ausbildung, inkl. einem Erste-Hilfe-Kurs, dem Erwerb des Helfer-Schwimmscheins der österr. Wasserrrettung und zwei Langlauf Tagen

Der nächste Kurs wird schon im Herbst 2024 zur Anmeldung ausgeschrieben und startet im April 2025. Infos werden rechtzeitig auf [www.rudern.at](http://www.rudern.at) veröffentlicht.



Das Seminar dient der Fortbildung. Zum einen gibt es ständig Neuerungen in diesem Geschäft und zum anderen sollen bestehendes Wissen und vorhandene Fertigkeiten weiter gefestigt werden.

Die Fortbildung stand im Vordergrund. Daneben diente diese Veranstaltung auch dem sozialen Austausch zwischen den Schiedsrichtern. Schließlich ist man eine große Familie und muss bei den Regatten auf wertschätzender Basis zusammenarbeiten.

Lisa Wimmer, als Vorsitzende der Schiedsrichter-Kommission, hat mit gewohnter Sicherheit diesen Tag moderiert. Die Seminar-Verantwortlichen haben ein kurzweiliges und nützliches Programm zusammengestellt.

Nachdem Costal Rowing und Pararowing immer mehr an Bedeutung gewinnen, wurden zu diesen Themen zwei kompetente Vortragende eingeladen. Europameisterin im Costal Rowing Chiara Halama hat mitreißend alle Facetten dieses actionreichen Sports geschildert.





Foto: ÖRV / Detlev Seyb

## EM-GOLD FÜR KONRAD HULTSCH/PAUL RUTTMANN PLATZ FÜNF FÜR DEN M8+

### Julia Fuchs

Zwei ÖRV-Boote waren bei der Europameisterschaft vom 25. bis 28. April 2024 in Szeged/Ungarn am Start. Konrad Hultsch und Paul Ruttmann triumphieren dabei im Leichtgewichts-Zweier ohne und bejubeln die Goldmedaille. Der Österreich-Achter belegt Rang fünf im EM-Gesamtklassement.

Die ÖRV-Athleten setzten sich vom ersten Schlag an von den Konkurrenz ab und feiern völlig unangestastet vor Ungarn und Moldawien einen Start-Ziel-Sieg. Im Rennen um



die EM-Goldmedaille zeigten Konrad Hultsch und Routinier Paul Ruttmann ein technisch sauberes Rennen. „Das ist ein sehr, sehr schöner Erfolg. Vor allem ist beeindruckend, wie schnell sie den Umstieg vom Leichtgewichts-Doppelzweier in den leichten Zweier ohne geschafft haben. Auch für einen Rudertrainer ist es ein Genuss schöne Rennen zu sehen und das war so ein Rennen“, sagt ÖRV-Nationaltrainer Robert Sens. „Gratulation an die Mannschaft, an ihren Trainer Michael Humpolec und an ihre Vereine, den RV Wiking Linz und den Gmundner Ruderverein.“ ÖRV-Präsident Horst Nussbaumer: „Ich bin sehr stolz auf die Mannschaft und ihre Leistung. Die Mannschaft hat sich lange auf die Olympia-Qualifikation vorbereitet und jetzt sind sie vom Stand weg Europameister geworden, das zeigt die großartige Vorbereitungsarbeit. Es ist eine großartige Leistung, ich bin sehr stolz und freue mich sehr.“

### Licht und Schatten bei ÖRV-Achter

Der Männer Achter mit Lorenz Lindorfer, Jakob Stadler, Michal Karlovsky, Bruno Bachmair, Xaver Haider, Thomas Lehner, Jörg Auerbach, Gabriel Stekl und Steuerfrau Teresa Pellegrini war nach einer Erkrankung nach dem

Weltcup in Varese noch nicht topfit und belegte bei den Europameisterschaften schlussendlich Platz fünf. „Der fünfte Platz sieht auf dem Papier nicht so schlecht aus, es ist eigentlich ein erfreuliches Ergebnis, nichtsdestotrotz war es heute kein gutes Rennen. Die Mannschaft hat nicht so gut funktioniert, wie wir es schon gesehen haben. Mit dem Abstand zu den Referenzbooten müssen wir reagieren.“, analysiert der ÖRV-Nationaltrainer. Der Sieg und EM-Gold im Achter ging an Großbritannien vor den Crews aus Deutschland und Rumänien. Der nächste Einsatz des Österreich-Achter: Die finale Olympia-Qualifikationsregatta in Luzern von 19. bis 21. Mai.

### Ergebnisse Finali - Herren

#### LM2- (LG-Zweier ohne)

1. Konrad Hultsch/Paul Ruttmann [AUT] 7:11,59 Min.; 2. Bence Szabo/Kalman Furko [HUN] 7:20,75 Min.

#### GOLDMEDAILLE

#### M8+ (Achter)

1. Großbritannien 5:52,90 Min.; 5. Österreich [Lorenz Lindorfer / Jakob Stadler / Michal Karlovsky / Bruno Bachmair / Xaver Haider / Thomas Lehner / Jörg Auerbach / Gabriel Stekl / Steuerfrau Teresa Pellegrini] 6:11,14 Min. – Endrang fünf

## LOUISA ALTENHUBER/LARA TIEFENTHALER FIXIEREN QUOTENPLATZ FÜR OLYMPIA PLATZ FÜNF FÜR DEN LM2X UND PLATZ VIER FÜR DEN PR1 MIX

### Julia Fuchs

Louisa Altenhuber und Lara Tiefenthaler haben bei der europäischen Qualifikationsregatta vom 25. bis 28. April 2024 in Szeged/Ungarn das Ticket für die Olympischen Spiele in Paris gelöst. Mit Platz zwei im Finale des Leichtgewichts-Doppelzweiers fixieren die ÖRV-Athletinnen den Quotenplatz. Lukas Reim und Julian Schöberl zeigten ein mutiges und kämpferisches Rennen, blieben mit Rang fünf jedoch schlussendlich außerhalb der Quotenplätze. Para-Ruderer David Holzweber beendet die europäische Qualifikationsregatta für die Olympischen und Paralympischen Spiele auf den vierten Platz.



Mit Platz zwei im Finale der Qualifikationsregatta sicherten sich Louisa Altenhuber und Lara Tiefenthaler einen Startplatz bei olympischen Regatta. „Gratulation an die Athletinnen und ihren Trainer Christoph Engl. Es war ja mit der Erkrankung von Lara eine extrem komplizierte Situation, aber wie sie diesem Druck standgehalten haben und wie die Damen das heute gemacht haben, war wirklich schön anzusehen und die Qualifikation ist wirklich verdient. Sie sollen jetzt den Moment genießen. Die Olympischen Spiele sind wirklich was Besonderes und darauf können und sollen sie sich jetzt freuen“, so ÖRV-Nationaltrainer Robert Sens. Für die 28-jährige Louisa Altenhuber werden es die zweiten Olympischen Spiele sein, sie war bereits in Tokio – damals mit Valentina Cavallar – bei den Sommerspielen dabei, für die 24-jährige Lara Tiefen-

thaler werden es die ersten Olympischen Spiele.

### Reim/Schöberl zeigt im Finale starke Leistung

Lukas Reim und Julian Schöberl zeigten in ihrem Rennen um einen Quotenplatz eine starke kämpferische Leistung. Nach einem schnellen Start hielten sie – trotz benachteiligter Außenbahn – das Rennen um einen Quotenplatz über weite Teile des Rennens offen, ins Ziel schoben die ÖRV-Athleten schlussendlich auf Rang fünf. „Ich bin auf diese Mannschaft mit ihrem Trainer Mario Reim so stolz, wie mutig sie in dieses Rennen gegangen sind und bis zu 1.300 Meter so im Spiel geblieben sind, war wirklich beeindruckend. Sie können jetzt selbstbewusst Richtung Luzern marschieren, dort ist die Qualifikation auf jeden Fall noch möglich“, sagt ÖRV-Nationaltrainer Robert Sens.

### Erfolgreiche Premiere von Para-Ruderer Holzweber

Holzweber zeigte auch bei seinem zweiten internationalen Start ein tolles Rennen. „Es war ein super Rennen, vor allem die zweite Streckenhälfte war heute viel besser als gestern. Es geht in Riesenschritten voran, man sieht einfach, dass noch extrem viel Potential vorhanden ist“, sagt ÖRV-Para-Headcoach Julian Endlicher. „Mit dem Auftritt von David sind wir total glücklich und zufrieden, auch wenn man bedenkt, dass er erst seit kurzem im Boot sitzt“, sagt ÖRV-Nationaltrainer Robert Sens und ergänzt: „Ich hoffe, dass er die nächsten vier Jahre durchzieht und uns bis zu den Spielen in LA erhalten bleibt. Vom biomechanischen Ansatz und zu sehen wie er im Boot sitzt macht viel Freude“.

### Zwei ÖRV-Boote bei Olympischen Spiele in Paris fix

Die Regatta der Olympischen Spiele 2024 findet von 27. Juli bis 4. August statt. Die letzte Möglichkeit sich für Paris zu qualifizieren gibt es bei der finalen Qualifikationsregatta in Luzern von 19. bis 21. Mai. Magdalena Lobnig hat bereits bei den Weltmeisterschaften in Belgrad im Vorjahr einen Quotenplatz im Damen Einer errudert. ÖRV-Präsident Horst



Nussbaumer: „Ich bin unheimlich stolz auf die Mannschaft, wir haben auch unser Ziel zwei Boote für die Olympischen Spielen zu qualifizieren erreicht. Es war ein unglaubliche Leistung sich in diesem dichten Feld durchzusetzen und bei der finalen Qualifikationsregatta in Luzern bringen wir noch zwei Boote an den Start, somit haben wir noch die Chance weitere Boote für die Olympischen Spiele in Paris zu qualifizieren.“

### Ergebnisse Finali - Damen LW2x (LG-Doppelzweier)

1. Martyna Radosz/Katarzyna Welna [POL] 7:48,08 Min.; 2. Louisa Altenhuber/Lara Tiefenthaler [AUT] 7:56,01 Min.; -  
**Quotenplatz**

### Herren LM2x (LG-Doppelzweier)

1. Igor Khmara/Stanislaw Kovalov [UKR] 7:02,84 Min.; 5. Lukas Reim /Julian Schöberl [AUT] 7:11,28 Min.

### PR1 Mix (Para-Einer)

1. Javier Garcia Martinez [ESP] 10:07,00 Min.; 4. David Holzweber [AUT] 12:38,93 Min. – Endrang vier



Foto: ÖRV / Detlev Seyb

## EINBLICKE IN DEN TRAININGSALLTAG DES PARA RUDERNS

INTERVIEWS MIT CHRISTIAN TUMELTSHAMMER (TRAININGSGRUPPE WELS)

UND MARTIN ORTH (TRAININGSGRUPPE WIEN)

**Christian, der Ruderclub Wels ist seit ca. 2 Jahren im Para Rudern, vor allem im PR 1 Bereich sehr aktiv. Wie seid ihr dazu gekommen und welche Barrieren hat es gegeben?**

Der Vater einer meiner jugendlichen Athleten, Gernot Gruber, arbeitet bei der Firma Invacare, welche Rollstühle für viele Sportler baut und vertreibt. Aufgrund seiner Kontakte hatten wir die Idee, ein Ruderevent für Rollstuhlfahrer zu veranstalten. 9 Rollstuhlfahrer waren zu Gast beim RC Wels, unter ihnen auch Sportgröße Thomas Geierspichler. Julian Endlicher und Alexander Farkas vom WRC Pirat waren den ganzen bei der Veranstaltung dabei und haben uns sensationell unterstützt. Es wurde im 2x und im 1x gerudert. Das Fernsehen und Radio ÖÖ begleiteten auch dieses Event. Aus dieser Veranstaltung ist dann Christoph Stadlbauer vom Profihandbiken zum Rudern gekommen. Zuerst dachte ich, dass das Gebäude und die Stiegen zum Steg große Barrieren darstellen, es stellte sich aber schnell heraus, dass es auch trotzdem relativ einfach zu bewältigen ist. Die Para Athleten trainieren bei uns meistens mit der Jugendgruppe gemeinsam – volle Inklusion.

