

# MRV *ECHO*

WWW.MAINZERRUDERVEREIN.DE

JULI 2024



Kostenfreie  
Webseminare  
und Aufzeich-  
nungen:  
[mvb.de/gbo](https://mvb.de/gbo)

Genießen Sie  
die Früchte  
Ihres Lebens!

Morgen  
kann kommen.

Wir machen den Weg frei.

Die MVB-Generationenberatung –  
individuelles Vorsorge- und Nachfolgemanagement

Vorsorgevollmachten, Patientenverfügungen, aber auch Vermögen sinnvoll auf die nächste Generation zu übertragen erfordert sehr spezialisierte Beratungen. Im Rahmen unserer Generationenberatung erhalten Sie Klarheit zu Ihrem finanziellen Spielraum im Rentenalter, für die Pflegesituation und was die Versorgung des hinterbliebenen Ehegatten betrifft.

Sie interessieren sich für eine ausführliche Beratung?  
Dann vereinbaren Sie doch direkt einen Termin mit uns!

Telefon 06131 148-9306.





- 4 – 10 7x auf dem Podest
- 12 – 15 Moin aus Hamburg
- 17 3. Platz in Gießen
- 18 – 23 Elfstedentocht 2024
- 24 – 25 Berliner Sommerregatta
- 27 Wir brauchen dich!
- 28 Costal Rowing am Rhein
- 29 Trainingslager Kassel
- 30 Termine Leistungssport
- 31 Impressum

## DACH & RINNE

Reparatur und Dachsanierung GmbH

- Flach- und Steildachsanierung
- Terrassen, Balkone & Garagen
- Dachrinne & Fallrohre
- Dachreparaturen
- Wärmedämmung
- Photovoltaik

Friedrich-Koenig-Straße 23  
55129 Mainz-Hechtsheim  
info@dach-und-rinne-mainz.de  
www.dach-und-rinne-mainz.de

Sprechen Sie uns an:  
**06131 / 555870**



## AKTUELLES AM VEREIN

- Anfang Juli // **Beginn Ruderkurs**  
(Anmeldung erforderlich)  
03. Oktober // **Abrudern** ab 13 Uhr  
14. Dezember // **Herrenabend**  
ab 17 Uhr, Favorite Parkhotel

# 7x AUF DEM PODEST

VON HERIBERT KARCHES



Erneut fanden nach 2023 auch in diesem Jahr die Deutschen Meisterschaften der U17, U19 und U23 Ruderinnen und Ruderer auf der traditionellen Regattastrecke des Essener Baldeneysees statt. Und der MRV war mit zehn U17, einem U19 und vier U23 Aktiven in 12 Entscheidungen vertreten.

Bereits seit 2023 gibt es bei den jüngsten Jugendjahrgängen (U17) zwischen dem MRV und dem Bernkasteler Ruderverein (BRV) eine sehr erfolgreiche Zusammenarbeit in gemeinsamen Trainingslagern und Rengemeinschaften. So konnten die beiden Trainer Felix Drahotta (MRV) und Gordon Hanso (BRV) insgesamt fünf gemeinsame Mannschaften zusammenstellen. Darunter einen Juniorinnen- und einen Junior-Doppelvierer (JF4xB bzw. JM4xB) die beide nach sehr guten Saisonergebnissen mit Medaillen Chancen gemeldet wurden. Gleiches galt für den Juniorinnen Doppelzweier (JF2xB) mit Antonia Stauder (MRV) und Jana Friedrich (BRV), die bereits im letzten Jahr eine erfolg-

reiche Saison gemeinsam bestritten und zwei neue Junior Doppelzweier-Kombinationen (JM2xB) mit Jan Bornemann (MRV) und Aron Schäfer (BRV) bzw. Tom Ludwig (MRV) und Leon Roden (BRV). Reine MRV-Mannschaften wurden in den Juniorinnen- und Junioren Zweier o. Stm (JF2- B bzw. JM2-B) gemeldet. Georg Götz und Constantin Pahling waren auch schon in 2023 erfolgreich mit ihrem Zweier unterwegs und gehen ebenfalls nach guten Saisonergebnissen als Medaillen Favoriten in den Wettkampf. Margarete Rickenberg und Dina Eifinger starteten in der technisch anspruchsvollen Bootsgattung des Zweiers ohne erstmals auf einer Deutschen Meisterschaft. Junior-A Ruderer

Barne Schreiber konnte sich mit seinem Trierer Partner Georg Tennbusch über die Saison für eine Süddeutsche Achter- und Vierermannschaft qualifizieren und startete im Junior Vierer ohne A und Junior Achter A. Für Paula Hartmann, Raphaela Werner geht es auch in Essen um eine weitere Empfehlung zur U23 WM in Canada. Beide starteten in DRV Rengemeinschaften im Vierer ohne und Achter.



# WIR SIND STOLZ AUF SO ERFOLGREICHE MANNSCHAFTEN





Vorjahres-U23-Europameister im Leichtgewichts Doppelvierer Tobias Böhm und zweifacher Lgw. Juniorenmeister 2023 Maximilian Rühling starteten im Leichtgewichts Doppelzweier (SM2xLG) und in Renngemeinschaft mit Saarbrücken und Stuttgart im Lgw. Doppelvierer (SM4xLG).

Eine Katastrophe war, so kurz vor dem Saisonhöhepunkt, die Hochwassersituation in Mainz. Ein Training am MRV wurde unmöglich. U23 Trainer Andreas Beer wick mit Tobias Böhm und Maximilian Rühling lokal zur MRG in den Industriehafen und nach Ingelheim in die Marianenaue aus, Paula Hartmann und Raphaela Werner trainierten Achter in Rostock und Vierer in Flörsheim. Die Jugendmannschaften ruderten ein Wochenende in Bernkastel, wo die Mosel noch ein akzeptables Trainingsrevier bot. Ab dem Wochenende vor der Meisterschaft bereiteten sich die Junioren mit Felix im Ruderzentrum am Baldeneysee vor und die Juniorinnen weiterhin in Bernkastel unter der Leitung von Gordon. Ab Mittwochabend waren wieder alle vereint im gemeinsamen Hotel in Essen und fieberten den Vorläufen am Donnerstag entgegen. Und der Tag der Vorläufe erfüllte alle Erwart-

tungen! In den Bootsgattungen unserer U23 Aktiven waren maximal 6 Boote je Entscheidung gemeldet, sodass es nur zu Bahnverteilungsrennen kam, bei denen die Startbahnen der Finalläufe bestimmt wurden. Startfelder mit bis zu 20 Booten gab es bei allen Juniorinnen und Junioren, die sich somit zunächst über Vorläufe/Hoffnungsläufe und Halbfinals weiter qualifizieren mussten.

