

Ruder-Club Nassovia Höchst 1881 e.V.

www.ruderclub-nassovia.de

Mitglied im Deutschen Ruderverband e.V., im Hessischen Ruderverband e.V.,
im Landessportbund Hessen e.V.,
im Frankfurter Regatta-Verein v. 1888 e.V. / Ruderleistungsgemeinschaft Frankfurt,
im Vereinsring Höchst e.V.

Inhalt

Aktuell	3
Jahreshauptversammlung	4
Jugendsitzung	7
Ergocup	8
Skitrainingslager	10
Trainingslager Werratalsee	11
Langstrecke Breisach	12
Langstrecke Leipzig	13
Leistungsüberprüfung	14
Gastgeber-Achter	15
Regatta München	16
Jubilarehrung	18
Kreisstadtlauf	20
Regatta Hamburg	22
Olaf war dann mal weg	24
RCNH Intern	26
Fahrtenbuch	27

Meisterschaften

1946	Ländervergleichskampf im Achter	1988	Eichkranz-Sieger im Vierer m. Stm.
1949	Deutscher Meister im Frauenvierer Doppelvierer mit Steuerfrau	1989	Deutscher Jugendmeister im Zweier o. Stm.
1958	Jugendbester im Vierer m. Stm.	1989	Deutscher Meister im Lgw.-Zweier o. Stm.
1958	Jugendbester im Achter	1989	Deutscher Meister im Lgw.-Achter
1959	Eichkranz-Sieger im Achter	1992	Eichkranz-Sieger im Vierer m. Stm.
1961	Deutscher Meister im Zweier m. Stm.	1992	Eichkranz-Sieger im Lgw.-Zweier o. Stm.
1962	Deutscher Meister im Zweier m. Stm.	1992	Nations-Cup im Vierer m. Stm.
1962	Henley-Sieger im Zweier o. Stm.	1993	Eichkranz-Sieger im Lgw.-Vierer o. Stm.
1962	Weltmeister im Zweier m. Stm.	1993	Eichkranz-Sieger im Lgw.-Achter
1963	Deutscher Meister im Zweier m. Stm.	1993	Nations-Cup im Lgw.-Vierer o. Stm.
1963	Europameister im Zweier m. Stm.	1997	Deutscher Meister im Vierer m. Stm.
1966	Deutscher Meister im Zweier m. Stm.	1998	Deutscher Meister im Lgw.-Achter
1982	Deutscher Meister im Lgw.-Achter	1998	Weltmeister im Lgw.-Achter
1982	Eichkranz-Sieger im Lgw.-Vierer o. Stm.	2001	Deutscher B-Jugendmeister im Einer
1984	Deutscher Meister im Lgw.-Vierer o. Stm.	2002	Vizeweltmeister im Junior-Doppelvierer
1986	Deutscher Meister im Lgw.-Zweier o. Stm.	2003	Deutscher Juniorenmeister im Doppelzweier
1986	Deutscher Meister im Lgw.-Achter	2004	Eichkranz-Sieger im Doppelvierer
1986	Deutscher Meister im Lgw.-Doppel- vierer o. Stm.	2004	Deutscher Meister im Doppelvierer
1986	Vizeweltmeister im Lgw.-Achter	2004	Weltmeister U 23
1987	Deutscher Meister im Lgw.-Zweier o. Stm.	2005	Deutscher Meister U 23
1987	Deutscher Meister im Lgw.-Achter	2008	Junioren-Weltmeister im Doppelvierer
1987	Deutscher Jugendmeister im Vierer m. Stm.	2014	Deutscher B-Jugendmeister im Lgw.-Doppelvierer
1987	Vizeweltmeister im Lgw.-Achter		

Vorstand

Vorstandsvorsitzender:	Rüdiger Dingeldey	(01 51) 61 47 32 60
stv. Vorsitzender Finanzen:	Tomi Kalin	
stv. Vorsitzender Verwaltung:	Martin Monshausen	
stv. Vorsitzende Sport:	Kirsten Stanischewski	(061 96) 52 77 01
stv. Vorsitzender Öffentlichkeitsarbeit:	Dirk Ehbrecht	

Ehrenvorsitzender: Eberhard Eichfelder

Ehrenmitglieder: Detlef Glitsch, Walter Grossmann,
Dieter Grunow, Andreas Hobler,
Daniel Rosenberger

Ältestenrat: Vorsitzender:
Dieter Grunow (069) 30 35 63
Dagmar Eichfelder, Jochen Flebbe,
Hans-Jürgen Hanke, Eva Moosbrugger,
Achim Prantz, Dr. Rolf Synwoldt

Aktuell

Deutsche Juniorenmeisterschaften U17/U19/U23 vom 21.–25. Juni 2017 in München

Als Saisonhöhepunkt starteten wir, die Leistungsruderer (Katja Burau, Robin Mylapampil, Jonas Gelsen & Cedric Tischler) am Mittwochmorgen, den 21. Juni um 8 Uhr nach München zu den Deutschen Meisterschaften U17/U19/U23. Wie immer schliefen wir im ibis budget. Katja kam nicht mit uns, sie schlief mit ihrer Zweierpartnerin Jasmin Brieger aus Hürth in einer Jugendherberge, um den Teamgeist zu stärken.

Am nächsten Morgen, nach dem gemeinsamen Frühstück, fuhren wir zur zehn Kilometer entfernten Regattabahn.