**Christoph ist letztes Jahr bei der WM in Belgrad an den Start gegangen und David ist jetzt bei der Europäischen Qualifikationsregatta für die Para Olympics 2024 am Start. In dieser kurzen Zeit habt ihr viel bewegt. Wie waren für dich die letzten 12 Monate als Bootstrainer?**

Ich habe gesehen, dass man mit viel Einsatz in kurzer Zeit extrem viel bewegen kann. Was für mich völlig

neu war, waren die Bootseinstellungen im Para Bereich. Man muss oft sehr kreativ sein und Boote an die Athleten anpassen und sich dabei noch ans Reglement halten, welches bei den Regatten sehr streng kontrolliert wird.

**Was war dein persönliches Highlight als Para Coach?**

Dass es wirklich möglich ist, allen Menschen das Rudern zu ermöglichen. Es ist für mich jedes Training ein Highlight, wenn man sieht mit welchem Ehrgeiz alle Athleten dabei sind und wie professionell sie arbeiteten.

**Was sind deine mittelfristigen Ziele als Para Coach?**

Nach erfolgreicher Klassifizierung von David als PR1 Athlet, ist das klare Ziel 2028 in Los Angeles mit ihm bei den Paralympics zu starten. David kann das Boot sehr schnell rudern, allerdings noch nicht über die volle Streckenlänge. Da fehlen ihm aktuell noch die Ausdauer und die Kraft, aber das werden wir mit intensivem Training in den nächsten Jahren nachholen und uns hoffentlich 2027 eine erfolgreiche Qualifikation rudern.

**Welche Tipps kannst du Vereinen geben, die bis jetzt noch nicht so viele Berührungspunkte im Para Bereich hatten?**

Ich hatte großen Respekt vor der Aufgabe. Während der Instruktorrenausbildung verlor ich diesen Respekt, da wir beim WRC Pirat ein Para Modul absolvieren durften. Ich durfte mit David Erkingen im Doppelzweier rudern und dann dachte ich mir, dass wir das in Wels auch anbieten können. Sämtliche Para Athleten mit denen ich bis jetzt zu tun hatte, waren sehr selbständig und benötigten wesentlich weni-

ger Hilfe als gedacht, ganz nach dem Motto volle Inklusion. Obwohl wir im RC-Wels nicht barrierefrei sind, sprich wir haben keine behindertengerechten Sanitäreinrichtungen, wir haben Stufen und eine lange Eisentreppe zum Floß und trotzdem ist es kein Problem mit Rollstuhlfahrer rudern zu gehen. Dem ÖRV ist das PARA Rudern auch äußerst wichtig und deswegen wird eine große Unterstützung von allen handelnden Personen geboten. Julian Endlicher fährt gerne in die Vereine und steht bei allen Fragen mit Rat und Tat zur Seite. Auch Bootsmaterial kann vom Verband zur Verfügung gestellt werden.

**Martin, du bist schon lange als Paratrainer aktiv und hast den Parabereich in Wien maßgeblich beeinflusst. Wie sieht das Para-Rudern derzeit in Wien aus?**

In Wien trainieren momentan 11 Sportler:innen aus dem PR1 (der Vortrieb wird nur aus den Armen erzeugt) und PR3 Bereich (der Vortrieb wird aus Beinen, Oberkörper und Armen erzeugt) aus allen Altersgruppen. Jonas hat eine Sehbeeinträchtigung und trainiert als 13-jähriger in der Jugendgruppe. Er wird gut in das Schüler-Training des Piraten integriert, wodurch der sich mit gleichaltrigen Matchen kann. Er startet meistens im SchM2x bei den nationalen Regatten. Die anderen Athlet:innen trainieren 3-6 mal pro Woche in einer Trainingsgruppe Kraft und im Ruderboot.

**Welche Herausforderungen stellen sich im Para-Sport?**

Da alle Athleten eine unterschiedliche Beeinträchtigung haben, muss auf jede Person individuell eingegangen werden. Wenn ein Athlet

eine Bewegungseinschränkung hat muss anders trainiert werden als mit Athlet:innen mit Sehbeeinträchtigungen. Dies macht den Paraspport aber auch sehr vielfältig und abwechslungsreich. Auch an den Booten darf sehr viel angepasst werden, zum Beispiel an den Sitzen im PR1 Bereich. Auf der anderen Seite rudern Athlet:innen die im PR3 Bereich klassifiziert sind in ganz normalen Ruderbooten.

#### Was sind deine zukünftigen Ziele?

Noch mehr Athlet:innen an das österreichische Para Team heranführen und sich international größer und stärker präsentieren, sodass sich Athlet:innen für Europameisterschaften und Weltmeisterschaften qualifizieren. Natürlich ist das große Ziel, dass sich ein Boot für die Paralympischen Spiele qualifiziert. Aber auch national müssen noch mehr Regatten mit Pararennen ausgetragen werden. Hier sollten vor allem Inklusionsrennen im Mittelpunkt stehen, wie sie bei der Indoormeisterschaft und der VIRR ausgetragen werden. Bei den Indoormeisterschaften, wo Athleten auch im Einzelbewerb an den Start gehen können, sieht man, dass immer mehr Sportler Interesse haben sich untereinander zu messen. Ich freue mich über jeden neuen Verein, der sich mit dem Paraspport beschäftigen möchte.

#### Du versuchst das Training sehr vielseitig zu gestalten. Zuletzt wart ihr auf einem Langlauftrainingslager. Wie trainierst du mit deinen Athlet:innen?

Wir unterscheiden in drei Phasen [Vorbereitung, Wettkampf und Regeneration] wobei wir auch auf die äußeren Umstände achten müssen.



Im Winter konzentrieren wir uns auf gemeinsame Trainingszeiten, damit das Team stärker zusammenwächst und es wird viel Zeit am Ergometer verbracht. Aber auch im Ruderbecken trainieren wir regelmäßig. Wenn es dann Ende März

aufs Wasser geht, steht individuelles Training im Mittelpunkt, sodass entweder spezielle Boote trainiert werden oder ich mich mit den Athleten ins Boot setze, um dort bestmögliche Trainingsbedingungen zu schaffen.

## 2. COASTAL ROWING BEACH SPRINT REGATTA MEDAILLENREGEN IN ZYPERN

### Chiara Halama

Von 19. bis 21. April 2024 ging es für ein 15-köpfiges österreichisches Coastal Team nach Limassol, Zypern zur 2. Beach Sprint Regatta statt. Das Team von 14 Personen setzte sich aus Wienern, Kärntnern und je einer Athletin aus Graz, Linz und Salzburg zusammen. Unter der Betreuung von Trainer Wolfgang Sigl und Boothandler Lukas Asanovic ging jede\*r Athlet\*in im Einer und im Mixed Doppelzweier an den Start. Durch den Flugausfall von den Bregenzer Athleten wurden kurzfristig Renngemeinschaften im Senior Mixed Doppelzweier mit Deutschland und Großbritannien gebildet.

Am Freitag und Samstagvormittag musste ein Einzelzeitfahren absolviert werden. Nach dessen Ranking wurden die Gegner für die K.O.-Duelle in den nächsten Rennen gesetzt. Bereits nach dem Einzelzeitfahren konnte man erkennen, dass das österreichische Team sich gut schlagen wird.

Am Sonntag wurden die Viertel-, Halbfinale und die Rennen um die Medaillen ausgefahren. Die Bedingungen wurden über den Tag hinweg durch den immer stärker werdenden Wind schwieriger und welliger. Mit Bravour meisterten die Mannschaften den zu absolvierenden Kurs. Durch den starken waren mehr als zwei Boat Handler nötig. Wolfgang Sigl und Lukas Asanovic wurden bestens durch Stefan Gigaicher (VL) und Zoard Lipsync (LIA) unterstützt, da die beiden leider vor dem Halbfinale ausgeschieden sind. Joe Koch (LIA) schmückte sich im Junioren Einer und im Junioren Mix



Doppelzweier gemeinsam mit Marlene Kühr (IST) mit gleich zwei Goldmedaillen und war so der erfolgreichste österreichische Athlet an dem Wochenende. Marlene ergattert im Juniorinnen Einer die Silbermedaille. Das sehr spannende Finale des Junioren Mix Doppelzweiers war AUT vs. AUT. Vinzenz Zwick (Albatros) und Ina Tüfik (Graz) landeten nur einen Hauch hinter dem anderen österreichischen Boot im Ziel und holten so die Silbermedaille. Im Masters Mixed Doppelzweier (Ü40 Kategorie) ruderten auch wieder zwei Boote mit österreichischer Beteiligung im Finale gegeneinander. Den Sieg holte Antonis Gitsas (Ister) vor Wolfgang Sigl (WSV), jeweils in Renngemeinschaft mit Zypern. In der offenen Klasse der Mixed Doppelzweier konnten Iurii Suchak (LIA) und ich, Chiara Halama (ALE) den Sieg holen. Die Renngemeinschaft LIA/Berliner RC mit Henriette Ringleb gewann das Rennen um die Bronze Medaille gegen die Renngemeinschaft MÖVE/Jersey Rowing Club mit

Tabea Minichmayr. Im Frauen Einer konnte Tabea dafür aufzeigen und holte den Sieg! Auch das Podium im Männer Einer war von Österreichern dominiert. Gold schnappte sich Aleks Svetina (LIA) vor Iurii Suchak (LIA).

Somit holte das Team 6 von 7 möglichen Goldmedaillen, 4 Silbermedaillen und einmal Bronze. Ein großartiges Ergebnis für das starke Feld, das unter anderem aus amtierenden Weltmeistern und Vizeweltmeistern bestand!

Der Startschuss in die Coastal Saison ist somit mehr als gut gelungen! Wieder einmal zeigten die Österreicher\*innen, dass auch ein Binnenland bei widrigen Bedingungen Erfolg im Coastal Rudern haben kann!

Auf Instagram unter [austrianrowing\\_coastal](https://www.instagram.com/austrianrowing_coastal) kann man einen Rückblick auf die Regatta genießen und auch zukünftig die Regatten über Social Media miterleben!



## NIMM AN EUROPAS LÄNGSTER EINTÄGIGER REGATTA TEIL!

### 168 KM VON BUDAPEST NACH BAJA

#### Fanni Hahn

Dieses Jahr, am 10. August, wird die Budapest-Baja-Regatta, die längste eintägige Ruderwanderfahrt der Welt, in einem neuen Modus ausgetragen. Die seit 1989 stattfindende Herausforderung war bisher nur durch Absolvierung der gesamten Strecke von 165 km möglich, aber ab diesem Jahr kann man auch in einer Staffel teilnehmen. Die Etappen sind: Budapest - Dunaújváros (60 km); Dunaújváros - Kalocsa (64 km); Kalocsa - Baja (41 km). Die Organisatoren stellen einen zentralen Busservice zur Verfügung, der die Staffelteilnehmer transportiert und am nächsten Tag zurückbringt. 165 Kilometer sind Dir zu weit? Kein Problem! Starte in einer Staffel!

Neben Ruderern sind auch Kajaker, Kanuten, Drachenboote und auf der Etappe Kalocsa-Baja sogar SUPs willkommen.

Die Rennen in Ruderbooten finden wie folgt statt:

| Bootskategorie         | Modus           |            | Kategorien                                      |
|------------------------|-----------------|------------|-------------------------------------------------|
| Rudern 1x              | gesamte Strecke | in Staffel | W/M                                             |
| Rudern Mannschaftsboot | gesamte Strecke | in Staffel | W/M                                             |
| Rudern Mannschaftsboot | gesamte Strecke | in Staffel | Mix: mit Zeitgutschrift abhängig vom Anteil W/M |

Im Anschluss an den Wettbewerb findet das traditionelle Preisverleihungsbankett und eine Party statt.

Es gibt drei Teilnehmer, die bisher alle Rennen erfolgreich absolviert haben. Wir sprachen mit István Csányi.

#### Was ist für dich das Attraktivste an diesem Rennen?

Vom ersten Rennen an war ich gefesselt, von dem euphorischen Gefühl, diese unglaublich lange Strecke zu bewältigen. Das Flow-Erlebnis während des Rennens hat mich noch süchtiger gemacht. Der gemeinsame Kampf mit alten Sportfreunden und die Feier nach dem Rennen



machten dieses Ereignis für mich zu einem der Höhepunkte des Jahres. In den letzten Jahren war es die Motivation für mein ganzjähriges Training, denn es ist die einzige Langstreckenregatta, an der ich neben den Kurzstreckenregatten der Masters Weltmeisterschaften und der ungarischen und französischen Nationalmeisterschaften teilnehmen.