Direkt für einen Finalplatz qualifizierten sich Antonia Stauder, Jana Friedrich, Greta Pohl, Marie Heiningen und Stf. Marla Kipp im Juniorinnen B Doppelvierer (JF4xB). Für ihre Halbfinals qualifizierten sich mit Vorlaufsiegen: Jan Bornemann und Aron Schäfer, Georg Götz und Constatin Pahlings, die Doppelvierermannschaft: Jan Bornemann, Linus Bertram, Aron Schäfer, Georg Götz mit Stm Mats Zimmermann und als Zweitplatzierte in ihrem Vorlauf Antonia Stauder/Jana Friedrich im JF2xB. Die Youngsters Tom Ludwig/Leon Roden und Margarethe Rickenberg/Dina Eifinger mussten in die Hoffnungsläufe, den Tom und Leon am Tag darauf bravourös gewannen. Margarete und Dina führen ihr Rennen bis kurz vorm Ziel an, kamen



dann aber in die Bojen der Bahnbegrenzung und mussten nach einem kapitalen Krebs zwei gegnerische Boote passieren lassen. Platz drei heißt nun kleines Finale am Sonntag.

Samstag: Tag der Meisterschaftsentscheidungen für unsere U23 Aktiven und Tag der Finalqualifizierungen in Halbfinalrennen für nahezu alle Junioren. Die Spannung steigt, der See kocht und am Ende des Tages heißt es Finale für Barne im Vierer und Achter, für Antonia und Janna, Jan und Aron, Georg und Constantin sowie für beide B- Doppelvierer. Kleines Finale der Plätze 6 bis 12 für Tom und Leon und Margarete und Dina. Die ersten Medaillen gab es für das MRV Team Tobias Böhm/Maximilian Rühling mit einem dritten Platz im Leichtgewichts-Doppelzweier. Keine vier Stunden später lieferten sich die beiden

Mainzer mit ihren Partnern aus Stuttgart und Saarbrücken ein Bug-an-Bug-Duell im Leichtgewichts Doppelvierer mit der gegnerischen Rengemeinschaft aus Treis-Karden/Kiel/Berlin und Neuwied. Erst auf den letzten 500m setzte sich das gegnerische Boot durch und nach Bronze im Lgw. Doppelzweier gab es nun Silber für Tobias und Maximilian im Lgw. Doppelvierer. Paula und Raphaela beendeten ihren Vierer Wettkampf auf Platz vier. Im Achter lief es besser, nach einem langen Bord an Bord Kampf mit dem führenden Achter war es im Ziel Platz zwei und die Silbermedaille für die beiden U23 Ruderinnen.

Sonntag; Finaltag der U17 und U19 Junioren, kein Tag für schwache Nerven. Enttäuschungen, Schockmomente Erfolg und Jubel bescherten dem Aktiven-Team, Trainern, Eltern und MRV-Fans ein Auf und Ab der Gefühle. 9:00 am Start lagen Antonia Stauder mit Janna Friedrich im JF2xB. Das Duo aus Mainz und Bernkastel hatte sich eine Medaille fest vorgenommen. Umso enttäuschender für beide der undankbare vierte Platz, es war wohl nicht ihr Tag, besseres sollte auch für die beiden folgen.



Aber zunächst folgte die erste Überraschung für das MRV Team. Jan Bornemann (Aktiver Ruderer seit fünf Monaten) und Aron Schäfer mischten das etablierte Feld der Junioren B Doppelzweier auf und ruderten auf Platz zwei, Silbermedaille. Auch im kleinen Finale war ein Team MRV/BRV mit Tom Ludwig und Leon Roden vertreten. Die beiden erreichten in ihrem ersten Jahr der Leistungsklasse B einen soliden 3. Platz im kleinen Finale bzw. 9. Platz im Gesamtklassement. Um die Mittagszeit waren unsere beiden Zweier ohne an der Reihe. Zunächst waren dies Margarete Rieckenberg und Dina Eifinger nach einem unglücklichen Aus im Halbfinale, nun im kleinen Finale des Juniorinnen 2- B. Und sie zeigten, dass sie auch im großen Finale hätten mitreden können und gewannen ihr Rennen überlegen.

Für Georg und Constantin war Gold das Ziel, Minimum Silber! Zur Streckenhälfte war der zweite Platz auch abgesichert, als von einer auf die nächste Sekunde Constantin nach hinten umkippte. DLRG hastete herbei und übernahm Constantin und Georg ins Rettungsboot. Aus der Traum von der Medaille. Aktive, Eltern, Trainer und insbesondere sein Partner Georg waren geschockt, Ärzte umringten Constantin. Kreislaufkollaps! Constantin wurde vor Ort Notfall versorgt und in Begleitung seiner Eltern zur Kontrolle ins Universitätskrankenhaus gefahren. Solche Momente des Bangens und der Unsicherheit über das, was geschehen ist, wünscht man keinem und muss insbesondere von den direkten Beteiligten auch verarbeitet werden können.

Umso bewundernswerter die Leistung unserer Aktiven in den anschließenden Doppelvierer Rennen. Den Anfang machten Janna Friedrich(BRV), Greta Pohl(BRV), Marie Heining

(MRV) und Schlagfrau Antonia Stauder (MRV) mit Stf. Marla Kipp (BRV). Die Enttäuschung vom Doppelzweier Rennen war vergessen, der Schock überwunden und der Doppelvierer mit Stf. kam in Fahrt. Zur Streckenhälfte gleichauf mit Platz drei und im Ziel Silbermedaille. Die Freude war groß und die Mannschaftsleistung genial. Und dann kam der Doppelschlag. Im nächsten Rennen, dem Junioren Doppelvierer m.Stm nochmals Bernkastel/Mainz am Start. Jan Bornemann (MRV), Linus Bertram (MRV), Leon Schäfer (BRV) mit Schlagmann Georg Götz (MRV) und Matz Zimmermann (MRV) am Steuer lagen ebenfalls nach all den Hoch und Tiefs konzentriert am Start und fuhren von Anfang an im sechs Boote Feld vorn mit. Bis zur Streckenhälfte noch knapp hinter Platz drei kämpften sie sich kontinuierlich Platz um Platz nach vorn und holten sich mit 3/10sec vor Bronze wie ihre Kameradinnen zuvor die Silbermedaille.