Robin und Cedric starteten im mit 26 Booten besetzten Doppelzweier JM B Lgw. Sie wurden in ihrem Vorlauf Fünfte. Aber mit einem 2. Platz im Hoffnungslauf konnten sie sich für das Halbfinale qualifizieren. Leider reichte die Platzierung im Halbfinale nicht für das Finale.

Jonas hatte es im Junior Einer JM B Lgw. mit 29 Gegnern zu tun. Er fuhr im Vorlauf auf den 2. Platz und qualifizierte sich so direkt für das Halbfinale. Hier hatte er den schnellsten Lauf erwischt, konnte trotzdem

den 2. Rang erkämpfen und souverän das Finale A erreichen.

Im Finale wurde er Fünfter und war darüber etwas enttäuscht.

Aber der fünftschnellste Junior U17 Deutschlands zu sein, ist ein großartiger Erfolg!

Katja musste in zwei Rennen an den Start gehen.

Im Doppelzweier JF A wurde sie im Vorlauf Dritte und musste so in den Hoffnungslauf. Hier erreichte sie locker das Finale A. Im Finale landete sie auf dem undankbaren 4. Platz, knapp an der Bronzemedaille vorbei. Im Doppelvierer JF A war Katja vom DRV kurzfristig in eine Rengemeinschaft mit Ruderinnen aus Witten, Hansa und Hürth gesetzt worden. Nach den vorausgegangenen Leistungstests und Regatten ein etwas undurchschaubares Verfahren, das man leider beim DRV immer wieder feststellen muss.

Der neu gebildete Vierer konnte im Finale den 3. Platz erreichen, zum Abschluss noch einmal Bronze.

Siegerehrung Doppelvierer mit Katja



Jonas 2. im Halbfinale



Jahreshauptversammlung

Am 24. März fand die diesjährige Jahreshauptversammlung statt. Unser Vorsitzender Rüdiger Dingeldey eröffnete und führte durch die Sitzung.

Rüdiger und die Teilnehmer der Sitzung hatten die traurige Pflicht, der verstorbenen Mitglieder Fritz Wagner, Dr. Heinz Röder, Dr. Gerhard Steiger und Dr. Erhard Korinth zu gedenken.

Anschließend gab Rüdiger einen kurzen Überblick über das vergangene Jahr. Neben Sanierungsarbeiten wurde im vergangenen Jahr aktiver im Vereinsring mitgearbeitet und mit Berichten in Presse und Internet auf den Ruderclub aufmerksam gemacht.

Neben den sportlichen Erfolgen des vergangenen Jahres wusste Rüdiger auch über die Arbeit unseres Bundesfreiwilligendienstlers Björn Stanischewski zu berichten. Björn war nicht nur in sportlichen Belangen die Stütze unseres Vereins – wie die vielen Erfolge unserer Sportler zeigen –, er unterstützte auch die Baumaßnahmen im Verein tatkräftig. Er dankte Björn im Namen des Vereins.

Leider konnte bisher kein Nachfolger aus den Reihen des Vereins gefunden werden.

Abschließend berichtete Rüdiger noch von der Mitgliederentwicklung. Wir haben fast 20 Mitglieder verloren und nun noch eine Mitgliederanzahl von 247 Mitgliedern.

Nach dem Überblick von Rüdiger gaben die Vorstände für Verwaltung, Sport, Öffentlichkeitsarbeit und Finanzen einen tieferen Einblick in ihre jeweilige Ressortarbeit.

Martin Monshausen berichtete aus dem Ressort Verwaltung.

Nachdem Anfang des Jahres ausführlich über die geplanten Maßnahmen berichtet wurde, ging es dann ab August des Jahres mit der Ausführung los.

Als Erstes wurde mit der Sanierung des Balkons vor der Turnhalle und der Betonsanierung im Kellerbereich (ehemals Kegelbahn) begonnen. Schäden in der Bausubstanz machten diese Arbeiten dringend erforderlich.

In der Turnhalle wurde dann die viel diskutierte Deckenstrahlheizung installiert und für einige Wochen die Halle gesperrt. In bisherigen Rückmeldungen der Sportler zeigten sich diese zufrieden mit der Heizung, einzig das Licht wurde vereinzelt als zu grell empfunden.

Außerdem wurden im oberen Eingangsbereich eine neue Eingangstür und neue Fenster eingebaut.

Zu guter Letzt wurden noch Dämmarbeiten über dem Bootslager (Käfig) durchgeführt, die die „Fußkälte“ in den Umkleieräumen beheben.

Die Kosten der Maßnahmen waren mit 120.735 Euro geplant, es wurden letztendlich 120.515 Euro ausgegeben, sodass wir recht genau im Kostenrahmen blieben.

Bisher haben wir bereits 73.728 Euro Fördergeld von der Stadt Frankfurt, dem Land Hessen und dem Landessportbund erhalten, sodass bisher 63,4 Prozent gefördert wurden.

Es wurden jedoch noch nicht alle zugesagten Fördergelder abgerufen, sodass noch etwas Budget für die im Jahr 2017 geplanten Maßnahmen übrig bleibt.

Das Jahr 2017 wollen wir bautechnisch etwas ruhiger angehen; lediglich die Erneuerung der Außentüren der Turnhalle, ein Vordach für den oberen Eingangsbereich und eine Erneuerung der Beleuchtung des Foyers ist geplant.

Wir wollen das Jahr vor allem nutzen, um die weiteren Maßnahmen für das Jahr 2018 zu planen: Umfangreichere Maßnahmen wie die Sanierung der oberen Fassade, der Dächer und des Sanitär- und Duschbereichs müssen noch detaillierter geplant werden.