**BUDAPEST-BAJA**  
**REGATTA** *In the flow of experiences*  
**RELOADED** **10.08.2024.**

**EUROPE'S LONGEST ONE-DAY REGATTA AWAITS YOU!**

*168 kilometres of challenge and fun on the Danube-river as a team or as an individual!*

**YOU CAN ALSO COMPLETE IN RELAY!**  
*Participants from around the world!*

Categories:  
**ROWING BOAT | KAYAK | CANOE**  
**DRAGON BOAT | SUP**

Details:  


**BUDAPEST BAJA REGATTA**

#### Wann warst Du am nächsten dran, ein Rennen auslassen zu müssen?

Wir sind vor 17 Jahren von Ungarn nach Frankreich gezogen, und in den letzten 10 Jahren lebe ich in den USA. Aus der Ferne zu dem großen Rennen zurückzukehren, war immer eine selbstverständliche Entscheidung. Die erste wirklich schwierige Situation kam 1990, als ich mein zweites Rennen absolvierte. Damals gelang es mir mit viel Glück, einen 24-Stunden-Urlaub vom Wehrdienst zu bekommen. Der andere schwierige Fall war 2010, als ich im April nach einem Kreuzbandriss im Knie nach einem missglückten Skimanöver vom Operationstisch kam. Nach monatelanger Erholung ging es dann endlich wieder aufwärts, und Anfang August konnte ich die harte Herausforderung erneut meistern.

#### Welchen Rat hast Du für den Ruderer, die die Teilnahme überlegen?

Dieses Rennen wird im Kopf entschieden! Stell dich an den Start und es darf keine Option sein, dass Du aufgibst!

Vielen Dank für die Antworten, wir sehen uns beim Start!

## DIE LUCERNE REGATTA - IM WIMBLEDON DES RUDERSPORTS

ELEGANTER AUFTRITT IN EVUPRE AUF DEM ROTSEE · 24. BIS 26. MAI 2024

### Silke Kettelhake

Rudern auf dem „Göttersee“: Entweder sind die Göttinnen und Götter des Rudersports gemeint oder die Götter hatten einfach gute Laune, als sie den Rotsee schufen, die Wiege des Welt-Cups. Superidyllisch gelegen, und trotzdem nah an der Stadt, in zehn Minuten sind die Öffis am Bahnhof. Mit einem Budget von 16 Millionen Schweizer Franken wurde die Ruderinfrastruktur modernisiert und dynamisiert, im Einklang mit der einzigartigen Natur. Die kleine Sportnation Schweiz kann auf ein großes Ruderteam verweisen: Männer, Frauen, Leichtgewichte, alle trainieren zusammen mit grandiosem Teamspirit nach einem knallharten Trainingsplan. Einen Achter bekommt die Schweiz allerdings nicht zusammen, im letzten Jahr hatten die Österreicher im Achter ihr Comeback mit einem Ausschied im Hoffnungslauf. Die Rotseestrecke ist perfekt geeignet:

2.000 m Rennstrecke, sechs bis acht Bahnen, so gut wie nie Seitenwinde, also fairste Bedingungen, auf schnellem Wasser, warm und flach. Legendäre Rennen wurden hier durchgekämpft, etwa Karpinnen vs. Kolbe; Pinsent/Redgrave, die bei den Weltmeisterschaften 2001 in Luzern im „Zweier ohne“ und im „Zweier mit“ innerhalb von nur 2 Stunden gewannen ...

Vor dem Weltcup im Mai stehen aber noch die Qualifikationsrennen für Paris an, die allerletzte Möglichkeit, um die Teilnahme zu erreichen. Nicht umsonst werden unter Rudern die Quali-Rennen als Regatta of Death bezeichnet. Die Wasserrettung ist im Dauerinsatz, weil hinter der Ziellinie die Athlet:innen vermehrt vor Erschöpfung aus dem Boot kippen.

Seit 2020 steht die Luzern-Regatta unter professioneller Leitung: Timon Wernas, 33, tagsüber haupt-

beruflich für die Organisation der über 1.000 Athlet:innen aus über fünfzig Nationen zuständig, nachts wertet er an der Bewerbung für die WM 2027, ist der erste offizielle Geschäftsführer der Ausnahme-regatta mit 120-jähriger Tradition. Timon, zuvor u.a. an der Ostsee für Nord Stream 2 tätig, über seinen Job in Luzern: „Fühlt sich an wie ein Start Up, ich führe ein 120 Jahre altes Start Up, klein, kreativ, agil. Und wir haben diesen Riesenruf, dem wir gerecht werden müssen.“ Die Legende geht so: Gegründet 1903, die erste europäische Regatta 1934, mit einigen Erfolgen auch für Nazi-Deutschland. 1962 fand mit 45.000 Zuschauer:innen am Finaltag die allererste Ruder-WM überhaupt auf dem Rotsee statt, Frauen und Leichtgewichte waren nicht zugelassen. In der Festschrift des 100-Jahr-Jubiläums des Regattaverbands Luzern soll der damalige Präsident des Weltruderverbands, der Schweizer Thomas Keller, 1969 ge-

Diese Rubrik entsteht in Zusammenarbeit mit

**EVUPRE** 

### Rotsee Zeitreise



Fotos: Lucerne Regatta

sagt haben: „Wenn Frauen auf dem Rotsee rudern, trete ich zurück.“

Ohne große publizistische Beachtung, so gut wie ohne Publikum, gab's 1958 eine Frauenversuchsregatta auf dem Rotsee unter Wettkampfbedingungen. Das Luzerner Tagblatt brachte in seiner Extra-Beilage im Vorfeld der Regatta ein paar schmale Zeilen: „Mit weiblicher Grazie paart sich die Kraft in den zwei Damenrennen [Samstag- und Sonntagnachmittag]. Auch sie werden bei den Tausenden von Zuschauern nicht weniger Beachtung finden als die großen Tenöre.“ Dann, 1974, waren bei der WM endlich auch Ruderinnen und Leichtgewichte im Rennen. FISA-Präsident Keller wurde gefragt, ob er denn nun zurücktrete. Er habe lachend abgewunken, heißt es. Und sei zum Fürsprecher der Frauen geworden. Längst gehört die Lucerne Regatta, zu den wichtigsten und bekanntesten Regatten der Welt, so in etwa gleich hinter Henley einzuordnen, ein Megaevent mit etwa 10.000-15.000 Zuschauerinnen an den drei Renntagen, im Naherholungsgebiet von Luzern gelegen, allen frei

zugänglich, mit Großleinwand und tollem Catering an der Rennstrecke, nur für die Zieltribüne werden Tickets fällig.

Für die 350 Volunteers, altersmäßig vom Teenie bis zum Rentner zusammengesetzt, wurde gemeinsam mit EVUPRE ein supermodernes Shirt kreiert, zudem wurden die Volunteers und das 42-köpfige ehrenamtliche Orga-Komitee mit Regenjacken für die harten, anstrengenden Tage ausgerüstet. Timon: „Schickes Logo, genau dem Look & Feel der Regatta entsprechend, gute Passform, qualitativ hochwertig und in Europa produziert.“ Timon ist sicher, die Merch-Serie von EVUPRE für die Luzern Regatta wird einschlagen. Wird mehr sein als eine tolle Erinnerung, sie haben die Linie gemeinsam entwickelt: „Was cooles Neues, vom gewohnten Look entfernt: Wir möchten unseren Gästen mit dem LUCERNE REGATTA Look ein bisschen Rotsee mit nach Hause geben.“

<https://www.lucerne-regatta.com>  
<https://www.swissrowing.ch/de>



## 120. VIENNA INTERNATIONAL ROWING REGATTA

**Hasmik Baroian-Haftvani**

Mit dem Frühling ist auch die Rudersaison in vollen Schwung gekommen. Von lokalen Wettbewerben bis hin zu internationalen Ruderbewerben bietet die Saison eine Fülle an spannenden Rennen und Herausforderungen.

Den Auftakt zu den in Österreich ausgetragenen internationalen Ruderregatten machte am Wochenende vom 27. und 28. April 2024 am Wörthersee die 88. Internationale Kärntner Ruderregatta. Nun steht in Wien die Vienna International Rowing Regatta (VIRR) bevor, die dieses Jahr vom 28.-30. Juni 2024 stattfindet und ihr 120. Jubiläum feiert. Dieses bedeutende Ereignis zieht traditionell Athlet:innen und Teams aus zahlreichen Nationen an und verspricht packende Wettkämpfe auf hohem Niveau. Die VIRR ist nicht nur ein grandioses Sportereignis, sondern auch ein Symbol für die lange Tradition und internationale Bedeutung des Rudersports in Österreich.

### Wien als internationaler Ruder-Hotspot kommt zurück

Ein genauerer Blick auf die Zahlen und Fakten offenbart eine äußerst erfreuliche Entwicklung für die VIRR, die zunehmend zu einem Glanzlicht im internationalen Ruderkalender avanciert und Wien wieder als bedeutenden Ruder-Hotspot etablieren soll. Im Jahr 2023 verzeichnete das Teilnehmerfeld der VIRR insgesamt 610 Athleten aus 16 Nationen, eine beachtliche Zahl, die das wachsende Interesse am Event widerspiegelt. Unter den Teilnehmer:innen waren 47 Ruderclubs vertreten, die mit 402 gemeldeten Sportler:innen an den Start gingen, darunter 20 Para-Ruder:innen. Für das Jahr 2024 wird eine weitere Steigerung erwartet, mit etwa 750 Athlet:innen aus rund 20 Nationen, was auf eine anhaltende Attraktivität und internationale Anziehungskraft der VIRR hinweist.

Die VIRR ist auch Wegbereiterin für Europas Elite-Jugendruderveranstaltung Coupe de la Jeunesse, welche vom 1.-3. August 2025 in Wien stattfinden wird. Der Coupe de la Jeunesse seines Zeichens ebnet den Weg für künftige Europa- und Weltmeisterschaften und positioniert Wien als potenziellen Regattastandort.

Anlässlich des 120. Jubiläums sind zusätzlich am Freitag, 28. Juni 2024, gleich mehrere ruderische Highlights geplant, damit 2024 ein sportlicher und erlebnisreicher Meilenstein der VIRR wird.

### Olympia goes School stellt den Nachwuchs ins Rampenlicht

Mittags wird es unter dem Motto „Olympia goes School“ einen Schülerbewerb geben, bei welchem die schnellste österreichische Ruder-Schule gekürt wird. Der Bewerb ist als Initiative des Bildungswesens hervorgegangen, welche den Sportnachwuchs fördern will. Das vorrangige Ziel dieser Veranstaltung liegt darin, Kindern den Rudersport näherzubringen

**VIENNA INTERNATIONAL ROWING REGATTA**  
since 1881

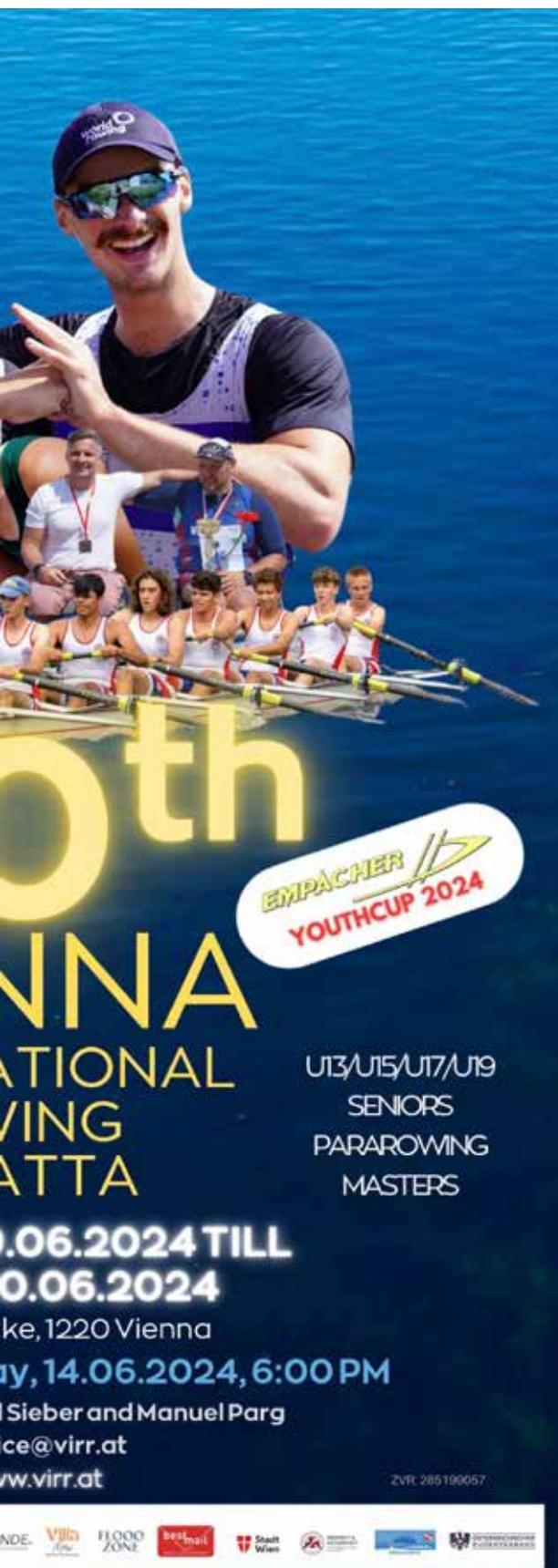
**120 VIENNA INTERNATIONAL ROWING REGATTA**