Im letzten Rennen des Tages, dem Junioren Achter A, sicherte sich Barne Schreiber im Achter der Süddeutschen Rengemeinschaft die Bronzemedaille. Zwar gab es keine Meister/Meisterin, dennoch 3 Podestplatzierungen bei den U23 Aktiven, 3 Platzierungen im U17 Leistungsbereich und eine Medaille im U19 Jahrgang können sich sehen lassen. Außerordentlich die Geschlossenheit, Hilfsbereitschaft und der Kampfgeist des gesamten Teams aus Bernkastel und Mainz.

Ganz herzlichen Dank an die Trainer Felix, Gordon und Vitaliy für eine professionelle Organisation, Betreuung und Führung der Aktiven gerade unter diesen nicht einfachen Umständen. Dank auch an die Eltern, die zahlreich ihren Sportlerinnen und Sportlern zur Seite standen und sie tatkräftig anfeuert!





# Akzente

Stil • Design • Genuss

## Herzlich willkommen zum Bummeln und Shoppen in Nieder-Olm!

Entdecken Sie aus einem umfangreichen Sortiment von Accessoires Ihr persönliches Lieblingsstück oder ein besonderes Präsent für Ihre Freunde, Mitarbeiter und Kunden!



Inh.: Barbara Brückbauer | Oppenheimer Str. 6 | 55268 Nieder-Olm (neben Pizza Pepé) | t: 06136 - 90 90 582

Mo - Sa: 10.00 - 13.30 | 15.15 - 18.30 | Mi+Sa-Nachmittag geschlossen

[www.akzente-home.de](http://www.akzente-home.de)  

ANZEIGE



## Altstadtpraxis Mainz

Die Hausarztpraxis im Osteiner Hof



### Dr. med. Stefanie Lutz Fachärztin für Allgemeinmedizin

Akupunktur | Notfallmedizin

Schillerplatz 1 | 55116 Mainz  
Tel.: 06131/220518 | Fax: 06131/238725  
Email: [dr.lutz@altstadtpraxis-mainz.de](mailto:dr.lutz@altstadtpraxis-mainz.de)  
[www.altstadtpraxis-mainz.de](http://www.altstadtpraxis-mainz.de)

Ausbildungspraxis der Johannes Gutenberg Universität Mainz  
Vereinsärztin des MRV seit 2016



# MOIN AUS *HAMBURG*

VON **MAX RÜHLING**



Am Mittwoch dem 29. Juni reiste die Senioren-Trainingsgruppe zur Zweiten Kleinbootüberprüfung nach Hamburg an. Bei noch regnerischen Wetterbindungen wurde am selben Tag eine erste Trainingsfahrt auf der Regattastrecke in Allermöhe absolviert, um sich an die Gegebenheiten zu gewöhnen.

Am Donnerstagmorgen starteten die Vorläufe mit dem SF 2-. Für den Mainzer RV waren Paula Hartmann zusammen mit Raphaela Werner als Vereinsboot und Anne Kistenpfennig mit ihrer Zweierpartnerin Ida Janssen vom RC Nassovia Höchst als Renngemeinschaft am Start. Über den Vorlauf konnten sich Paula und Raphaela für den 1. Lauf und Anne für den 3. Lauf qualifizieren. In den jeweiligen Rennen am Nachmittag belegten Paula und Raphaela den 5. Platz und Anne den 6. Platz.





Neben dem SF 2- waren Mainzer Sportler auch noch im SM 1x LG am Start. Hier starteten Tobias Böhm und Maximilian Rühling. Im Vorlauf belegte Tobias den 3. Platz direkt vor Maximilian. Somit qualifizierten sich beide für den 2. Lauf am Nachmittag. In diesem Lauf belegte Maximilian den 3. und Tobias den 5. Platz. Aufgrund der Ergebnisse dieser Überprüfung wurden Boote für die Internationale Regatta Ratzeburg gebildet. Die Regatta in Ratzeburg fand direkt am Wochenende danach, also nur 2 Tage später statt. Die Anreise nach Ratzeburg erfolgte freitags von Hamburg aus. In Ratzeburg wurden dann die Boote aufgeriggert und die neuen Mannschaftskombinationen trainiert.

Den Start am Samstagmorgen machten wieder die schweren Riemerinnen. Diesmal im Vorlauf des SF 4- A/B. Paula und Raphaela gingen mit Renngemeinschaftspartnern aus Karlsruhe und vom RV Ems-Jade-Weser an den Start. Nach dem gewonnenen Vorlauf, konnten sie im A-Finale den 4. Platz erreichen. Im gleichen Rennen ging auch Anne zusammen mit ihrer 2- Partnerin aus Höchst und mit zwei Ruderinnen aus Mannheim und Friedrichshafen an den Start. Mit ihrem Vorlaufergebnis qualifizierten sie sich für das B-Finale, in dem sie den 3. Platz belegten. Tobias und Maximilian starteten zusammen im SM 2x A/B LG und im SM 4x A/B LG. Im Doppelzweier qualifizierten sie sich mit einem 3. Platz für den ersten Lauf am Nachmittag. In diesem Lauf konnten sie sich dann ebenfalls den dritten Platz sichern. Im Doppelvierer gingen die bei-

den zusammen mit einem Ruderer aus Stuttgart und einem Ruderer aus Ulm an den Start. Da es nur 3 Meldungen gab, wurde nur das Finale ausgefahren. Hier belegte der Doppelvierer den 2. Platz hinter einer anderen deutschen Kombination.

Die anderen Rennen für den MRV am Samstag wurden von Raoul Overrath bestritten. Er startete im SM 2- A in Renngemeinschaft mit der Frankfurter Rudergesellschaft Germania und im SM 4+ A in Renngemeinschaft mit München, Köln und Meppen. Im 2- belegte Raoul den 4. Platz, im 4+ den 2. Platz. Am Sonntag gingen Paula und Raphaela wieder in der gleichen Kombination wie am Vortag an den Start, diesmal aufgrund der Anzahl der Meldungen aber ohne Vorlauf. Dementsprechend fand direkt das Finale statt. Im Finale schafften die beiden es den 4. Platz zu belegen und somit 3. Bestes deutsches Boot zu sein. Tobias und Maximilian gingen am Sonntag nur noch im Doppelvierer in gleicher Besetzung wie samstags an den Start. In dem Rennen konnten sie den 3. Platz belegen. Da ein Senior A Boot am Start war, entspricht dieser Platz dem 2. Platz in der U23 Wertung.