Die Sportvorsitzende Kirsten Stanischewski berichtete danach über ein rudersportlich sehr erfolgreiches Jahr 2016.

Die Trainingsrunderer nahmen an den Regatten in Hamburg, Bamberg, den Jugendmeisterschaften, Offenbach-Bürgel, Wiesbaden, Auheim, den Hessischen Meisterschaften, der Langstrecke in Mannheim, dem Ergowettkampf in Frankfurt und in Breisach teil.

Bei den Jugendmeisterschaften konnte Katja Burau den 7. Platz im Junior-A-Einer gewinnen und Björn Stanischewski den 9. Platz im Junior-A-Doppelzweier.

In Bürgel konnten Katja und Björn dann im Mixed-Doppelzweier gewinnen.

Die Hessischen Meisterschaften waren mit vier Gold-, einer Silber- und fünf Bronze-Medaillen sehr erfolgreich.

Bei der Langstrecke in Mannheim konnte Jonas Gelsen ebenfalls gewinnen und Katja Burau im Zweier-Ohne den 2. Platz erringen.

Auch der Ergowettkampf in Frankfurt war sehr erfolgreich: Niclas Dienstag und Katja Burau konnten jeweils den Hessentitel gewinnen. Auch in der neuen Saison läuft es bereits gut für die Nassovia. Cedric Tischler konnte den 3. Platz in Breisach erreichen.

Der Breitensport war ebenfalls letztes Jahr aktiv. Mit drei Anfängerkursen für Erwachsene versuchten wir Interessierte ins Rudern hereinschnuppern zu lassen. Für Kinder und Jugendliche boten wir einen Ferienkurs an. Beides fand Anklang und konnte neue Mitglieder werben.

Mit Tagesfahrten nach Flörsheim, ins Ruderdorf und einer organisierten mehrtägigen Wanderfahrt in Polen wurde auch dem Wanderrudern ein Platz eingeräumt.

Das Jahr ließen die Breitensportler beim Weißwurstachter ausklingen.

Die Mastersrunderer waren ebenfalls aktiv und nahmen an den Regatten in Amsterdam, der Frankfurter Langstrecke, in Bürgel, an den Euro-Masters in München, in Bernkastel, in Würzburg, Basel und bei dem Nikolaus-Vierer in Mainz teil.

Dabei konnten viele Siege und gute Platzierungen erreicht werden.

Beim Kreisstadtlauf und dem Frankfurt Marathon bewiesen wir, dass wir nicht nur gut rudern, sondern auch läuferisch gut mithalten können.

Nun berichtete Tomi Kalin zu den Finanzen. Er übernahm das Amt im letzten Jahr von Kirsten und berichtete von den Herausforderungen des Alltags im Ressort. Neben der Finanzierung der Baumaßnahmen forderte ihn auch die Fusion der Volksbanken, mit der neue Kontodaten und leider auch technische Probleme einhergingen. Er meisterte die Herausforderungen jedoch erfolgreich.

Im Zuge der Ausgaben reduzierte sich der Kassenstand im Jahr 2016 um 15.622 Euro. Mit einem Kassenstand von über 22.000 Euro stehen wir jedoch noch gut da.

Er berichtete diesmal auch zu dem Stand der Versicherungen. Unsere Versicherungen wurden von einem befreundeten Versicherungsmakler begutachtet und auf Einsparpotenziale geprüft. Bei der Kfz-Versicherung brachte ein Wechsel der Versicherung bereits eine Einsparung. Bei der Gebäudeversicherung befinden wir uns noch in der Verhandlung.

Abschließend demonstrierte er uns anhand der Bootsversicherung, dass sich diese lohnt. Die Kosten der Unfälle überstiegen die Versicherungsbeiträge.

Die Kassenprüferin Katharina Bader lobte die Buchhaltung von Tomi. Die Prüfung hatte keine Beanstandungen ergeben, so dass eine Entlastung beantragt und auch einstimmig gewährt wurde.

Rüdiger berichtete dann noch einmal in Vertretung von Dirk Ehbrecht aus dem Ressort Öffentlichkeitsarbeit.

Wir organisierten einige Veranstaltungen wie die Frankfurter Langstreckenregatta, nahmen am Höchster Schlossfest teil, luden eine Schulklasse zu einem Rudertag ein

und gaben den Frankfurter Sportjournalisten die Möglichkeit, in einem Rennachter zu rudern. Im Zuge der Übergabe der Fördergelder des Landes Hessen und des Landessportbundes für unsere Baumaßnahmen gaben wir zwei Empfänge für die Übergebenden.

Wie in den letzten Jahren wurde wieder zusammen das An- und Abrudern, eine kulinarische Weinprobe und das Weihnachtsessen im Ruderclub begangen.

Für das Jahr 2017 haben wir uns vorgenommen, die Ruderaktivitäten wieder in den Vordergrund zu rücken, die Nachwuchsförderung weiter zu vertiefen und mehr Mitglieder am Vereinsleben zu interessieren.

Nach den Berichten stand noch ein formaler Punkt an: die Entlastung des Vorstands und des Beirats. Dieser wurde einstimmig zugestimmt.

Bei der Wahl der Kassenprüfer für das Geschäftsjahr 2017 wurden Wilhelm Plötz, Thomas Kusch und Dr. Rolf Synwoldt gewählt.

Tomi und Rüdiger stellten dann das Budget für 2017 vor. Größter Ausgabenposten werden die Aufwendungen für bauliche Maßnahmen sein. Bei den Einnahmen sind neben Beiträgen die noch zu erhaltenden Fördergelder hervorzuheben. Das Budget wurde anschließend einstimmig angenommen.