**SATURDAY, 29 JUNE**  
**SUNDAY, 30 JUNE**  
Steinspornbrücke

Registration until Friday, 28 June

Management: Bernhard  
E-Mail: [office@virr.at](mailto:office@virr.at)  
Web: [www.virr.at](http://www.virr.at)

S&B m.schneider ms(CNS) BERNESENER Felipi WIRKUN



**12th  
INTERNATIONAL  
ROWING  
REGATTA**

**EMPACHER  
YOUTHCUP 2024**

U13/U15/U17/U19  
SENIORS  
PARAROWING  
MASTERS

**10.06.2024 TILL  
14.06.2024**

Stadthausgasse, 1220 Vienna  
Startzeitpunkt: **Freitag, 14.06.2024, 6:00 PM**

Organisator: **Manuel Sieber and Manuel Parg**  
Kontakt: [office@virr.at](mailto:office@virr.at)  
Web: [www.virr.at](http://www.virr.at)

ZVR 285190057

Logos of sponsors: ENDE, Villa, FLOOD ZONE, Best Mail, Stadt Wien, and others.

und ihre Leidenschaft dafür zu entfachen. Es haben sich 15 Schulen aus allen Teilen Österreichs angemeldet, um an diesem Ereignis teilzunehmen. Die Schüler:innen werden buchstäblich vom letzten Schultag, an dem sie ihre Zeugnisse erhalten, direkt ins Ruderboot wechseln, um ein unvergessliches Erlebnis auf dem Wasser zu genießen. Diese Initiative zielt darauf ab, nicht nur sportliche Aktivitäten zu fördern, sondern auch den Teamgeist zu stärken und den Schüler:innen neue Horizonte zu eröffnen.

### Internationaler Uni-Achter Sprint als neues Highlight

Am Freitag Nachmittag erwartet die Zuschauer ein Achter-Sprint der europäischen Universitäten über 750 Meter, bei dem die Teams Kopf an Kopf auf zwei Bahnen antreten werden. Bisher haben sich bereits zehn europäische Universitätsteams in gemischten Mannschaften für das Rennen angemeldet, was auf ein starkes Wettkampffeld schließen lässt. Ein Höhepunkt des Programms wird zweifellos der Galaempfang im prachtvollen Festsaal der Universität Wien sein, der am Samstag des Regatta-wochenendes geplant ist. Dort wird die herausragende Leistung im Bereich des Universitätssports gebührend gefeiert und gewürdigt.

### Sportliche Highlights erwarten die Zuschauer

Erwartet wird mit Spannung die Teilnahme von zahlreichen österreichischen Top-Ruder:innen. Ihre Teilnahme bei der VIRR gilt als wichtige Vorbereitung auf die bevorstehenden olympischen Spiele in Paris 2024 und verspricht ein tolles Wettkampferlebnis. Ebenso wird die Anwesenheit von zahlreichen Para-Athlet:innen erwartet, die sich ebenso intensiv auf internationale Großbewerbe vorbereiten. Die VIRR erweist sich darüber hinaus als bedeutender Sichtungswettkampf für das österreichische Rudernationalteam in den Kategorien U19, U23 und den nicht-olympischen Klassen. Zu guter Letzt sponsert auch heuer Empacher den Youth-Cup der VIRR 2024 mit einem großzügigen Geldpreis.

### Entertainment & Top-Kulinarik als Rahmenprogramm

Neben dem spannenden Wettkampfgeschehen bietet die Veranstaltung auch ein abwechslungsreiches Unterhaltungsprogramm für Familie und Freunde. Eine Vielzahl von Food-Trucks wird vor Ort sein, um Athlet:innen, Trainer:innen und Besucher:innen mit köstlichen Speisen zu verwöhnen und sicherzustellen, dass niemand hungrig bleibt. Darüber hinaus wird der Live-Stream alle Rennen in gewohnt hervorragender Qualität sowohl vor Ort als auch online über den YouTube-Kanal des Österreichischen Ruderverbands übertragen, damit auch Zuschauer:innen, die nicht persönlich anwesend sein können, das Geschehen hautnah mitverfolgen können.

Kommt nach Wien und seid bei der VIRR 2024 dabei, um ein wahres Ruderspektakel im Rahmen des 120-jährigen Jubiläums zu erleben! Wir freuen uns auf Euch!

# OLYMPIA GOES SCHOOL – ÖSTERREICHS SCHNELLSTE RUDERSCHULE

FREITAG, 28. JUNI · 13:00

**Meldeschluss:** Fr, 14.06.2024, 18 Uhr

**Meldeadresse:** jugend@rudern.at

## Rennabfolge

### Rennen Bezeichnung

|   |              |
|---|--------------|
| 1 | SchBMix C4x+ |
| 2 | SchAW 2x     |
| 3 | SchAM 2x     |
| 4 | SchAMix C4x+ |

## Vorläufiger Zeitplan

Do., 27.06. 18:00 Teammanager-Meeting\*

Fr., 28.06. 12:00 Jury-Meeting

Fr., 28.06. 13:00 Beginn der Rennen

Fr., 28.06. 18:30 Siegerehrung

\*Das „Teammanager-Meeting“ findet als Onlinemeeting statt und ist für alle Teammanager verbindlich! Genaue Uhrzeit und Ort wird spätestens mit dem Meldeergebnis veröffentlicht.

## Allgemeine Bestimmungen

Die Regatta findet auf der Regattastrecke Wien - Neue Donau/Steinspornbrücke nach den Bestimmungen der RoR der FISA ergänzt durch die RWB des ÖRV statt. Zusätzlich ergänzen beziehungsweise ersetzen folgende Sonderbestimmungen das Regelwerk statt. Die Strecke weist 3 Bahnen auf und ist mit Albanosystem ausgestattet.

Der Start erfolgt fliegend für 350 m-Rennen.

## Alterskategorien

SchM-B/SchW-B 2012 und jünger

SchM/SchW 2010/2011

Rudernde Jugendliche müssen schwimmkundig sein. Die meldenden Vereine bzw. Schulen tragen die volle Verantwortung für den ausreichenden Gesundheits- und Trainingszustand der Aktiven.

Steuerleute müssen mindestens 16 Jahre alt und steuerberechtigt sein. Steuerleute werden nicht gewogen. Schulmannschaften dürfen aus Schüler:innen von maximal zwei verschiedenen Schulen bestehen.

Alle Teilnehmer:innen müssen nachweislich Angehörige einer Schulmannschaft sein, dürfen aber im Jahr 2023 oder vorher bei keinem Rennen über die Normaldistanz einer ÖRV-Ruderveranstaltung teilgenommen haben. Alle Teilnehmer:innen dürfen Vereinsmitglieder sein.

Es muss eine einheitliche Kleidung getragen werden.

Doppelstarts sind nicht erlaubt.

C4x+ Boote werden vom Regatta-Management (Karl Ivanics, Julian Endlicher) zur Verfügung gestellt.

Startnummern sind selbst mitzubringen.

**Mixed-Klassen:** Mannschaften müssen sowohl aus 2 männlichen als auch 2 weiblichen Athlet\*innen bestehen.

## Aufstiegsmodus

Alle Rennen erfolgen auf maximal 3 Startbahnen.

Der Veranstalter behält sich vor, bei mehr als 6 gemeldeten Booten in einer Kategorie auf bis zu 6 Bahnen zu starten.

Bei mehr als 3 startenden Booten gibt es ein Time Trial, einen Vorlauf und ein A und B Finale. Die Vorläufe werden entsprechend der Gesamtplatzierung aus dem Time Trial gesetzt.

Bei bis zu 3 startenden Booten findet ein Bahnverteilungsrennen und ein Finale statt.

Der Aufstiegsmodus orientiert sich an der Anzahl der Meldungen pro Rennen und wird mit dem Meldeergebnis an alle Teammanager verschickt.

## Meldungen

Die Meldungen müssen alle Angaben der vorgeschriebenen Formulare enthalten.

Nachmeldungen werden bis Mittwoch, 26.06.2024 um 18:00 Uhr entgegengenommen.

Rennen kommen dabei bei mindestens zwei gemeldeten Booten und bei Meldeschluss zustande. Dem OK obliegt die Entscheidung der Zusammenlegung von Rennen bei Einzel-

meldungen. Nachmeldungen werden nur für zustande gekommene Rennen angenommen. Ein Recht auf Annahme der Nachmeldung besteht jedoch nicht. Eine diesbezügliche Entscheidung obliegt ausschließlich dem OK.

Da das Teilnehmerfeld begrenzt ist, werden alle Boote nach dem Einlangen der Meldungen aufgenommen. Sollte das Starterfeld voll sein, gibt es keine Ausnahme bzw. Startberechtigung. Bitte melden Sie daher so bald als möglich!

Der meldende Verein bestätigt durch die Meldung, dass die Teilnehmer:innen informiert wurden, dass die Teilnahme an den Rennen nur mit entsprechender Bekleidung und Ausrüstung, sowie in ausreichend körperlicher Verfassung absolviert werden darf.

Der meldende Verein bestätigt, dass die gemeldeten Mitglieder mit der im Rahmen der Datenschutzbestimmungen erfolgenden Verarbeitung ihrer personenbezogenen Daten durch den Veranstalter und den ÖRV zum Zweck der Information der Öffentlichkeit über Teilnahme und Ergebnisse einverstanden sind; diese Zustimmung gilt auch für die Veröffentlichung von Fotos und Filmaufnahmen.

Mit der Meldung ist ein\*e Teammanager\*in inkl. Telefonnummer an jugend@rudern.at bekanntzugeben. Diese\*r erklärt sich damit einverstanden, via Whatsapp-Gruppe Informationen rund um die Regatta zu erhalten. Sonstige Bestimmungen

Big Blades sind nicht zugelassen.

Die siegreichen Mannschaften aller Final-Rennen erhalten Ehrenzeichen. Platz 1-3 erhalten Ehrenzeichen.

Die Lagerung der Boote und das Abstellen der Boottransportwagen erfolgen ausschließlich auf eigene Gefahr. Der Veranstalter übernimmt keine Haftung.

Für die Zufahrt zum Regattagelände mit Bootshängern und/oder Mannschaftsbussen ist eine Einfahrtgenehmigung gegen eine Kautions von € 20,00 erhältlich.

**Haftung:** Der Veranstalter haftet gem. den gesetzlichen Bestimmungen. Die Versicherung von Material und Personen ist Angelegenheit der Teilnehmer. Der Veranstalter übernimmt diesbe-

züglich keinerlei Haftung für Schädigung jeder Art.

Es wird ausdrücklich darauf aufmerksam gemacht, dass die meldenden Vereine bzw. Schulen die volle Verantwortung für den ausreichenden Gesundheits- und Trainingszustand der Aktiven tragen. Den Veranstalter kann keine wie immer geartete Haftung für Personen- oder Sachschäden bzw. für

abhanden gekommene Gegenstände angelastet werden.

Genehmigt durch die Technische Kommission des ÖRV am 29.4.2024 bezüglich der Konformität zum Regelwerk des ÖRV und etwaiger Abweichungen davon. Der veranstaltende Verein haftet für die Einhaltung aller [auch behördlichen] Regelungen.