Im letzten Rennen des Tages für den MRV startete Raoul im Männerdoppelvierer in Renngemeinschaft mit Frankfurt, Köln und München. Er belegte in diesem Rennen den 4. Platz. Diese langen 5 Tagen Regatta standen auch als Vorbereitung für die Deutschen Jahrgangsmeisterschaften U23 vom 20. Juni–22. Juni in Essen.







## Erwarten Sie Meer von Ihrer Immobilie.

Gutschein für eine kostenfreie professionelle Marktpreiseinschätzung Ihrer Immobilie von geprüften freien Sachverständigen für Immobilienbewertung (PersCert®/WertCert®)



Shop Mainz | Rheinstraße 33 | 55116 Mainz | T: 06131 - 97 20 40 | mainz@von-poll.com | www.von-poll.com

ANZEIGE

### WIR KAUFEN BEBAUTE UND UNBEBAUTE GRUNDSTÜCKE

**G. L. Kayser**  
FAMILIENUNTERNEHMEN  
SEIT 1787

**EDMUND SCHMITZ**  
0 61 31 / 27 70 38-31  
info@gl-kayser.com

#### MAKLER UND MARKTPREISERMITTLUNG



**UWE BORGSMANN**  
0 61 31 / 27 70 38-30  
info@ig-mainz.de

KOOPERATIONSPARTNER DER



#### HAUSVERWALTUNG



**FRANK HIRSCHBIEGEL**  
0 61 31 / 27 70 38-38  
info@iv-mainz.de

## 3. PLATZ IN GIESSEN

VON FREDERIK VÖLKER



Der Winter ist endgültig vorbei und mit dem Sommer kommt die Wettkampfsaison! Lange haben sich die Männer des Mainzer Bundesliga-Teams auf die neue Saison vorbereitet, um sich in der stärksten Sprintliga der Welt zu beweisen.

Doch bevor beim ersten Bundesliga-Renntag in Minden und bei den deutschen Meisterschaften in Brandenburg die Startampel auf Grün springt, galt es, sich noch einmal die nötige Wettkampfhärte zu holen. Zu diesem Zweck wurde die renommierte Pfingstregatta in Gießen als letzter Härtetest ausgewählt, bevor es ernst wird. Am Sonntag trat das Team in verschiedenen Konstellationen im Achter an. Außerdem wurde noch ein Vierer gemeldet, um sich im Kleinboot mit der Konkurrenz zu messen.

Trainer Simon Karches betonte intern die Bedeutung dieses Wettkampfes für die Vorbereitung. Es sei wichtig, die im Training erarbeitete Leistung auch unter Rennbedingungen abrufen zu können. Die spezifische Anspannung und Nervosität eines Rennens könne nicht im Training simuliert werden. Daher sei es entscheidend, diese Erfahrungen so früh wie möglich im Jahr zu machen und zu lernen, damit umzugehen.

Das Ziel war also klar: Das Team wollte sich mit nichts weniger als einem Platz auf dem Podium zufriedengeben. Am Sonntag trat der Achter gegen starke Konkurrenz aus Gießen, Aachen, Heidelberg und Frankfurt an. Über die Wett-

kampfdistanz von 350 Metern konnte sich das Team am Ende des Rennens den dritten Platz sichern. In einem zweiten Rennen über die längere Distanz von 1000 Metern schied das Team jedoch bereits im Vorlauf aus, da das Gegenfeld in diesem Lauf besonders stark war und die 1000 Meter für die sprintstarken Mainzer nicht ganz der gewohnten Wettkampfdistanz entsprachen.

Im Vierer ohne Steuermann gab es hingegen einen Erfolg zu feiern: Tom Härtwig, Sören Wahner, Raoul Overath und Frederik Völker konnten sich hier überlegen den ersten Platz sichern und damit einen weiteren Sieg für den Mainzer Ruder-Verein einfahren.

Obwohl das Team im Achter den ersten Platz verpasst hat, nehmen die Männer des Mainzer Achters viele wertvolle Erfahrungen aus diesem Wettbewerb mit. Es bleibt wenig Zeit zur weiteren Vorbereitung, denn schon am 12.07. stehen die Deutschen Großboot Meisterschaften an, gefolgt vom ersten Renntag der Bundesliga-Saison am 17.08. Mit neu entfachteter Motivation blickt der Mainzer Achter nun hungrig und mit großer Vorfreude auf die kommenden Herausforderungen.

# ELFSTEDENTOCHT 2024

VON ADELINA HALLER



Mainz Canal Cruisers erobern Friesland bei der Elfstedentocht 2024. Ein halbes Jahr der Vorbereitung, ein Wochenende voller Abenteuer – die Mainz Canal Cruisers haben es geschafft!

Nach der letzten Teilnahme an der Elfstedentocht (Elf-Städte-Tour) im Jahr 2019 kehrte die Idee 2023 mit voller Wucht zurück. Zwei Teilnehmerinnen brannten darauf, die Herausforderung erneut anzunehmen und bei einem gemütlichen Grillabend wurde der Entschluss gefasst: Dieses Jahr fahren wir wieder! Und zwar als Frauenmannschaft. Doch Krankheitsfälle zwangen uns zur Umstellung auf ein Mixed-Team. Glücklicherweise konnten wir spontan Ole und Michael für unsere Crew gewinnen.

Die Elfstedentocht ist eine einzigartige Herausforderung, die nicht nur Kraft und Ausdauer erfordert, sondern auch Teamwork und strategisches Denken. Wir starteten als Staffel! Elf Ruderinnen teilten sich die Strecke, während immer acht im Begleitbus die Strecke entlang fuhren und jeweils zwei Ruderinnen mit Steuerfrau im Gig 2x+ durch wechselten. Dieser besondere Ansatz sorgte für eine dynamische und abwechslungsreiche Erfahrung, bei der jede Teilnehmerin ihren Teil zum Erfolg beitrug.

Seit Januar wurde die Regatta akribisch geplant. Laminierte Routenpläne aus 2008 wurden aus dem Archiv geholt und für die aktuelle

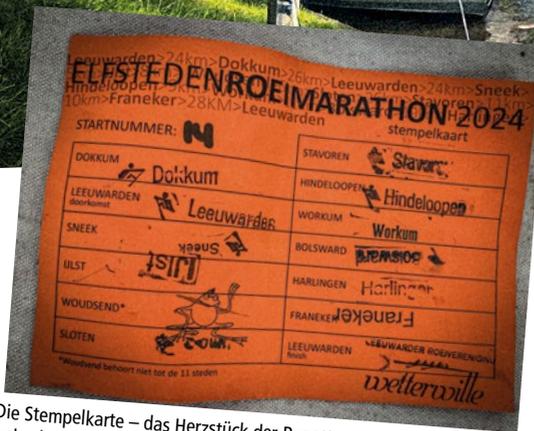
Strecke mit Folienstift minimal angepasst. Da kurzfristig unsere Teilnehmerin aus Bad Cannstatt erkrankte, die ein GPS-Gerät vorbereitet hatte, mussten wir improvisieren und zusätzlich zu den etwas veralteten Karten auf Handy-Apps umsteigen.