Die Gremienmitglieder Ronald Carstensen und Detlef Glitsch, die unverändert dem erweiterten Vorstand angehören, wurden dann einstimmig bestätigt. Genau wie die während der Weihnachtsfeier der Kinder und Jugendlichen neugewählten Jugendvertreter Katja Burau (Vorsitzende) und Cedric Tischler (Stellvertreter).

Unter dem Punkt Verschiedenes bekamen dann die Teilnehmer der Sitzung die Möglichkeit, eigene Themen einzubringen.

Eberhard Eichfelder stellte ein neues Konzept für die Nassoven-Post vor. Da es fortwährend Schwierigkeiten gibt, die vier Ausgaben mit Artikeln zu füllen, schlägt er vor, nur noch zwei Ausgaben herauszugeben. So hätte man genügend Artikel und könnte die Kosten reduzieren.

Nach einer Diskussion wurde dieser Vorschlag angenommen.

Susanne Kudicke und Susanne Bender wollten noch einmal darauf hinweisen, dass die Gegenstände aus dem Fundus des Veranstaltungsbereichs („Lustwart“) allen Mitgliedern zur Ausleihe zur Verfügung stehen. Nach Voranmeldung können Teller, Tisch-Garnituren und andere Veranstaltungsgegenstände ausgeliehen werden.

Anschließend wurde der Wunsch geäußert, ein Konzept für die Neugestaltung des Krafraums zu entwickeln. Neben der Reparatur und Wartung einiger Geräte wurde angeregt, einige Geräte aus dem Bestand des Krafraums herauszunehmen. Als erster Schritt wird die Meinung unseres Mitglieds Andreas Hobler eingeholt, der ein Fitnessstudio betreibt.

Abschließend wurde noch auf die kommenden Termine hingewiesen. Aktionstage am 25. März, 22. April, 20. Mai und 24. Juni, am 1. Mai die Langstreckenregatta – diesmal in Federführung des RG Nied – und das Anrudern.

Es wurde vorgeschlagen, das Ruderfest in der Frankfurter Innenstadt mit einer Vereinsdelegation zu besuchen.

Daneben wurde noch auf das Altstadtfest am 1. und 2. Juni und die Schnupperkurse mit Ronald hingewiesen.

Damit war die Jahreshauptversammlung dann beendet, was mit dem Ruderergruß begangen wurde.



Jugendsitzung mit anschließender Weihnachtsfeier

Die Jugendweihnachtsfeier letzten Jahres fand im Anschluss an die jährliche Jugendsitzung im Gastraum der Nassovia statt. Alle, die wollten, trafen sich um 19 Uhr. Nach der Sitzung, bei der unter anderem

die neuen Jugendsprecher gewählt wurden, aßen wir leckeres Essen, saßen gemütlich zusammen und unterhielten uns. Es war ein schöner Start in die Weihnachtsferien. Neue Jugendsprecher wurden:



Jugendvorsitzende Katja Burau



*Stellv. Jugendvorsitzender
Cedric Tischler*

Hallo, ich heiße Katja Burau, bin 17 Jahre alt und gehe in die 11. Klasse der Main-Taunus-Schule in Hofheim.

Ich bin seit ca. zweieinhalb Jahren Mitglied im Verein und trainiere bei Björn Stanischewski. Neben dem Rudern treffe ich mich gerne mit Freunden. Im Dezember 2016 wurde ich zur Jugendvertreterin gewählt und ich freue mich sehr die Jugend der Nassovia zu vertreten.

Meine Aufgabe ist es, Eure Anregungen im Verein einzubringen und Feste oder gemeinsame Treffen für Euch zu organisieren. Dabei unterstützt mich Cedric.

Falls Ihr Fragen, Vorschläge oder sonstige Anregungen habt, kommt doch einfach zu mir oder schreibt mir.

Meine E-Mail-Adresse ist:
katjaburau99@gmail.com

Hallo, ich heiße Cedric Tischler und gehe in die 10. Klasse der Waldorfschule in Frankfurt. Ich bin seit ungefähr dreieinhalb Jahren im Verein und trainiere bei Björn Stanischewski. Außer dem Rudern fahre ich gerne Ski und spiele Fußball. Im Dezember 2016 wurde ich zum stellvertretenden Jugendsprecher gewählt und hoffe, dass ich Katja gut bei der Organisation von Festen, Treffen und anderem unterstützen kann. Wenn Ihr Fragen, Tipps oder Anregungen habt, könnt Ihr natürlich gerne zu mir kommen oder mir einfach schreiben!

Meine E-Mail-Adresse ist:
cedrictischler@web.de

Hessische Ergomeisterschaften

Bei Eiseskälte ging es am 2. Advent zu den Hessischen Ergomeisterschaften in Kalbach. Es war eine meiner ersten Regatten als Trainer, doch verlief sie sehr gut.

Als Erstes starteten Cedric Gelsen, Robin Mylaparampil und Jonas Gelsen. Robin und Cedric fuhren exakt dieselbe Zeit und wurden 9.

Jonas gewann den 2. von zwei Läufen und wurde von insgesamt 28 leichten B-Juniorinnen 4.

Anschließend fuhr Katja Bura eine klasse Zeit und gewann das Rennen der Juniorinnen A souverän mit deutlichem Vorsprung.

Niclas Dienstag musste erkältet an den Start, trotzdem konnte er sein Rennen im Endspurt gewinnen.