**Karl Ivanics, Julian Endlicher**

## VIENNA UNIVERSITY SPRINT

**FREITAG, 28. JUNI · 18:00**

**Meldeschluss:** Fr, 14.06.2024, 18 Uhr

**Meldeadresse:**  
university.rowing.vienna@gmail.com

### Bezeichnung

Uni Mix 8+

### Vorläufiger Zeitplan

Do., 27.06. 19:00 Teammanager-Meeting\*

Fr., 28.06. 17:00 Jury-Meeting

Fr., 28.06. 18:00 Beginn der Rennen

Fr., 28.06. 22:00 Siegerehrung

\*Das „Teammanager-Meeting“ findet als Onlinemeeting statt und ist für alle Teammanager verbindlich! Genaue Uhrzeit und Ort wird spätestens mit dem Meldeergebnis veröffentlicht.

### Allgemeine Bestimmungen

Die Regatta findet auf der Regattastrecke Wien - Neue Donau/Steinspornbrücke nach den Bestimmungen der RoR der FISA ergänzt durch die RWB des ÖRV statt. Zusätzlich ergänzen beziehungsweise ersetzen folgende Sonderbestimmungen das Regelwerk.

### Zulassungskriterien:

Unter 30 Jahre und Studierender Ruderer\*innen müssen schwimmkundig sein. Die meldenden Vereine bzw. Universitäten tragen die volle Verantwortung für den ausreichenden Gesundheits- und Trainingszustand der Aktiven.

Steuerleute müssen mindestens 16 Jahre alt und steuerberechtigt sein. Steuerleute werden nicht gewogen. Universitätsmannschaften müssen von derselben Universität sein.

Zwei Universitätsmannschaften können sich zu einer Rengemeinschaft zusammenfinden und diese als Rengemeinschaft Universität A & Universität B melden.

Steuerpersonen müssen schwimmkundig sein.

Es muss eine einheitliche Kleidung getragen werden.

Die Boote werden vom Regattamanagement zur Verfügung gestellt.

**Mixed-Klasse:** Mannschaften müssen sowohl aus 4 männlichen als auch 4 weiblichen Studenten:innen bestehen.

### Aufstiegsmodus

Alle Rennen erfolgen im Head to Head Modus. Jede Universitätsmannschaft hat zumindest 3 Rennen bevor auf einen K.O Modus umgestellt wird. Der Aufstiegsmodus orientiert sich an der Anzahl der Meldungen. Ein Bei-

spiel ist im Anhang ersichtlich. Der finale Aufstiegsmodus wird mit dem Meldeergebnis ausgeschickt.

### Meldungen

Die Meldungen müssen alle Angaben der vorgeschriebenen Formulare enthalten.

Nachmeldungen werden bis Mittwoch, 26.06.2024 um 18:00 Uhr entgegengenommen.

Die meldende Universität bestätigt durch die Meldung, dass die Teilnehmer\*innen informiert wurden, dass die Teilnahme an den Rennen nur mit entsprechender Bekleidung und Ausrüstung, sowie in ausreichend körperlicher Verfassung absolviert werden darf.

Die meldende Universität bestätigt, dass die gemeldeten Mitglieder mit

### Beispiel für ungerade Anzahl an Booten

| Round 1 (gelost) | Qualifying | Heat     | Trials      | Last 8 | Semifinal | Final |
|------------------|------------|----------|-------------|--------|-----------|-------|
| Boot 1           | Boot15     | R1_W     | H1_W        | T1_W   | L1_W      | S1_W  |
| Boot 2           | R2_L       | Q1_L     | H3_L        | T2_W   | L2_W      | S2_W  |
| Boot 3           | R2_W       | Q1_W     | H1_L        | T3_W   | L3_W      | S1_L  |
| Boot 4           | R1_L       | Q4_L     | H3_W        | T4_W   | L4_W      | S2_L  |
| Boot 5           | R3_W       | Q2_W     | H2_W        | T5_W   |           |       |
| Boot 6           | R4_L       | Q5_L     | H4_L        | T6_W   |           |       |
| Boot 7           | R4_W       | Q2_L     | H2_L        | T7_W   |           |       |
| Boot 8           | R3_L       | Q5_W     | H4_W        | T8_W   |           |       |
| Boot 9           | R5_W       | Q3_W     | H5_W        |        |           |       |
| Boot 10          | R6_L       | Q6_L     | H7_W        |        |           |       |
| Boot 11          | R7_W       | Q6_W     | H5_L        |        |           |       |
| Boot 12          | R5_L       | Q3_L     | H7_W        |        |           |       |
| Boot 13          | R6_W       | Q4_W     | H6_W        |        |           |       |
| Boot 14          | R7_L       | Q7_L     | H8_L        |        |           |       |
| --Boot 15--      | --R1_W--   | --Q7_W-- | H7_L is out |        |           |       |

**Beispiel für gerade Anzahl an Booten**

| Heat (gelost) | Qualifying   | Trials       | Last 8       | Semifinal    | Final        |
|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| H1            | H1_W<br>H2_L | Q1_W<br>Q3_L | T1_W<br>T2_W | L1_W<br>L2_W | S1_W<br>S2_W |
| H2            | H2_W<br>H1_L | Q1_L<br>Q3_W | T3_W<br>T4_W | L3_W<br>L4_W | S1_L<br>S2_L |
| H3            | H3_W<br>H4_L | Q2_W<br>Q4_L | T5_W<br>T6_W |              |              |
| H4            | H4_W<br>H3_L | Q2_L<br>Q4_W | T7_W<br>T8_W |              |              |
| H5            | H5_W<br>H6_L | Q5_W<br>Q7_L |              |              |              |
| H6            | H6_W<br>H5_L | Q5_L<br>Q7_W |              |              |              |
| H7            | H7_W<br>H8_L | Q6_W<br>Q8_L |              |              |              |
| H8            | H8_W<br>H7_L | Q6_L<br>Q8_W |              |              |              |

der im Rahmen der Datenschutzbestimmungen erfolgenden Verarbeitung ihrer personenbezogenen Daten durch den Veranstalter und den ÖRV zum Zweck der Information der Öffentlichkeit über Teilnahme und Ergebnisse einverstanden sind; diese Zustimmung gilt auch für die Veröffentlichung von Fotos und Filmaufnahmen.

Mit der Meldung ist ein\*e Teammanager\*in inkl. Telefonnummer an

university.rowing.vienna@gmail.com bekanntzugeben. Diese\*r erklärt sich damit einverstanden, via Whatsapp-gruppe Informationen rund um die Regatta zu erhalten.

Für die Meldung ist ein Kautionsbetrag von € 160,00 pro Mixed-Achter notwendig. Bei Teilnahme an der Regatta wird dieser zurückerstattet.

**Sonstige Bestimmungen**

Die Lagerung der Boote und das Abstellen der Bootstransportwagen

erfolgen ausschließlich auf eigene Gefahr. Der Veranstalter übernimmt keine Haftung.

Die siegreichen Mannschaften erhalten Ehrenzeichen.

Für die Zufahrt zum Regattagelände mit Bootshängern und/oder Mannschaftsbussen ist eine Einfahrtgenehmigung gegen eine Kautionshöhe von € 20,00 erhältlich.

**Haftung:** Der Veranstalter haftet gem. den gesetzlichen Bestimmungen. Die Versicherung von Material und Personen ist Angelegenheit der Teilnehmer. Der Veranstalter übernimmt diesbezüglich keinerlei Haftung für Schädigung jeder Art. Den Veranstalter kann keine wie immer geartete Haftung für Personen- oder Sachschäden bzw. für abhanden gekommene Gegenstände angelastet werden.

Genehmigt durch die Technische Kommission des ÖRV am 29.4.2024 bezüglich der Konformität zum Regelwerk des ÖRV und etwaiger Abweichungen davon. Der veranstaltende Verein haftet für die Einhaltung aller (auch behördlichen) Regelungen.

**Sebastian Kabas, Chiara Halama  
im Namen des  
Universitäts Rudervereins**

**IMPRESSIONEN VIRR 2023**





**bio**

**BACK·KUNST**  
SEIT 1970

**AN IST  
MIR IST  
ALLES  
NATUR**

**#BREADPOSITIVITY**

Unser **Bio-Ur-Roggenbrot** hat nichts zu verstecken. Denn in ihm stecken nur die besten Bio-Zutaten aus der Region.

**Ströck**

## DER WIENER RUDERVERBAND UND SEINE VEREINE VOM ANRUDERN ÜBER VEREINSJUBILÄEN BIS ZU REGATTATEILNAHMEN

### ARGONAUTEN FEIERN 115. GEBURTSTAG UND PRÄSENTIEREN EINE NEUAUFLAGE IHRER CHRONIK

TRADITIONELLES ANRUDERN  
2024

Wera Szlavich

Unter einem ganz besonderen Zeichen stand am 7. April der offizielle Saisonauftakt, also das traditionelle Anrudern, des Wiener Ruderverbandes: Die Argonauten, einer der bekanntesten Rudervereine Wiens, feierten ihr 115-jähriges Bestandsjubiläum und präsentierten aus diesem Anlass auch eine Jubiläumsausgabe der ehemaligen Vereinszeitung ECHION.

Zahlreiche Mitglieder der Ruderclubs der Alten Donau hatten bei Postkartenwetter der Einladung zum Anrudern 2024 am Steg der Argonauten Folge geleistet. Der Präsident des Wiener Ruderverbandes Andreas Kral und die Obfrau der Argonauten Wera Szlavich schlossen sich der beeindruckenden Armada in einem Doppelzweier an. Die zahlreichen Boote wurden von einer Drohne begleitet, die spektakuläre Aufnahmen vom bunten Geschehen auf der Alten Donau lieferte. Zu Lande erstrahlten Bootshaus und Vereinsgelände des jubilierenden Vereines in neuem Glanz, dies natürlich in den Vereinsfarben rot und weiß. Zahlreiche Ehrengäste überbrachten Glückwünsche zum Geburtstag.

Ein besonderes Geburtstagsgeschenk hatte sich der Verein selbst bereitet: Stolz konnte man den Gästen und

Mitgliedern eine Jubiläumsausgabe der ehemaligen Vereinszeitung ECHION präsentieren. Den Schwerpunkt dieser Jubiläumsausgabe bilden vier professionell in Auftrag gegebene Interviews, die den Bogen zwischen den Gründungsjahren und der Gegenwart spannen und ihre sehr persönliche Geschichten rund um den Verein und den Rudersport erzählen. Ein weiterer Höhepunkt dieser Jubiläumsausgabe ist die Darstellung der Obleute von der Gründung bis zur Gegenwart. Dazu war im Vorfeld sogar ein Besuch bei der Vereinsbehörde der Landespolizeidirektion Wien notwendig gewesen, um Einblick in den Vereinsakt zu bekommen. Somit ergab sich für die Vereinsverantwortlichen der besondere und historische Moment, die Gründungsurkunde des WRK Argonauten vom 8. November 1909 in Händen halten zu dürfen.

Die Ausbeute für die Nachwelt waren stolze 183 Handyfotos von den Dokumenten. Die Recherchen im Zuge der Erstellung der Jubiläumsbroschüre ergaben übrigens, dass Ehrenobmann Fritz Petrzela 27 Jahre durchgehend als Obmann des WRK Argonauten die Geschicke des Vereins lenkte. Da war es naheliegend, dass der langgediente Funktionär anlässlich dieser Feier als herausragende Persönlichkeit der Argonauten mit dem Titel eines „Doyens“ gewürdigt wurde.