*Dokkum Stempelstelle fast verpasst, im Schilf hängen geblieben – aber immer mit Humor!*

Unser Abenteuer begann mit einer spannenden Nachtfahrt. Mit dem Namen Mainz Canal Cruisers starteten wir am 10. Mai um 20:04 Uhr in Leeuwarden mit unserem Boot Schöppche, welches eine freundliche Leihgabe von Nassovia Höchst war. Unser Maskottchen, ein gelber Minion, erwies sich als wahrer Glücksbringer: Nicht nur, dass er in der Nacht wie ein Nordlicht strahlte, so war er auch bei den Bootswechseln ein hilfreicher Wegweiser für unsere Mannschaft auf dem Wasser. In Konkurrenz zu unserem leuchtenden Minion strahlte jede Menge fluoreszierende Kleidung – wovon manche Teammitglieder nicht genug haben konnten. Den Stempelposten in Dokkum hätten wir um ein Haar fast verpasst, hätten uns die freundlichen Regattahelfer nicht ans Ufer gerufen. Danach gerieten wir im Schilf fest. So etwas kann

↳ Unterwegs auf den letzten Etappen.  
Und gegen den Wind.





➔ Die Stempelkarte – das Herzstück der Regatta.  
Es geht darum, Stempel aus 11 Städten zu sammeln.

in der Dunkelheit schnell passieren. Nachdem wir Leeuwarden ein zweites Mal passiert hatten, hätten wir fast eine Abzweigung verpasst, wäre es dem aufmerksamen Landteam nicht sofort aufgefallen. Während des gesamten Rennens konnte man die Boote per GPS verfolgen. Mit einer 30er Schlagzahl ging es zügig nach Sneek, wobei wir „eimerweise“ Boote überholen konnten, während wir mit ziemlich riskanten Manövern Brücken unterquerten. Im Nachhinein waren wir sehr froh, dass unser Kopf und unsere Hände dabei heile geblieben sind. Über

das Sloter Meer erreichten wir am Morgen um 7:13 in Sloten den Kaffeewagen, wo wir mit den freundlichen Niederländern, die die Regatta organisieren, ins Gespräch kamen. Über unsere alten Routenpläne wurde herzlich gelacht, sowie über unsere etwas weiter hintere Position – wir nahmen es mit Humor.

Nachdem wir die welligen Meere hinter uns gelassen hatten, ging es ab Stavoren um 9:58 über Hindeloopen, Workum und Bolsward wieder in Richtung Leeuwarden. Bei einem kurzen Stopp des Begleitbusses am IJsselmeer konnten wir unser Team am Deich entlang rudern sehen und anfeuern. Nach Harlingen erwartete uns ein stärkerer Gegenwind, der die letzten fünf Etappen zu einer echten Herausforderung machte. Dieser hat uns wahrlich einen Strich durch die Rechnung gemacht. Zuvor hatten wir laut Hochrechnungen immer wieder gute



➤ Die Boote befinden sich bereits in Start-Reihenfolge.

Chancen, die 24-Stunden-Marke zu knacken. Am 11. Mai kamen wir um 20:34 nach insgesamt 24:30:32 Stunden wieder in Leeuwarden an. Ein jubelnder Bootsplatz empfing uns, als Sophia, Helena und Judith die Ziellinie überquerten. Kurz nachdem wir eintrafen, baute die Jury ihr Zelt ab, womit wir die letzten registrierten Teilnehmer waren und den Platz 85 in der Gesamtwertung erzielten.

### ***Ewiger Ruhm durch die Nordlicht Challenge!***

Nicht nur die Jury, sondern auch die Küche hatte praktisch auf uns gewartet: Bei dem Einholen des letzten Stempels am Zielort wurde uns augenzwinkernd mitgeteilt: „Ihr wart zwar langsam beim Rennen, aber jetzt müsst ihr euch beim Essen wirklich beeilen!“. Das Küchenteam hatte schon eine leckere Mahlzeit – natürlich ganz niederländisch mit Mayonnaise-topping – für uns bereitgestellt und uns freudig

in der Bootshalle empfangen. Während des gesamten Abenteuers und der Zeit im Bus hatten wir optimale und reichhaltige Verpflegung inklusive Kaffee, Broten, Pizzaschnecken und Nüssen – alles organisiert von Judith. Dadurch wurde unsere gute Laune sowie der Humor getragen – der die schlaflose Nacht, Anstrengungen sowie jede Menge Blasen und Schmerzen vergessen machte.

Zwar sind wir bei der diesjährigen Elstedentocht 24 nicht durch unsere ruderischen Leistungen herausgestochen, doch erlangten wir dennoch „ewigen Ruhm“ (Zitat Veranstalter). Wir gewannen die Nordlicht Challenge! In der Nacht der Tour waren nämlich über Mitteleuropa Nordlichter zu erwarten. Somit ging es bei der diesjährigen Austragung auch darum, die schönste Aufnahme eines Nordlichts bei den Veranstaltern einzureichen. Die Mainz Canal Cruisers sind wieder zurück in Mainz – und



**ERNST  
NEGER**  
Dächer Fassaden Solarenergie

Ob Steil oder Flach  
wir arbeiten für Sie  
auf jedem Dach

Tel: 0 61 31 99 67-0  
www.ernstneger.de  
info@ernstneger.de

ANZEIGE

## SIE ÜBERLEGEN, IHRE IMMOBILIE ZU VERKAUFEN?

*Kostenfreie Erstberatung  
und Immobilieneinwertung!*

Unabhängig davon, ob Sie eher kurz- oder langfristig an einen Verkauf denken - mit einer fundierten Beratung durch uns sind Sie in jedem Fall in guten Händen. Vertrauen Sie auf unsere Kompetenz und unser durchdachtes Konzept!

Sie finden bei uns nicht nur Sachverstand, sondern auch Menschen die Ihnen zuhören und regional verbunden sind.