Der letzte Starter für die Nassovia war der Wiedereinsteiger Onur Karaca. Der ehemalige Neuwieder wurde bei den Männern über 18 Jahren 3.

Zusammengefasst gewann die Nassovia zwei Titel und einen 3. Platz auf den Hessischen Ergomeisterschaften.

Björn Stanischewski



Hessenmeister Niclas Dienstag



Hessenmeisterin
Katja Bura



3. Platz: Onur Karaca



LUTZ BERNDT

IMMOBILIEN

Wer bin ich?

*Lutz Berndt, langjähriges Nassovia Mitglied.
50 Siege.*

Was tue ich?

*Berater rund um die Immobilie.
Bewertung, Vermittlung von Verkauf und Kauf.
Grundstücksentwicklung.*

Für Rat und Tat stehe ich zur Verfügung.

Rufen Sie gerne an 069 / 72 83 33

Mitglied im



Lutz Berndt Immobilien

Kleebergstraße 7 · 60322 Frankfurt am Main

Telefon 069 / 72 83 33 · Fax 069 / 72 83 03

Email: lutz.berndt.immobilien@t-online.de



Damit es beim rudern nicht aus dem Ruder läuft !

- **Optimale Brillenanpassung**
für uneingeschränkte Bewegungsfreiheit
- **Gewölbte Sport-/Sonnenbrillen**
reflexmindernd und mit 100% UV-Schutz
- **Gratis Probecontactlinsen**
mit UV-Schutz

UFER

 **0 69 - 31 72 02**
www.ufer-optik.de

Königsteiner Str. 112
65929 Frankfurt – Höchst
Kundenparkplatz im Hof

Unser erstes Skitrainingslager

In den Winterferien sind wir, d. h. die Trainingsrunderer der Nassovia, in das Skilanglauftrainingslager des Hessischen Ruderverbandes gefahren. Am ersten Tag ging es schon früh nach Radstadt los, wo das Skitrainingslager stattfand. Dazu trafen wir uns im Ruderclub Nassovia Höchst, um dann nach Hanau zu fahren. Von dort aus fuhren wir gemeinsam, aber in verschiedenen Bussen, mit 35 weiteren Ruderern nach Radstadt. Die Fahrt dauerte ca. acht Stunden, doch da Björn gefahren ist, war unser Bus der erste am Ziel.

Nachdem wir in der Jugendherberge angekommen waren, gingen wir auf unsere Zimmer und richteten uns ein. Nach dem Mittagessen ging es gleich auf die Langlaufloipe, wo uns erst mal die Grundtechniken des Skatens beigebracht wurden. Während es mittags „nur“ Nudeln gab, konnten wir abends immer ein leckeres 3-Gänge-Menü genießen. Am nächsten Tag ging es direkt mit dem Trainingsprogramm los. Zehn Tage lang gingen wir Ski langlaufen, haben Krafttraining gemacht und uns gedehnt.

Damit das Ganze nicht so langweilig wurde, haben wir das Gruppenspiel „Schlag den Trainer“ gespielt. Jeden Abend wurde ein Spiel abwechselnd von Trainern und Sportlern angemeldet und der Gewinner bekam Punkte. Dieses Jahr haben zum ersten Mal die Sportler gewonnen. Bei dieser Gruppenaktivität haben wir viele neue Menschen kennengelernt.

An Silvester haben wir gemeinsam, mit den größtenteils Hanauer Ruderkollegen, Gesellschaftsspiele gespielt und außerdem Feuerwerke gezündet.

Am letzten Tag gab es ein Rennen zwischen den Teilnehmern. Dabei konnten Cedric und Katja sehr gut abschneiden und sind in ihrer Altersklasse ganz vorne mitgefahren. Nach dem Mittagessen am Tag des Rennens mussten die Zimmer aufgeräumt und gereinigt werden, sodass wir uns kurz danach auf den Heimweg machen konnten.

Jonas Gelsen



Ski langlaufen im Vogelsberg

Am Morgen des 29. Januar machten sich die Leistungsrunderer der Nassovia in Begleitung von Kirsten und Dirk Stanischewski auf den Weg nach Schotten, wo wir noch einmal unsere neu erworbenen Langlaufkenntnisse anwenden konnten.

Die einstündige Fahrt verlief ohne größere Probleme. In Schotten angekommen haben wir dann sofort Skier ausgeliehen, um direkt loszuskatzen.

Das Skigebiet liegt auf 700 m über dem Meeresspiegel, weswegen dort zum Glück für uns noch Schnee lag.

Wir alle hatten keine größeren Schwierigkeiten mit der recht hügeligen Loipe. Allerdings wussten wir manchmal nicht, wo wir waren, da wir größtenteils zum ersten Mal da waren. Nach vier Stunden Skilanglauf waren wir alle ziemlich erschöpft und traten die Heimfahrt zurück zur Nassovia an.

Robin Mylaparampil

Trainingslager vom 4.–12. April 2017 am Werratalsee

Am 4. April 2017 sind wir ins Trainingslager nach Eschwege gefahren. Wir trafen uns um 7.15 Uhr und fuhren nach Hanau, wo wir Tim Glod aus der Hanauer RG mit seinem Einer, einem Paar Skulls und Gurten zum Befestigen seines Empacher Einers, namens Karl-Heinz Linn, einsammelten.

Wir hatten für jeden von uns einen Einer sowie einen Zweier und einen Vierer plus Zubehör dabei. Nachdem wir Tim abgeholt hatten, fuhren wir nach Eschwege. Die dreistündige Fahrt verlief ohne Probleme. In Eschwege angekommen, riggerten wir unsere Einer auf und Björn baute das Motorboot zusammen. Nach einer kurzen Einführungsrunde absolvierten wir unsere erste Einheit bei stürmischen Bedingungen.