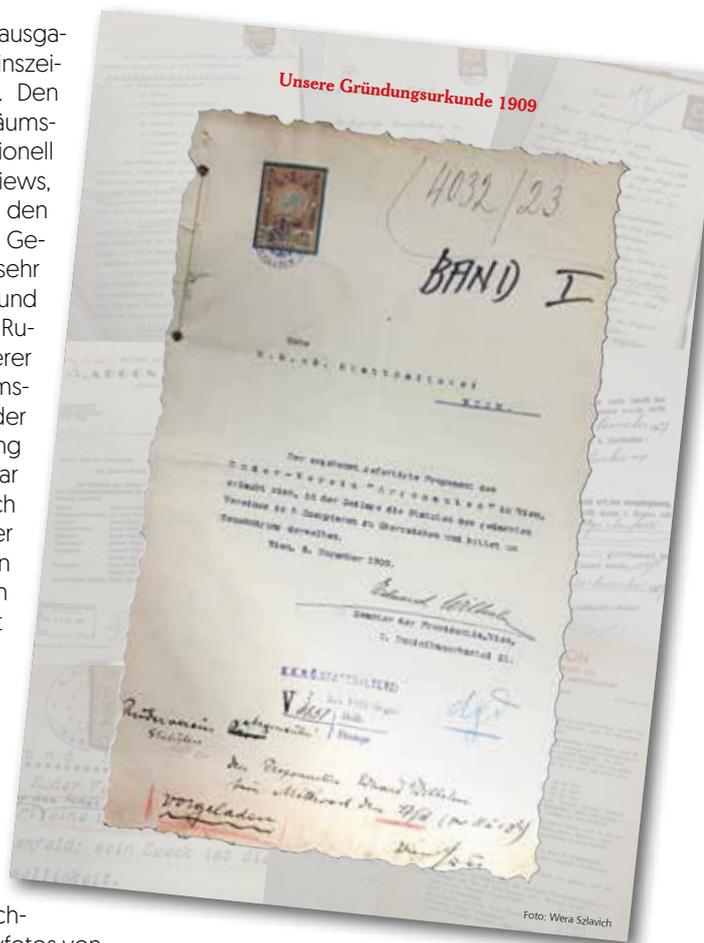


Foto: Wera Szlavich

Mit dieser gelungenen Geburtstagsparty der besonderen Art anlässlich des Anruderns 2024 gab der gesamte Wiener Rudersport ein kräftiges Lebenszeichen von sich und stellte in beeindruckender Weise unter Beweis, dass sich Tradition und aktuelle Sportaktivität bestens miteinander verbinden lassen. Dementsprechend gab man ein ausgelassenes und optimistisches Motto aus: „Ahoi, es geht weiter!“



## ORDENTLICHE HAUPT- VERSAMMLUNG DES WRV MIT EHRUNG DER LANDESMEISTER 2023

30. SEPTEMBER UND  
1. OKTOBER 2023

Siegerehrung am Floss des RV Ellida  
47 Rennen – 2 Rennen ausgefallen  
(LM2x, M4-)

### Sieger Wiener Nachwuchsverein

2023: WRK Donau Wien

Siegreiche Vereine:

1. WRK Donau Wien – 18 Siege
2. 1. WRC LIA – 11 Siege
3. WRC Pirat – 8 Siege
4. WRC Donaubund – 6 Siege
5. RV Friesen Wien – 2 Siege

Wir gratulieren ganz herzlich!

## HEAD OF AMSTEL

9. UND 10. MÄRZ 2024

Andreas Kral

### Die Damen:



Eine RGM bestehend aus DBU/ Lia /Graz/Pirat [Kristina Kiesel, Martina Schiller, Ivana und Jovana Bacanovic, Ute Hlobil, Steffi Gerobl, Manu Helbig, Eli Thonhofer, Stf. Clara Berger] hat trotz aller Widrigkeiten die Reise auf sich genommen. Stornierte Flüge, falsche Meldungen und fehlende Boote konnten Sie nicht abhalten bei

## WIR SIND 120 JAHRE JUNG!

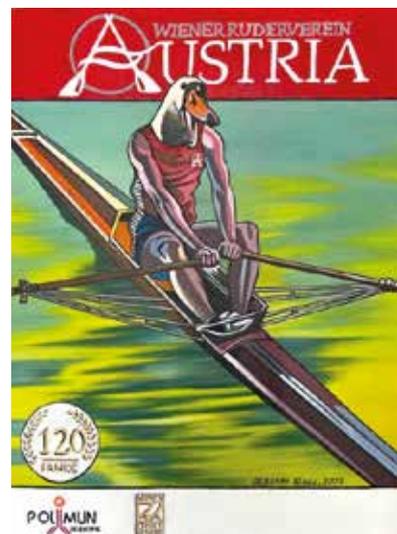
RV AUSTRIA FEIERT GEBURTSTAG UND RICHTET DEN ÖSTER-  
REICHISCHEN RUDERTAG AUS

### Roman Arndorfer

Der Österreichische Rudertag 2024 wurde heuer durch den RV Austria im Lokal „Flamingo Marina“ in der Kuchelau veranstaltet. Er hat mit dem Punkt Ehrungen begonnen und es sind viele der zu Ehrenden auch gekommen, dadurch war der Veranstaltungsräum am Anfang zur Gänze ausgelastet. Nach den Ehrungen gab es dann eine Kaffeepause und danach wurde mit dem eigentlichen Rudertag begonnen.

Die beiden Obfrauen des RV Austria, Nadja Hahn und Veronika Ebert, haben einen interessanten Bericht und Film über die 120 Jahre des RV Austrias präsentiert.

Auch die Berichte der einzelnen Fachbereiche des ÖRVs waren sehr gut vorbereitet und es war sehr kurzweilig. Pünktlich um 13:00 Uhr wurde der Rudertag mit einem Mittagsbuffet beendet und danach gab es noch die Möglichkeit das Bootshaus des RV Austria zu besichtigen UND . . . es war sogar noch Zeit für Fotoshootings um die VIRR2024 zu promoten!



der ersten Regatta dieser Saison dabei zu sein! Die Zeit war 31,01.

### Die Herren:



Waren 2023 inkl. Steuerfrau noch 4 Wiener im Achter vertreten - da-

von zwei Donaubund Ruderer, sank die Beteiligung heuer auf nur einen Wiener/Donaubundler der den Altersdurchschnitt sogar nach unten drückte. Gemeinsam mit einer sehr erfahrenen Crew mit Ruderern aus vorwiegend deutschen Vereinen in Berlin und Bonn Rainer Wittenhagen, Lukasz Ostrowski, Heiko Schulz, Peter Ehinger, Matthias Schumann und Karl Friedrich Ratz der und einem Holländer - Sander Verheug starteten die mit Stf. Petra Ehinger beim MM8+E und wurden - auch wie im Vorjahr - mit einer Zeit von 27,19 zweiter bei der etwas über 8 km langen Regatta. <https://headoftheriver.nl/en/>

## 12. BUDAPEST CUP 16. MÄRZ 2024

Andreas Kral

Eine Langstreckenregatta die teilweise auf einem Seitenarm der Donau in einem Kanal gefahren wird und dann



Erfolgreiche Teilnahme mit vielen siegen und tollen Platzierungen für die Wiener Vereine

**Mehr Info zu der Regatta:**

<https://worldrowing.com/event/2024-croatia-open/Info>

**Ergebnisse:**

<https://furkisport.hr/sportski.../hrvatski-veslacki-savez/>

**INN RIVER RACE**

**13. APRIL 2024**

**Andreas Kral**



fälle und 93 Mannschaften (8er und 4er) aus ganz Mitteleuropa am Start. Wie jedes Jahr eine perfekte Organisation mit großem Festzelt, Bürgermeister, riesigem Buffet und einer fetzigen Blasmusik, die den Boden zum Beben brachten – und nicht nur den Boden. Kein Wunder, dass am Schluss die ganzen 8er Crews das Zelt gemeinsam rockten – egal ob aus München, Mainz, Heidelberg, Frankfurt, Berlin, Dresden, Leipzig, Pirna, Wurzen, Győr, Triest, Rom, Zürich oder eben aus Wien.



auf der Donau. Organisiert wird von Gergely Orban mit einer Streckenlänge von ca. 4 Kilometer, somit eine „kurze“ Langstrecke. Diesmal war die Regatta – es nahmen 12 Nationen teil – etwas weniger stark besetzt als in den Vorjahren und es waren auch weniger Mannschaften am Start. Von den Wiener Vereinen waren unter anderem LIA, Donaubund, Ellida und Pirat vertreten und konnten zahlreiche Siege bei Junioren, Masters Frauen und Männer errudern. Die Gelegenheit die VIRR, Wienerachter und die Donaubund Regatta auch zu bewerben wurde auch genutzt.

Bereits zum 44. Mal fand heuer wieder das legendäre „Inn River Race“ um den „Passauer Wolf“ statt. Der Veranstalter, der Passauer Ruderverein, feierte sein 150ig jähriges Bestehen. Und gefeiert wurde wahrlich: Kaiserwetter, spiegelglattes Wasser über die 5,5km Renndistanz von Wernstein bis Passau mit einer kleinen Brise Gegenwind auf der letzten berühmten 2000m-Geraden vor dem Ziel. Kaum Treibholz, keine Un-

VertreterInnen von Argonauten, Austria, Ellida, Friesen, Donaubund, Donauhört, LIA und PIRAT konnten sich – teilweise in RGM - in die Siegerlisten eintragen. V8 mit Laszlo Kokas, Attila Strohmayr, Philipp Brandstetter [VIL], Hans Küng, Andreas Kral [DBU], Robert Mosek, Oliver Lehrer, Matthias Schreiner und Cox Clara Berger konnten nicht nur ihre MM8+E klar gewinnen, sondern waren das schnellste Masters M Boot überhaupt.

**CROATIA OPEN**

**6. UND 7. APRIL 2024**





Natascha Kral stand bei allen Regatten mit helfenden Händen zur Seite und ist – „business as usual“ – für die vielen Fotos verantwortlich.

### INT. KLEINBOOTTEST OTTENSHEIM 13. UND 14. APRIL 2024



Viele Wiener Vereine waren mit ihren Athlet:innen vertreten. Tolle Leistungen wurde dargeboten! An dieser Stelle ein herzliches Danke an die beteiligten Schiedsrichter:innen.

#### Ergebnisse findet ihr hier:

Samstag: <https://www.wsv-ottensheim.at/.../Ergebnisse-Samstag.pdf>  
Sonntag: <https://www.wsv-ottensheim.at/.../Ergebnisse-Sonntag-1.pdf>

### 2ER LANGSTRECKEN- REGATTA 10/20 KM DES RC MONDSEE 27. APRIL 2024

So eine zahlreiche Teilnahme an der Langstreckenregatta am Mondsee der Wiener Rudervereine - Dank an: WRC Pirat, Erster WRC LIA, WRV Ellida, WRV Donauhört und WRK Argonauten!



Besonders freuen wir uns über die herausragenden Platzierungen, die einige von euch erreicht haben. Bei den 10 km konnte Laszlo K./LIA mit seinem Partner den 2. Platz errudern und schnellste Ruderin war Henriette R./LIA mit ihrer Partnerin.

Bei 20 km gab es eine hervorragende Leistung vom Sieger - der Renngemeinschaft PIR/LIA Alexander K. & Johannes P. mit einer Zeit von 01:20:37 wir gratulieren ganz herzlich!

Eure Leistungen und euer Engagement sind wirklich beeindruckend. Weiter so!

#### Hier zu den Ergebnissen:

<https://rcmo.at/.../Ergebnis-Zweier-Langstrecke-2024...>

### 88. INT. RUDERREGATTA KLAGENFURT 27. UND 28. APRIL 2024



Einige Bewerbe bei teilweise spiegelglatterm Wasser - dann wieder Schaumkronen bis hin zum Regatta-Abruch am 1. Tag. Aber trotz allem eine toll organisierte Ruderregatta. Vielen Dank an das Kärntner Organisationsteam.



Die Wiener Vereine waren wieder zahlreich vertreten: Jugendliche gingen an den Start und erruderten für WRC Donauebund, WRC Pirat, WRK Donau, 1. WRC LIA und Ruderverein STAW Spitzenplätze und für einige Jugendliche war es die erste wertvolle Regattaerfahrung, die sie machen konnten. Ein schönes Wochenende am Wörthersee mit großartigem Einsatz der Jugend.

Vielen Dank auch hier wieder an das Schiedsrichterteam.