**AP IMMOBILIEN**

Ihr  Immobilienmakler aus Mainz

 06131/143 05 45

www.ap-immo.biz

*...regionale  
Experten!*

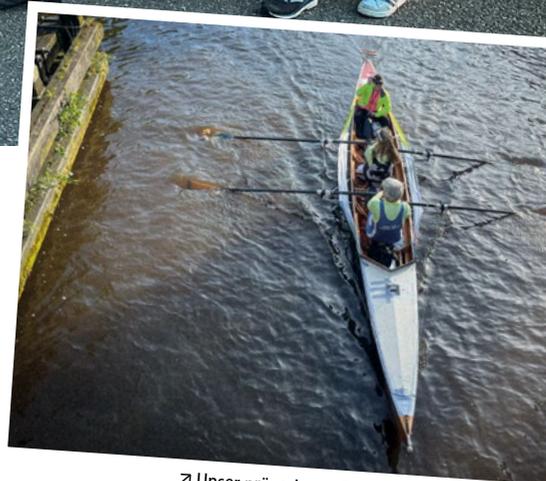


➤ Müde aber glücklich! Die meisten unserer Elfsteden-Helden sind hier vereint – nach einer schlaflosen Nacht strahlen sie mit Stolz.

schon bereit für ein neues Abenteuer im kommenden Jahr als Mixed Team! Wenn ihr Interesse habt, wendet euch an uns und tragt euch hier im Intranet ein!

***Mit im Team waren dieses Jahr:***

Jacqueline Nietzsche, Judith Güttler, Helena Jetses, Ramona Gelber, Simone Brandstetter und Michael Wüllner vom KRKG, Ole Köpper, Sophia de Witt, Adelina Haller, Maike und Kirsten Stanischewski.



➤ Unser präpariertes Boot Schöppe

# BERLINER SOMMERREGATTA

VON JOTI MIRDHA



Am 02. Juni 2024 fand im Rahmen der Berliner Sommerregatta an der idyllischen Regattastrecke Grünau der Anerkennungswettbewerb für die Special Olympics Nationalen Spiele 2026 in der Disziplin Rudern statt. Auch unser MRV-Inklusionsteam war am Start.

Das erste Juni Wochenende war in jeder Hinsicht voll für Ruderdeutschland und den MRV, da brauchte es jede Menge Organisationskraft, auch unser kleines Inklusionsteam bestehend aus Charlotte Leber (2007) und Linea Breinbauer (2008) auf einen eigenen großen Ausflug zu schicken. Die Reise ging nach Berlin auf die Sommerregatta, die der Landesruderverband Berlin alljährlich an der Regattastrecke Grünau veranstaltet. Diesmal war es ein Novum, dass in diesem Rahmen nicht nur der Landesentscheid,

die Handicap Regatta und die allgemeine Regatta ausgetragen wurden, sondern auch der Anerkennungswettbewerb für die SO Nationalen Spiele, die 2026 im Saarland ausgetragen werden.

## Was heißt „Anerkennungswettbewerb“? Und warum Berlin?

„Ein Anerkennungswettbewerb (AW) ist ein Qualifikationswettbewerb im Sinne des Prinzips des Aufstiegs.“ So steht es im SOD-Grundsatzpapier zur Teilnahme an den Nationalen Spielen. Die Teilnahme an einem solchen Wettbewerb ist die Voraussetzung für die Bewerbung zur Teilnahme am nationalen Wettkampf der Special Olympics. Er ist also ein wichtiger Schritt zur Qualifikation; aus der Summe der Teilnehmenden in den AWs, die sich dann bewerben, werden dann die bestplatzierten je nach Kontingent nominiert. In der Regel werden regionale AWs ausgerichtet, allerdings ist das im Falle von teilnehmerschwachen und im Wettbewerb neuen Sportarten wie Rudern kaum durchführbar, weswegen hier überregionale AWs angeboten werden. Ein solcher fand nun in Berlin statt, was für uns natürlich ein Pflichttermin war.





### Powerfrauen im Männerfeld

Weibliche Leistungsruderinnen mit geistiger Beeinträchtigung sind in Deutschland noch eine Rarität, zumindest haben wir bis jetzt noch keine weitere kennengelernt. So war es keine große Überraschung, dass Charlotte und Linea als einziges gemeldetes Frauenteam im SO AW Doppelzweier Rennen der Unified Männer am Sonntagmorgen antreten durften. Doch auch in diesem theoretisch konkurrenzlosen Wettkampf, in dem sie auch noch die jüngsten waren, gaben unsere Damen nicht einfach klein bei, sondern ruderten die 1000 m-Strecke souverän in 5:31,87 min runter. Die Fahrt an den Siegersteg war verdient!

### Im Zeichen des Austauschs

18 Stunden hin und zurück für ein Rennen? Das Wochenende bot uns weit mehr als Regattafieber! Am Vorabend des Rennens waren wir zu Gast bei einem Grill-Event des Fördervereins Wassersporthandicaps e. V. und lernten Ruderinnen und Ruderer unterschiedlichster Hintergründe kennen. Auch hatten wir das Privileg, uns mit der frisch inaugurierte Special Olympics



Bundestrainerin für Schnee- und Wassersportarten Louisa Weinz über Barrierefreiheit sowie Chancen und Herausforderungen im Rudersport für geistig Beeinträchtigte zu unterhalten. Da für Louisa das Rudern noch Neuland ist, haben wir natürlich eine Einladung zum Schnuppern und Kennenlernen in Mainz ausgesprochen. Wir freuen uns auf ihren Besuch! Besonders wichtig war die Begegnung mit anderen Rudernden in unserem Wettkampf. Charlotte konnte sich mit anderen Unified-Partnern austauschen und ihren enormen Erfahrungsschatz teilen.

Unser Regattawochenende war ein voller Erfolg, ein Wiedersehen mit der Strecke gibt es schon Ende Juni wieder beim Bundeswettbewerb der Jungen und Mädchen.

Die original Spieluhr  
**„Heile Heile Gänsje“**

Eine echte Mainzer  
 Geschenkidee!

online unter  
[www.wirth-mainz.de](http://www.wirth-mainz.de)  
 und bei uns:



**Der Kinderladen**®

MAINZ – Schillerstraße 48 + Gr.Bleiche 4

Montag bis Samstag 10<sup>00</sup> – 18<sup>00</sup>

Januar – Oktober: **MONTAG RUHETAG**

Sommer-Samstage Juli und August bis 16<sup>00</sup> geöffnet

[www.wirth-mainz.de](http://www.wirth-mainz.de)

ANZEIGE

SEIT ÜBER 25 JAHREN

**alpha**

**ZUVERLÄSSIGKEIT** UND  
**KOMPETENZ** IN SACHEN  
**HAUSVERWALTUNGEN** GMBH

Verwaltung von Mietobjekten und Wohnungseigentumsanlagen

Mittlere Bleiche 16, 55116 Mainz, Tel.: 0 61 31/22 52 72, Fax: 22 52 82

# WIR BRAUCHEN DICH!

VON **BEATRICE BAUMERT UND INEKE MEHRTENS**

Liebe Mitglieder,

wir, Beatrice Baumert und Ineke Mehrrens, werden künftig das Auffüllen und die Kontrolle der Verbandskästen und Erste-Hilfe-Rucksäcke sowie des Defibrillators am Verein übernehmen.