Danach gingen wir zum Abendessen und fielen nach einer kurzen Dusche erschöpft in unsere Betten.

Am nächsten Morgen trafen wir uns schon um 7 Uhr in der Lobby von der Jugendherberge und sind auf den nahe gelegenen Berg mit Turm hochgejoggt.

Dies war sehr anstrengend. Nach dem Frühstück fing schon bald unsere zweite Einheit an, welche aus einer Belastung bei Verdreifachung der Standard-Rennstrecke bestand. Zur Entspannung nach der anstrengenden Belastung spielten wir eine Runde Minigolf. Keiner war besonders gut, doch wir hatten alle viel Spaß. Björn hat das Spiel gewonnen, ich wurde Zweiter und Tim Dritter. Die Ruderin Katja konnte im Minigolf kein Talent unter Beweis stellen und belegte mit Abstand den letzten Platz. Die Plätze vier und fünf gingen an Robin und Jonas. Die nächsten Tage waren relativ

ereignislos, mit mehreren langen Rudereinheiten, die wir auf sehr schlechtem Wasser absolvieren mussten. Da in den Pausen Langeweile aufkam, kamen wir auf die Idee, uns kurzzeitig die Haare zu färben. Da wir uns aber mit Haarfärbungen nicht gut genug auskannten, kauften wir die billigste Haartönung, die bei unseren Haaren nicht wirkte. Nur bei Björn, der die hellsten Haare hat, wurden die Haare leicht rot. Außerdem entdeckten wir im Laden coole Tattoos, die wir uns dann aus Spaß ins Gesicht klebten. So liefen wir die nächsten paar Tage rum, mit komischen Blicken von den anderen. Einkaufen gingen wir bei einem Edeka in der Nähe, welcher sehr groß, nobel und gut sortiert war, um uns außerhalb der Mahlzeiten mit Essen zu versorgen.

An einem Abend durften wir alle mit dem Motorboot fahren. Dies war sehr lustig, denn wir gingen fast unter. Nach vielen weiteren langen Einheiten fuhren wir am letzten Tag unsere Abschlussbelastung. Die Junioren B, Robin, Jonas und ich mussten 2 x 1500 m fahren und Katja, die A-Juniorin ist, musste 2000 m fahren.

Nach der Belastung fingen wir schon an unsere Boote abzuriggern und aufzuladen. Während Jonas und ich das Motorboot abbauten, sah Kirsten Stanischewski über die Eschweger Livecam zu, was uns später sehr schockierte.

Anschließend machten wir uns auf den Heimweg und kamen nach einer dreistündigen Fahrt gut in der Nassovia an.

Cedric Tischler



Langstrecke Breisach am 19.3.2017

Nach den verschiedenen Winter-Trainingsvorbereitungen, wie Krafttraining, Skilanglauf und Trainingslager, beginnt schon sehr früh im Jahr, eigentlich noch inmitten der Vorbereitungen, die Regatta-Saison.

Den Anfang macht hier immer die Langstrecke in Breisach.

Am Sonntag, den 19. März 2017 machten sich Robin Mylaparampil, Björn Stanischewski und ich, Cedric Tischler, auf den Weg nach Breisach zur Langstreckenüberprüfung über 5,3 km. Wir trafen uns um 6.40 Uhr am Vereinshaus und legten unsere Einer auf das Dach des Vereinsbusses, bevor wir losfuhren. Die Fahrt verlief problemlos und dauerte ca. 2,5 Stunden. In Breisach angekommen, riggerten Robin und ich unsere Boote auf. Danach machten wir uns warm und gingen dann aufs Was-

ser. Es waren sehr stürmische Bedingungen. Wir hatten Wellen und starken Wind. Während Robin und ich uns warm fuhren, fuhr Björn mit dem Fahrrad auf die andere, die französische Seite des Rheins. Von dort verfolgte er Robins Start und auch die nächsten 3,5 km. Hier drehte er um, um erneut Richtung Start zu fahren. Er erreichte mich bei ca. 1,5 km und feuerte mich bis ins Ziel an. Nach unserem Rennen riggerten wir schnell unsere Boote ab und machten uns auf den Heimweg. Dieser verlief, wie der Hinweg, ohne Probleme. Wir machten nur einen kurzen Halt bei McDonald's und erreichten die Nassovia schließlich gegen 19 Uhr. Insgesamt war die Regatta gut durch einen 14. Platz von Robin Mylaparampil und einen 3. Platz von mir.

Cedric Tischler



Katja Burau

Langstrecke Leipzig



Jonas Gelsen

Am Samstag, den 1. April sind wir auf die Langstreckenregatta in Leipzig gefahren. Dafür mussten wir, Jonas, Björn und Katja, schon um 9 Uhr los. Wir sind mit einem kleinen Stau am Ende, nach der vierstündigen Fahrt wohlbehalten am kleinen und überfüllten Regattaplatz angekommen. Nachdem wir einen Platz für unseren Bootsanhänger mitten im Wald gefunden hatten, riggerten wir die zwei Einer auf. Anschließend sind wir eine Testrunde auf der 6 km langen Strecke gefahren, um uns mit ihr ein wenig vertraut zu machen. Aufgrund der nicht vorhandenen Strömung hatten wir das Gefühl, dass die Strecke mehr als 6 km beträgt. Zudem war der Kanal viel zu schmal und kurvig. Nach unserer Testfahrt befestigten wir die Boote, um sie vor dem anstehenden Gewitter und möglichen Tieren im Wald zu schützen. Daraufhin haben wir unser Hotel aufgesucht, welches inmitten eines gruseligen, zerfallenen Fabrikviertels liegt. Doch glücklicherweise war unser Hotel gut abgegrenzt. Beim Einchecken hatten wir einen nicht ganz so kompeten-