#### Ergebnisse findet ihr hier:

Samstag: <https://www.rvillach.at/.../93df43...>

Sonntag: <https://www.rvillach.at/.../93df43...>

## DER WIENER RUDERVERBAND UND SEINE VEREINE ÜBERBLICK DER KOMMENDEN REGATTEN

**34. ELLIDA-SPRINTREGATTA**  
INTERNATIONALE BEGEGNUNG  
SONNTAG, 9. JUNI 2024, 10 UHR  
MEIDESCHLUSS: 29.05.2024, 18:00 UHR

WIEN - UNTERE ALTE DONAU

Bundesministerium  
Kunst, Kultur,  
öffentlicher Dienst und Sport

# OLYMPIA

## GOES SCHOOL

Österreichs schnellste Ruderschule  
Freitag, 28.06.2024

VIENNA INTERNATIONAL  
ROWING REGATTA

Meldeschluss: 14.06.2024, 18:00 Uhr  
Management: Karl Ivanic, Julian Endlicher  
Meldeadresse: [jugendarudern.at](mailto:jugendarudern.at)

Wiener Ruder Club DONAUBUND  
gegründet im 18.12.1876

## 25. WRC DONAUBUND SPRINTREGATTA

www.donaubund.at

**Samstag, 15.06.2024**

Ruderveranstaltung des Österreichischen Ruderverbands  
Internationale Begegnung

**BEGINN DER REGATTA:  
7:00 UHR**

ADRESSE:  
Dampfschiffbauern 41, 1220 Wien

Meldebis: 03.06.2024, 18:00 UHR

Regattaleiter: Andreas Kral  
Anmeldung: <https://regatten.rudern.at>

## EURO GAMES VIENNA 2024

Ruderverein STAW

## 24. STAW SPRINT- RUDERREGATTA

16.06.2024

ALTE DONAU/GÄNSEHÄUFEL  
Start: 9:30 UHR

Meldebis: 09.06.2024, bis 18:00 Uhr  
Anmeldung: 09.06.2024, bis 18:00 Uhr

Meldegasse 21, 1220 Wien

216 10 18762228

### IHR BESONDERER FIRMENEVENT

STARTEN SIE GEMEINSAM MIT IHREM TEAM BEI DER INTERNATIONALEN RUDER-SPRINTREGATTA AUF DER ALTEN DONAU IN WIEN!

DER WRC DONAUBUND BIETET IHREN AM SAMSTAG, DEN 15.06.2024 AN, MIT IHREM AER-TEAM AN DEN START ZU GEHEN. MELDEGELD DER REGATTA: 80 EUR

Für das notwendige einwöchige Training vorab unter fachmännischer Anleitung in einem C-Aer kontaktieren Sie bitte für die Terminreservierung [office@donaubund.at](mailto:office@donaubund.at)

VORAUSSETZUNG: GLEICHER DIENSTGEBER & SCHWIMMKUNDIG & KEINE BISHERIGE REGATTATEILNAHME

ERLEBEN SIE "TEAMBUILDING" LIVE!  
Wie ist es, in "einem Boot" zu sitzen und gemeinsam ein Ziel zu erreichen? Finden sie es heraus...

Bei Interesse bitte E-Mail bis spätestens 10.05.2024 an: [office@donaubund.at](mailto:office@donaubund.at)

## 1. STERNFAHRT ZIEL SPORTUNION WALLSEE

### Herbert Pallinger

Zur Eröffnung der Ruder-Sternfahrt-Saison konnte Sektionsleiter Martin Königshofer neben zahlreichen Ehrengästen 144 Teilnehmer in 40 Booten in Wallsee begrüßen. Den Tagessieg sicherte sich der EKRV Donau Linz mit 19 Teilnehmern und 2.046 Punkten, knapp gefolgt vom KRV Alemannia mit 1.975 Punkten. Dritter wurde der WRV Donauhort mit 1.490 Punkten.

Beachtlich die weiteste Fahrt mit 203 Punkten pro Teilnehmer: Der Fünfer von Ister Linz startete zuhause bei Stromkilometer 2133, ruderte stromab bis 2069 beim Stauraum KW Ybbs, und anschließend stromauf zurück nach Wallsee.

Erstmals war auch der RC Seewalchen bei einer Donau-Sternfahrt dabei und die sechs Atterseer zeigten gleich, dass sie auch auf der Donau zuhause sind: mit 132 Punkten/Teilnehmer wurden sie nur noch vom RV Ister Linz bei den Punkten pro Teilnehmer übertroffen. Überhaupt waren unsere oberösterreichischen Nachbarn mit sechs von insgesamt 15 Vereinen sehr stark vertreten!

Dass Rudern ein Sport für jedes Alter ist, bewiesen einmal mehr unsere erfahrensten Teilnehmer Evelin Roth vom WRV Donauhort und Robert Loreth vom WRK Pirat, sowie die jüngsten Teilnehmer Klara Meusburger, Donau Linz und Samuel Auböck, Wiking Linz.

Die Sportunion Wallsee bedankt sich bei den vielen Teilnehmern fürs Kommen und das gemütliche Beisammensein nach der Sternfahrt. Gelegenheit zur nächsten Sternfahrt gibt es am Samstag, dem 25. Mai 2024 mit dem Ziel beim RV Normannen in Klosterneuburg!



| VEREINSWERTUNG und REIHUNG der 1. Sternfahrt 2024 |                    |                   |               |         |
|---------------------------------------------------|--------------------|-------------------|---------------|---------|
| Rang                                              | Verein             | Anzahl Teilnehmer | GESAMT PUNKTE | Pkte/TN |
| 1.                                                | EKRV Donau Linz    | 19                | 2 046         | 108     |
| 2.                                                | KRV Alemannia      | 17                | 1 975         | 116     |
| 3.                                                | WRV Donauhort      | 13                | 1 490         | 115     |
| 4.                                                | URV Pöchlarn       | 12                | 1 410         | 118     |
| 5.                                                | RV Ister Linz      | 8                 | 1 324         | 166     |
| 6.                                                | RV Normannen       | 11                | 1 240         | 113     |
| 7.                                                | WSV Ottensheim     | 12                | 1 224         | 102     |
| 8.                                                | Sportunion Wallsee | 18                | 1 057         | 59      |
| 9.                                                | RV Wiking Linz     | 10                | 900           | 90      |
| 10.                                               | Seewalchen         | 6                 | 794           | 132     |
| 11.                                               | WRK Pirat          | 8                 | 640           | 80      |
| 12.                                               | WRK Argonauten     | 3                 | 255           | 85      |
| 13.                                               | Erster WRC LIA     | 4                 | 240           | 60      |
| 14.                                               | STAW               | 2                 | 206           | 103     |
| 15.                                               | RC Wels            | 1                 | 102           | 102     |
| TOTAL                                             |                    | 144               | 14 903        | 103     |



## VOR EINER AUSFAHRT – MATERIALWAHL UND EINSTELLUNGEN

Veronika Ebert

Ein schöner Tag, die Ausfahrt steht bevor. Rasch auf´s Wasser – und los geht's!

Damit Rudern dann wirklich Freude macht, sind kleinere Vorarbeiten nötig.

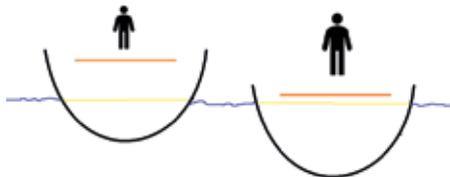
### 1. Wahl des Bootes

Bei der Wahl des Bootes sollten weder Alter des Bootes noch der Hersteller die entscheidenden Auswahlkriterien sein.

Damit es sich gut rudern lässt, ist vielmehr entscheidend: Passt der Bootskörper und die Grundeinstellungen (z. B. Dollenhöhe) zur aktuellen Mannschaft?

Bootskörper werden von den Bootsbauern nach dem Mannschaftsgewicht designt.

- Ist das Mannschaftsgewicht zu hoch, liegt der Bootskörper zu tief im Wasser, bei Wellen schwappt Wasser ins Bootsinnere.
- Ist das Mannschaftsgewicht zu gering, taucht der Bootskörper zu wenig ins Wasser ein, und das Boot neigt zum Wackeln – da die Breite des Bootes auf Höhe der Wasserlinie vergleichsweise gering ist.



Neben dem Mannschaftsgewicht, für das ein Boot gebaut ist, spielt auch die Höhe der Dollen eine wichtige Rolle, je höher, desto mehr Platz zum Abdrücken der Blätter nach dem Endzug, aber desto kippeliger ist das Boot. Eine Durchzugshöhe über Höhe der Brustwarze erschwert den Durchzug und führt oft zum „Herauswaschen“ des Blattes im Endzug.

Abb. 1: Korrekte Dollenhöhe



Weniger bekannt ist, dass Boote für Leichtgewichtsmänner zwar gewichtsmäßig zu einer Frauenmannschaft passen können, die Einbauten im Bootsrumf für breitere Hüften aber weniger geeignet sind – die Folge: Personen mit breiterem Becken bleiben beim Anrollen „stecken“, sie können nicht voll in die Auslage rollen.

**In Kürze:**

- Boot nach Mannschaftsgewicht wählen
- Dollenhöhe beachten
- Boot muss zur Beckenbreite passen

### 2. Wahl der Ruder

Die Gesamtlänge der Ruder sollte an die Größe bzw. Proportionen und die Kraft der aktuellen Mannschaft angepasst sein.

Dazu gehört einerseits, dass die Länge des Innenhebels (bei gegebenem Dollenabstand, der in vielen Vereinsbooten nicht permanent verstellt wird) so gewählt wird, dass ohne extreme Verrenkungen

- a) ein vernünftiger Auslagewinkel erreicht wird;
- b) in der Neutralposition die Ruder annähernd im rechten Winkel zur Bootsängsachse stehen
- c) die Griffe in der Endzugposition nicht überlappen

Abb. 2: Auslagewinkel

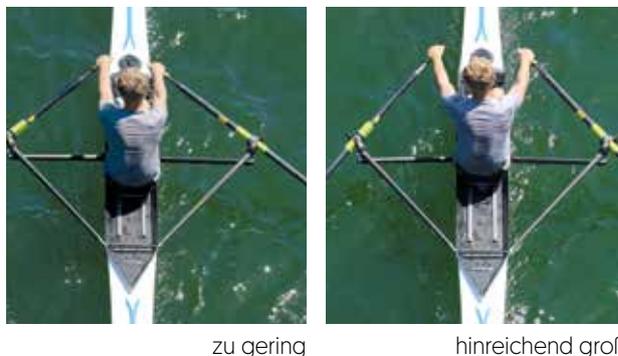


Abb. 3: Neutralposition



Bei korrekt eingestelltem Stemmbrett stehen die Holme der Ruder in rechtem Winkel zur Bootsängsachse

Abb. 4: Auslageposition



In der Auslageposition sollten bei korrekt eingestelltem Stemmbrett die Unterschenkel annähernd senkrecht stehen

Dies kann erreicht werden, wenn

- kleinere/beleibtere bzw. Personen mit kurzem Oberkörper und kurzen Armen eher kurze Ruder mit kurzen Innenhebeln wählen
  - größere/schlankere bzw. Personen mit langem Oberkörper und langen Armen eher längere Ruder mit langen Innenhebeln wählen
- ..... und das Stemmbrett korrekt eingestellt ist.

Das bedeutet aber auch, dass bei Mannschaften, die aus unterschiedlich großen bzw. proportionierten Ruderern bzw. Ruderinnen bestehen, oft sinnvollerweise nicht die gleiche Ruderlänge verwendet werden sollten.



Doch damit nicht genug: Bei der Wahl der Ruder ist auch die erwünschte Länge des Außenhebels zu beachten. Das Verhältnis von Innenhebellänge : Außenhebellänge ist nämlich für die „Übersetzung“, d.h. für den Kraftaufwand relevant. Dieser hängt von der erwünschten Durchzugsgeschwindigkeit ab, für die die Faustregel gilt: für den Durchzug sollte zwar eine gewisse Kraft erforderlich sein, die Geschwindigkeit des Ruderblattes im Wasser bzw. des Rudergriffs (in der Luft) sollte aber im Laufe des Durchzugs keinesfalls abnehmen. (In den meisten Fällen wählen Ruderer und Ruderinnen zu harte Übersetzungen, d. h. sie wählen zu lange Ruder bzw. zu lange Außenhebel).

Übrigens: Der Trick, das Stembrett weiter bugwärts zu stellen als für einen optimalen Arbeitswinkel erforderlich, ist zwar eine wirksame Methode, den Kraftaufwand im Durchzug zu minimieren, die Lösung ist aber nicht erstrebenswert, weil die Kraft der Beine bei zu geringem Auslagewinkel nicht ausgenutzt werden kann.

### 3. Überprüfung des Bootes am Bock

In vielen Vereinen ist es üblich, das Boot nicht direkt aufs Wasser zu bringen, sondern zuerst am Ruderbock zu überprüfen:

- Sind die Stembrettschrauben ohne Werkzeug zu öffnen?
  - Sind andere Verstellmöglichkeiten leichtgängig, z. B. Fixierungen eines Fußsteuers oder die Fixierungen der Schuhe am Stembrett (die später zur Verstellung der Schuhhöhe erforderlich sind)?
  - Haben sich Schrauben gelockert?
  - Sind die Dollen leicht drehbar?
  - Sind andere Schäden oder Verunreinigungen am Boot erkennbar?
- Zudem sollten stark verschmutzte Rollschienen gereinigt werden.