Im **Clubzimmer** befindet sich ein **frei zugänglicher Verbandskasten** rechts hinter der Eingangstür. Zudem gibt es weiter hinten im Flur (vierte Tür links) den **medizinischen Raum mit erweiterten Materialien**. Damit diese Materialien im Bedarfsfall auch zugänglich sind und genutzt werden können, soll der Dongel von **Mitgliedern mit medizinischen Erfahrungen** oder mit gesicherten Erfahrungen als Ersthelfende für den medizinischen Raum freigeschaltet werden. Diese Personen können dann im Fall der Fälle bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes als Ersthelfende fungieren.

**Hiermit daher ein Aufruf: Wer hat entsprechende Erfahrungen im medizinischen Bereich oder in der Erste-Hilfe-Versorgung?** Dies können medizinisches Personal, aber auch Mitarbeitende von der Feuerwehr, der Polizei oder ähnliche sein. Das Mindestalter ist 18 Jahre.

**Entsprechende Rückmeldungen** bitte persönlich oder per Mail an: **beatrice.baumert@yahoo.de** oder **ineke.mehrrens@posteo.de**  
Es wird dann eine Zugangsliste erstellt und die Dongels von entsprechender Stelle freigeschaltet.

Vielen Dank für die Mitarbeit und Gestaltung eines sichereren Vereinslebens!

# COASTAL ROWING AM RHEIN



VON HERIBERT KARCHES

Anne Kistenpfennig vom Mainzer Ruder-Verein hat sich zusammen mit Aron Fuchs vom Berliner Ruder-Club im Mix-Doppelzweier für die Europameisterschaften im Coastal Rowing qualifiziert. Coastal Rowing wird 2028 in Los Angeles erstmals olympische Disziplin sein und das Rudern um einen attraktiven Wettkampf erweitern. Wettkampforte sind nicht die vom klassischen Rudern bekannten 2.000 m langen Regattabahnen, sondern Strand und Meeresbrandung.

Die Sportlerinnen und Sportler starten am Strand mit einem 50 m-Sprint zu ihren Booten, kämpfen sich gegen die Brandung hinaus aufs Meer, umfahren im Slalom 3 Bojen bis zu einem 250 m entfernten Wendpunkt und rudern auf den anrollenden Wellen zurück. Grundlage auch für ein erfolgreiches Coastal Rowing ist eine fundierte Ruderausbildung, Erfahrung im Wettkampfsport und eine gute Kraftausdauer-kondition. All dies bringt Anne nach ihrer Juniorenzeit als Leistungssportlerin im MRV mit und zeigt, dass auch eine Binnenruderin in der Meeresbrandung erfolgreich sein kann.

ANZEIGE

## KÖBIG – Damit Ihnen beim Bauen nichts aus dem Ruder läuft.



Baustoffe für  
Hoch- und Tiefbau,  
Innenausbau, Bäder,  
Sanitär, Fliesen,  
Heizungen,  
Gartengestaltung.

### Besuchen Sie uns in:

Mainz  
Frankfurt/Main (2x)  
Alzey  
Brauna/Sachsen  
Bürstadt  
Eisenberg  
Darmstadt  
Koblenz  
Nackenheim  
Wiesbaden-Biebrich  
Bad Kreuznach  
Gensingen

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



Wenn's ums Bauen geht

# TRAININGSLAGER KASSEL

VON CHRISTIAN KÖNITZ UND DAVID REICHART

Am Montagvormittag dem 27.05. fuhren insgesamt 29 Sportler und 8 Trainer aus Mainz und Bernkastel nach Kassel. Als wir nach circa 2 Stunden Fahrt dort ankamen, haben wir alle Boote abgeladen und aufgeriggert. Nachdem wir dies schnell erledigten, gingen wir das erste mal in Kassel aufs Wasser. Nach der Einheit gab es dann schon die erste Portion Nudeln zum Abendessen. Mit vollem Magen machten wir uns daran unsere Zimmer einzurichten. Am nächsten Tag frühstückten wir selbständig und starteten mit einer Rudereinheit. Nach einer kurzen Gymnastikeinheit gab es zu Mittag. Um 16 Uhr war es wieder so weit und wir gingen wieder aufs Wasser. Danach folgte nur noch das Abendessen und entspannen auf den Zimmern, bevor wir den 2. Tag abschlossen.

Der Mittwoch verlief ähnlich, abgesehen von einer Belastung am Vormittag und einer Rudersprung Pyramide statt der Gymnastikeinheit. Am 4. Tag hatten wir einen entspannten Morgen, da wir selbstständig spazieren gehen durften oder alternativ Stabi und Dehnen. Nach dem Mittagessen gingen wir nochmal Rudern und aßen zu Abend. In der Dämmerung waren einige noch am Steg und fuhren Kanu. Am Freitag, dem letzten Trainingstag vor der Regatta, trafen wir uns um 9 Uhr zum Rudern. Am Nachmittag stand etwas spezielles auf dem Plan und zwar schwimmen. Doch bevor wir zum Schwimmbad aufbrachen, genossen wir die Sonne und spielten Wikingerschach und Federball auf der Wiese. Nach

dem Essen gab es eine Regattabesprechung und dann gingen wir schlafen.

Samstag und Sonntag fand dann die Kasseler Regatta statt. Am Samstag konnten sich alle Junior C's bei der 3000 Meter Langstrecke unter Beweis stellen. Es schafften alle unter die Top 3 und 2 sicherten sich die Goldmedaille. Auch bei den Junior B's gab es auf den 1000 Metern einige Siege. Abends gab es eine vom Regattaverband organisierte Pastaparty und danach schauten einige von uns das Fußball Championsleague Finale auf einer Leinwand vor den Bootshallen. Am Sonntag fuhren auch die Junior C's 1000 Meter Rennen und schlugen sich auch dort hervorragend. Genauso auch die B Junioren. Abgesehen von den 1000 Metern gab es an dem Tag auch noch Sprints bei den die Mainzer Vierer Geld gewonnen haben. Während die Vierer noch auf dem Wasser waren, wurde an Land von jedem fleißig angepackt und alles geputzt und aufgeräumt. Als die Vierer vom Wasser kamen, wurden diese schnell abgeriggert und aufgeladen. Nach wieder circa zwei Stunden Autofahrt kamen wir erschöpft am Mainzer Ruder-Verein an und luden gemeinsam schnell ab.