ten, etwas langsamen Mitarbeiter, der zum Abtrennen der Quittung eine Schere benötigte. Nach einer schnellen Dusche holten uns Kirsten und Dirk ab, die zuvor ein DRV-Seminar besucht haben, welches passerweise auch in Leipzig stattfand. Sie fuhren uns zum Abendessen in die moderne Innenstadt, doch davor hielten wir noch bei Netto, damit Björn und Jonas sich einen Essensvorrat besorgen konnten. In der Innenstadt wurden wir aus dem ersten Restaurant rausgeschmissen wegen Überfüllung, obwohl nur zwei Tische besetzt waren. Deswegen suchten wir die nächste Pizzeria auf. Dort verzehrte Björn, das Leichtgewicht, ganze zwei Portionen. Um zum Auto zu gelangen, mussten wir durch das aufgekommene Gewitter rennen.

Am nächsten Morgen mussten wir schon wieder um 9 Uhr aufstehen, weil wir unseren Kreislauf durch Joggen für das bevorstehende Rennen in Schwung bringen sollten. Danach frühstückten wir. Jonas, der hier als Schwergewicht gefahren ist, frühstückte sogar schon zum zweiten Mal. Wir konnten uns bis 12 Uhr ausruhen, bis wir wieder aus den Zimmern mussten, wo wir durch einen kompetenteren Mitarbeiter ausgecheckt wurden. Zuerst sind wir auf den Regattaplatz gefahren, doch weil es zu eng war und wir keinen guten Parkplatz gefunden haben, sind wir erst mal tanken gefahren. Wieder angekommen, haben wir einen ruhigen abgelegenen Parkplatz gefunden. Doch weil Kirsten damit unzufrieden war, parkte sie den Bus mindestens dreimal um. Katja musste 50 Minuten vor ihrem Rennen aufs Wasser, da man, um zum Start zu gelangen, die gesamte Strecke hochfahren muss. Das Rennen verlief abgesehen von der Technik gut und sie belegte schlussendlich einen sehr guten 4. Platz von 37. Als Nächster startete Jonas und überholte gleich in der ersten Hälfte zwei Gegner. Jonas fuhr ein exzellentes Rennen und belegte zum Erstaunen von uns allen den 2. Platz von 22. Nach der Siegerehrung fuhren wir mit guten Ergebnissen zufrieden nach Hause.

Jonas & Katja

Leistungsüberprüfung Krefeld

Im Rahmen der Deutschen Kleinboot-Meisterschaften der Aktiven fand die Leistungsüberprüfung der Junioren/-innen A für die Kader-Planung des DRV statt.

Am Freitag, den 20. April 2017 machten sich Björn Stanischewski und ich, Katja Bureau, auf den Weg zur Leistungsüberprüfung in Krefeld auf dem Elfrather See. Dort kamen wir gegen 11 Uhr, abgesehen von einem 8 km langen Stau, relativ gut an.

Am Tag hatte ich noch kein Rennen, doch ich absolvierte eine 8-km-Einheit, um mich mit der Strecke vertraut zu machen. Der See ist fast genau 2 km lang und ziemlich schmal. Die sieben Bahnen füllen fast den gesamten See aus. Mir gefiel die Strecke, denn die vielen Bäume an beiden Seiten verdeckten den möglichen Seitenwind, abgesehen von zwei Buchten, wo man beim Vorbeifahren aufpassen musste, um vom Seitenwind nicht aus der Bahn geblasen zu werden.

Schon bald darauf konnten wir ins Hotel fahren, das in der Innenstadt lag. Als wir neben dem Hotel ins Parkhaus einfahren wollten, merkten wir gerade noch rechtzeitig, dass wir wegen der zusätzlichen Dachgepäckträger auf dem Bus nicht ins Parkhaus passten. In Windeseile schraubten wir die zwei Teile ab, denn es hatte sich schon eine Schlange mit wartenden Autos hinter uns gebildet. Glücklicherweise passten wir daraufhin ins Parkhaus.

Zum frühen Abendessen gingen wir ins asiatische All you can eat, wo wir uns ordentlich sättigten. Daraufhin gingen wir früher schlafen, denn am nächsten Tag standen mir zwei Rennen bevor.

Um 8 Uhr am nächsten Morgen befanden wir uns schon auf dem Regattaplatz. Nach-

dem wir die Setzung herausfanden, warteten wir noch eine Weile, bis ich mich fürs Rennen vorbereiten musste. Der Vorlauf verlief wie geplant und ich kam mit dem 2. Platz in den Zwischenlauf, der entscheiden würde, ob ich in das A-, B- oder C-Finale kommen würde. In der Zwischenzeit fuhr ich eine Weile ins Hotel, damit ich mich dort für den Zwischenlauf etwas ausruhen konnte.

Das 2. Rennen verlief nicht so gut, denn das Wasser war relativ schlecht und ich kam nicht gut mit den Wellen klar, welche bei uns auf dem Main selten vorhanden sind. Ich lag bis zu der 1000-Meter-Marke hinten, doch kämpfte mich mit einem Zwischen- und harten Endspurt knapp auf den 4. Platz. Dadurch gelangte ich ins B-Finale.