Häufig praktiziert, in den meisten Fällen aber nicht sinnvoll ist es, das Stembrett (in horizontaler Richtung) bereits am Ruderbock einzustellen, es sei denn, man kennt das jeweilige Boot in Kombination mit den jeweiligen Rudern bereits von vorangegangenen Ausfahrten.

### 4. Einstellungen am Bootsteg

Ist das Boot zu Wasser gebracht, am besten einmal ohne Ruder einsteigen:

Im 1. Schritt sollte die ungefähre Position des Stembretts (in horizontaler Richtung) ermittelt werden: Diese ist korrekt, wenn man in der Auslageposition annähernd senkrechte Unterschenkel hat (siehe Abb 4).

Im 2. Schritt sollte die Bequemlichkeit der Sitzposition überprüft werden: Dazu die Beine locker strecken (d. h. in Endzugposition rollen“):



Schritt 1

Schritt 2

- Sind die Schuhe zu tief montiert, „stechen“ die Rollschienen in den Unterschenkel.
- Sind die Schuhe zu hoch montiert, wird der untere Teil des Rückens („Kreuz“) rund, die Streckung der Beine ist nicht spannungsfrei.

In der Praxis bedeutet das, dass Personen mit kleinerer Schuhgröße die Schuhe eher nach oben stellen müssen und jene mit größeren Schuhgrößen weiter nach unten.

Sind die Schuhe im Boot fix montiert und viel zu groß, lohnt es sich

- a) Die Füße mit zusätzlichen Gurten am Stembrett zu fixieren oder
- b) Dicke Socken anzuziehen, bzw., noch besser, „Gymnastik“patschn“ unter den Schuhen anzuziehen – das Schuh-in-Schuhsystem ist bei Damen oft sehr beliebt.

Die hier beschriebenen Einstellungen können auch (mit den Rudern in der Hand) nach dem Ablegen vorgenommen werden. Dazu müssen die Füße aus dem Stembrett gelöst und auf die Bordwand gelegt werden.

### 5. Feinadjustierungen nach kurzer Ruderstrecke

Bei den ersten Schlägen werden alle Einstellungen überprüft, vor allem die Stembrettposition in horizontaler Richtung kann oft erst in der Dynamik der Schläge feinangepasst werden. Passt die Stembrettposition auch in der Dynamik, passt mein Auslage- und Endzugwinkel, erreiche ich die Positionen, ohne mich sonderlich verrenken zu müssen?



In Booten, wo die Dollenhöhe mit sogenannten C-Clips verändert werden kann, ist es zudem möglich, auch die Dollenhöhe nachjustieren.

### Lohnt sich der Aufwand wirklich vor jeder Ausfahrt?

Korrekte Einstellungen sind die unbedingte Voraussetzung, um korrekt und koordiniert miteinander rudern zu können. Das Gefühl des Miteinanders und damit der gute Bootslauf sind unmittelbar von korrekten Einstellungen abhängig – und damit auch die Effizienz des Ruderns bzw. auch die Freude am (gemeinsamen) Rudern.

Somit: **Ja, es lohnt sich!**

Und nach einigen Durchläufen wird der Ablauf zur Routine. Mit der Zeit gewinnt jede Ruderin und jeder Ruderer die Erkenntnis, welche Ruder und Boote für sie/ihn passend sind.

### Die Einstellungen des Materials noch einmal in Kürze:

- Am Steg:** Stembrett ungefähr an die richtige Position bringen (in horizontaler Richtung)  
Stembretthöhe überprüfen/justieren
- Am Wasser:** Stembrett, Schuhhöhe und Dollenhöhe feinjustieren

## ANRUDERN BEI DEN NIBELUNGEN

### EINLADUNG ZUM SOMMERFEST

Bei wunderbarem Wetter fanden 17 Boote bei den Nibelungen aufs Wasser und begingen gemeinsam das diesjährige Anrudern. Die Nibelungen selbst waren mit vier Booten dabei. Nach dem Wunsch einer erfolgreichen Saison und einem Dreifachen „Hipp Hipp Hurra!“ von Horst Nussbaumer auf unserem Floß, eröffnete der Nibelungen König durch Anblasen des Digeridoos die Rudersaison. Ab Mittag konnten alle, nach einer Fahrt nach Greifenstein, dass gewohnt exzellente Erdäpfelgusch der Nibelungen genießen. Der sommerliche Tag klang bei Aperol Spritz aus. Alle kamen in Ihren Booten wieder gut nach Hause.

Die Nibelungen freut es, wenn wir unsere Ruderfreunde bei uns begrüßen und bewirten dürfen. Das nächste Mal wird das am **15.Juni 2024** bei unserem

#### Sommerfest

„Die Nibelungen lassen's Krachen“ sein. Wir fiebern auch schon der diesjährigen **DAVIEBRA 2.0** am **Samstag, den 24.August 2024** entgegen. Die detaillierte Aussendung, wird schon bald in euren Postfächern landen. Bis dahin wünsch ich euch immer eine Handbreit Wasser unter dem Kiel.

**Alles Rudert!**  
**Euer Nibelungenkönig**  
[www.rvnibelungen.com](http://www.rvnibelungen.com)



## KURT BODENWINKLER GEHT IN DEN RUHESTAND

### 24 ERFOLGREICHE JAHRE ALS LANDESTRAINER IN OBERÖSTERREICH

#### Michl Kaltenbrunner

Aus diesem Anlass gab es im Bootshaus des RV Ister Linz eine würdige Feier. Viel Ruderprominenz war gekommen, um sich bei Bodo für seine großartige Trainertätigkeit zu bedanken. Olympia-, WM- und EM-Teilnehmer lauschten den Ausführungen des Hausherrn, Ister-Präsident Alex Weigl sowie der Laudatio, gehalten von ehemaligen Wiking-Präsident Heinz Mittermair, den mit Bodo eine mittlerweile 50-jährige Freundschaft verbindet.

Wenn man weiß, wieviel große Erfolg Bodo zu verzeichnen hatte, kann man sich die Dauer der Rede von Heinz vorstellen. Mit Humor, guter Laune und viel Applaus haben Andreas Nader, Anton Sigl, Christoph Uhl, Charlie Sinzinger, Hermann Bauer, Michael Sageder, Axel Krause, Bruno Flecker, Markus Lemp, Christoph Engl, Andreas Eckschlagler, Herbert Dieplinger, Bernd Walkolbinger, Karl Öllinger, der Bootsbauer Max Schellenbacher und viele mehr, den beiden Rednern zugehört.



55 Personen aus den Vereinen, Steyr, Wels, Gmunden, Seewalchen, Ottensheim, Puchenau und den 2 Linzer Vereinen Donau und Ister, hatten einen sehr schönen, unterhaltsamen Abend, den man nicht so schnell vergessen wird.

#### „BODO – wir sagen Danke“

PS.: und das Erfreulichste: Bodo wird uns als Trainer erhalten bleiben !!!



## WIKING BREGENZ UND DER EINSTIEG INS COASTAL ROWING

### Teresa Köppel

Der Bodensee, malerisch schön wie er ist, ist für die Ruderer aus Bregenz oft eine Herausforderung. Doch für das Coastal-Rowing, der „wilden Variante des Ruderns“, scheint der Bodensee wie geschaffen. Gerade am Ostende des Sees sind Wind und Wellen keine Seltenheit. Diese natürlichen Gegebenheiten machen das Coastal-Rowing zu einer vielversprechenden Option für unseren Verein.

Anfängliche Zweifel, ob sich der Verein dieser neuen Herausforderung stellen sollte, wurden bald durch begeisterte Zustimmung seitens der Vereinsmitglieder zu den vereinseigenen Coastal-Booten ersetzt. Nach kurzer Zeit war die Euphorie greifbar.

begab sich eine kleine Mannschaft aus Bregenz nach Oerías (Portugal), um an einem vom ÖRV-Disziplin-trainer Wolfgang Sigl organisierten Trainingslager teilzunehmen. Dort bekamen wir einen Eindruck davon, wie es ist, bei richtigen Coastal-Bedingungen zu rudern. Wind und Wellen waren spektakulär und erzwangen eine steile Lernkurve im Umgang mit solchen auch auf dem Bodensee in der Regel nicht zu findenden Bedingungen. Diese intensive Trainingszeit gab der Mannschaft wertvolle Einblicke und neue Impulse für zukünftige Trainingseinheiten.

*„Portugal war perfekt für ein erstes Kennenlernen des Coastal-Rowing. Die ungewohnten Bedingungen machten es zu einer fordernden und lehrreichen Erfahrung, bei der der Spaß nie zu kurz gekommen ist!“*  
 – Zitat Dominik Reimann

Das Trainingslager in Portugal machte definitiv Lust auf mehr. So streben wir eine Teilnahme an organisierten Coastal-Workshops und Coastal-Regatten in dieser Saison an.

Doch auch bei unseren anderen Vereinsmitgliedern erlebt das Coastal-Rowing einen Aufschwung und unsere Coastal-Boote sind viel im Einsatz. Für interessierte Vereinsmitglieder ist auch ein Coastal-Rowing Basis-Workshop geplant. Ziel des Workshops ist es, Coastal-Rowing näher kennenzulernen, die verschiedenen Bootsklassen zu testen und den Umgang mit den Booten zu lernen.

#### SAVE THE DATE:

Auch dieses Jahr wird es in Bregenz wieder eine Coastal-Rowing Regatta geben, nämlich vom 19.10.2024 – 20.10.2024. Am ersten Tag wird das olympische Format „Beach-Sprint“, am zweiten das Endurance-Format ausgetragen. Wir freuen uns über zahlreiche Meldungen! Weitere Informationen unter: <https://rv-wiking.at/coastal-rowing/2024>



Die neuen Herausforderungen und Erfahrungen haben den Zusammenhalt gestärkt und das sportliche Angebot des Vereins erweitert. Mit Begeisterung und Engagement blicken wir in eine vielversprechende Zukunft, in der das Coastal-Rowing einen festen Platz im Vereinsleben einnehmen soll.



Mit der Ausrichtung der ersten österreichischen Coastal-Rowing Regatta in der Endurance-Variante im Oktober 2023 sammelte der Verein nicht nur Erfahrungen als Regatta-Veranstalter, sondern auch erste erfolgreiche Rennerfahrungen.

Es war klar: Wir möchten das Coastal-Rowing in unserem Verein etablieren und auch im Jugend- und Leistungssport neben dem Flachwasser-Rudern vorantreiben. Die Gelegenheit dazu ließ nicht lange auf sich warten. Ende Februar 2024



**Coastal Regatta  
in Bregenz**

**19. & 20. Oktober 2024**

Erste Vorarlberger Beach Sprint Regatta | Sa, 19. Oktober  
 Zweite Vorarlberger Coastal Rowing Regatta | So, 20. Okt.

Mehr Informationen:  
[www.rv-wiking.at/coastal-rowing/2024](http://www.rv-wiking.at/coastal-rowing/2024)  
 @rv\_wiking\_bregenz



## ÖSTERREICHISCHER RUDERVERBAND

Blattgasse 6 · 1030 Wien  
+43 1 712 08 78 · office@rudern.at  
www.rudern.at



### IMPRESSUM

**Medieninhaber:** Österreichischer Ruderverband, Blattgasse 6, 1030 Wien, +43 1 712 08 78  
office@rudern.at, www.rudern.at

**Vorstand:** Horst Nussbaumer, Birgit Steininger, Walter Kabas, Peter Riedel, Helmar Hasenöhr, Helmut Moritz, Wolfgang Pawlinetz

**Redaktion:** Birgit Steininger,  
ruderreport@rudern.at

**Konzept:** Georg Mantler

**Layout, Satz und Druck:** Fuchs GesmbH, Kreuzensteiner Straße 51, 2100 Korneuburg  
fuchsdruck@aon.at

**Verlagsort:** Wien

**Verlagspostamt:** 1030 Wien

**Blattlinie:** Der Ruder-Report ist eine unabhängige, unpolitische Druckschrift und dient der gegenseitigen Information der Mitglieder und Vereine des Österreichischen Ruderverbandes sowie der Näherbringung des Sportes an die Öffentlichkeit.

**Erscheinungsweise:** 4-6 x / Jahr

**Einzelverkaufspreis:** € 3,60

**Auflage:** 3.000 Stück

### WEITERE PARTNER



 **Bundesministerium**  
Kunst, Kultur,  
öffentlicher Dienst und Sport



**Bundes-Sport GmbH**