Alles in allem war es eine gelungene Woche in Kassel, in der wir viel geübt haben und Erfahrung sammeln konnten. Wir danken unseren Trainern, das sie uns unterstützt haben und fast jede Mahlzeit für uns zubereiteten.

# TERMINE LEISTUNGSSPORT

# 24

alle Angaben ohne Gewähr

03.07.	LANDESENTSCHEID JTFO	MAINZ	
07.07.	RUDERN GEGEN KREBS	MAINZ	
12.07.	JTFO		
16.08. – 23.08.	WELTMEISTERSCHAFT	KANADA	JUN   U23
14.09. – 15.09.	REGATTA	SCHIERSTEIN	
15.09. – 19.09.	BUNDESFINALE JTFO	BERLIN	

ANZEIGE



GESTALTUNG  
UND RAUM

Grafikbüro Vögeling  
[www.gestaltungundraum.de](http://www.gestaltungundraum.de)

PLAKATE  
BRIEFPAPIER  
VISITENKARTEN  
LOGOS  
MAGAZINE  
WEINETIKETTEN  
FLYER  
UVM.

**KONTAKT**

MRV Bootshaus und TC-MRV Tennisanlagen  
Victor-Hugo-Ufer 1, 55116 Mainz  
www.mainzerruderverein.de  
info@mainzerruderverein.de  
Tennisclub: info@tc-mrv.de

**TELEFON**

Sportbereich Rudern	0 61 31 / 69 31 440
Sportbereich Rudern (Fax)	0 32 22 / 68 62 297
Sportbereich Tennis	0157 / 39 63 11 61
Bootshaus-Gaststätte	0 61 31 / 14 38 700
Hausmeister Michael Steinmetz	0157 / 56 24 74 72

**ANSPRECHPARTNER****Scouting:** n.n.

(Neueinsteiger/Interessenten/Jugendliche)

scouting@mainzerruderverein.de

**Breitensport:** Daniel Grave

daniel.grave@mainzerruderverein.de

**E-MAIL**

Archiv / archiv@mainzerruderverein.de

ECHO / mrv-echo@mainzerruderverein.de

Vorstand / vorstand@mainzerruderverein.de

**HERAUSGEBER**

Mainzer Ruder-Verein 1878 e.V.

Redaktion: Andreas Hassinger

Layout/Satz: Andrea Vögeling

**DRUCK UND VERTRIEB**

KDS Infotex-digital, Bahnhofsweg 2, 82008 Unterhaching

**MRV-BEITRAGSBUCHHALTUNG**

Victor-Hugo-Ufer 1, 55116 Mainz

Tel. 06131/69 31 44 0

verwaltung@mainzerruderverein.de

Der Bezugspreis für das MRV-Echo ist im Mitgliedsbeitrag enthalten. Die Redaktion behält sich vor, Artikel aus Platzgründen zu kürzen. Mit Namen versehene Artikel stellen nicht immer auch die Meinung der Redaktion oder des Vereinsvorstandes dar. Beiträge per E-Mail an mrv-echo@mainzerruderverein.de.

**Redaktionsschluss ist immer der 20. des Monats.**

► Redaktionelle Beiträge senden Sie bitte an  
mrv-echo@mainzerruderverein.de

**SPENDEN AN DEN MRV**

Unterstützen Sie den MRV – mit einer steuerabzugsfähigen Spende. Spendenbescheinigung wird Ihnen bei einem Betrag über 300 € zugestellt. Bei einer Spende bis einschließlich 300 € reicht der Überweisungsbeleg.

Unsere Spendenkonten bei der MVB

IBAN: DE37 5519 0000 0015 0850 79

BIC: MVBMD555

Verein zur Förderung des Leistungssports im MRV e.V.

IBAN: DE15 5519 0000 0015 0850 87

BIC: MVBMD555

**INSERATE IM MRV-ECHO**

Das MRV-ECHO erscheint – als eine der letzten Ruderzeitschriften – monatlich und wird an die Mitglieder des MRV und TC-MRV versandt. Das MRV-ECHO berichtet aktuell über das Regatta-, Tennis- und Vereinsgeschehen in MRV und TC-MRV. Durch seine große Auflage (600 Haushalte) und breite Streuung in Mainz und Umgebung ist es durchaus interessant, eine Anzeige im MRV-ECHO zu schalten. Neben den rein wirtschaftlichen Fakten ist der Gewinn durch eine Anzeige auch auf dem „Non-profit“-Sektor groß: Sie zeigen sich als Freund und Förderer des Sports und unterstützen einen der erfolgreichsten Sportvereine der Stadt.

Format	schwarz/weiß	Farbdruck
1/1 Seite	€ 150,00	€ 195,00
1/3 Seite	€ 50,00	€ 65,00
2/3 Seite	€ 100,00	€ 125,00
1/2 Seite quer	€ 75,00	€ 100,00
1/2 Seite hoch	€ 80,00	€ 105,00
1/4 Seite quer	€ 38,00	€ 50,00
1/2 Seite hoch	€ 38,00	€ 50,00

Alle Preise pro Ausgabe und zzgl. Mehrwertsteuer.

Bei monatlicher Abrechnung zzgl. 4,40 EUR Bearbeitungsgebühr je Rechnungsstellung. Bei Jahresrechnung und monatlicher Anzeigenschaltung sparen Sie somit 48,40 EUR.

Die Mediadaten hierzu finden Sie unter

www.mainzerruderverein.de/verein/mrv-echo/mediadaten

**ÖFFNUNGSZEITEN GESCHÄFTSSTELLE**  
ERDGESCHOSS IM RESTAURANTTRAKT, 1. TÜR (LINKS)

Sie erreichen die Geschäftsstellenleitung  
**Christina Stauder** Dienstags 17.00 Uhr bis 18.30 Uhr  
0 61 31 / 69 31 44 0 (ggf. Anrufbeantworter)  
Außerhalb der Bürozeiten hinterlassen Sie bitte  
eine Nachricht oder senden eine Email an  
► [verwaltung@mainzerruderverein.de](mailto:verwaltung@mainzerruderverein.de)



 **LOTTO**  
 Rheinland-Pfalz  
**Partner des Sports**