Abends gingen wir entspannt essen, diesmal italienisch.

Am Sonntag hatte ich mein letztes Rennen von dieser Regatta im B-Finale der Juniorinnen A. Meine Gegnerinnen waren alle sehr stark und ich musste mich auf ein anstrengendes Rennen vorbereiten. Während des Rennens lag ich erneut bis zur Hälfte auf dem letzten Platz. Doch meine Gegnerinnen waren nicht weit entfernt und so konnte ich mich mit einem früher angesetzten Endspurt auf den guten 2. Platz kämpfen. Dies entsprach insgesamt dem 8. Platz der deutschen Juniorinnen A, worüber ich mich sehr freute.

Das Abriggern und Verladen verlief sehr schnell, da wir nur ein Boot dabei hatten. Somit begaben wir uns noch vormittags auf den Heimweg und kamen schnell wieder im Verein an.

Katja Bureau



Gastgeber-Achter holt sich den begehrten Wanderpokal

Nied. Bei der 19. Frankfurter Langstreckenregatta unter der Federführung der Frankfurter Rudergesellschaft Nied gab es ein Rekord Meldeergebnis mit 62 Mannschaften in 16 Rennen, die um den Sieg und die begehrten Radaddelchen ruderten. Der Start erfolgte auf Höhe der alten Schleuse. Zunächst gegen die Strömung ging es bis zur Wende unterhalb der Griesheimer Schleuse und mit der Strömung wieder flussabwärts. Das Ziel lag auf gleicher Höhe wie der Start. Die Zuschauer konnten hier ihre Mannschaften kräftig anfeuern.

Die Sieger werden bei dieser Langstreckenregatta über den Zeitvergleich ermittelt. Passend zum Rekord Meldeergebnis waren in diesem Jahr mit elf Booten so viele Achter wie noch nie am Start.

Es gewann wie im Vorjahr die FRG Germania den Preis für den schnellsten Vierer. In Nied und Höchst bleibt der 2012 erstmals ausgefahrene Wade-Ernst-Platt-Wanderpokal. Die schnellste Zeit des Tages ruderten Wolfgang Becker, Sascha Ravens, Bernd Ravens, Martin Wolters, Michael Schulz, Rüdiger Dingeldey, Detlef Glitsch, Stefan Ehrhard und Steuerfrau Gisela Ravens-Taeuber im Doppel-Achter der Altersklasse D und gewannen diesen besonderen Pokal. Sie bewältigten die 6 km Distanz in 21:55 Minuten. Der Gesamtsieg, der durch eine Punktwertung über alle Einzelergebnisse ermittelt wird, ging in diesem Jahr an den Limburger Club für Wassersport, der die meisten Teilnehmer meldete und sechs Siege holte. *vbo*

aus „Höchster Kreisblatt“



Deutsche Meisterschaften — Krefeld 2017

Internationale Juniorenregatta München



Siegerehrung v. l.: Katja Burau, Frankfurt; Leonie Menzel, Düsseldorf; Sophie Leupold, Pirna; Tabea Kunat, Magdeburg

Am Freitag, den 5. Mai machten sich die Ruderer der Nassovia auf den Weg zur jährlichen internationalen Juniorenregatta, welche in München stattfindet. Nach einer fast fünfstündigen Fahrt kamen wir an der Regattastrecke an, welche zugleich auch die Regattastrecke der olympischen Sommerspiele von 1972 und der WM 2007 war. Zuerst riggerten wir unsere Boote auf, um danach eine kleine Trainingseinheit auf der Strecke zu machen.

Nachdem wir vom Wasser gingen, fuhren wir direkt zu unserer Unterkunft, wo wir dann zu Abend aßen und danach direkt ins Bett gingen. Katja Burau musste schon um 9 Uhr auf dem Wasser sein, um ihr Rennen im Einer zu bestreiten.

Dreißig A-Juniorinnen aus sieben Nationen hatten im Einer gemeldet. Katja siegte in ihrem Vorlauf und konnte sich somit für das A-Finale qualifizieren, welches am späten Nachmittag stattfand. Währenddessen bestritten Cedric Tischler und ich (Robin Mylaparampil) unser zweites gemeinsames Rennen im Leichtgewichts-Doppelzweier Junioren B, welches wir auf einem erfreulichen 3. Platz beenden konnten.

Drei Stunden nach unserem Rennen fuhr Katja im stark besetzten A-Finale auf den 5. Platz.

Am Abend gingen wir gemeinsam in ein nahe gelegenes Restaurant, wo wir ein nahrhaftes Abendessen zu uns nahmen. Viel Zeit zum Genießen hatten wir aber nicht, da wir am nächsten Tag schon um 6 Uhr das Hotel verlassen mussten, da Katjas Rennen im Vierer eines der ersten Rennen des Regattatages war.

Katja fuhr in einer neu zusammengestellten Rengemeinschaft mit Ruderinnen aus Düsseldorf, Pirna und Magdeburg. Dieses Rennen konnte der Vierer trotz der frühen Uhrzeit für sich entscheiden, wodurch sie sich für das A-Finale qualifizieren konnten, welches eines der letzten Rennen des Tages war.

Zwischen diesen Rennen lag ein weiteres Rennen von Cedric und mir im Zweier, hier freuten wir uns über einen sehr starken 2. Platz.

Das letzte Rennen der Nassoven auf dieser Regatta war das Finalrennen mit Katja. In diesem Rennen fuhr die Mannschaft um Katja einen souveränen Sieg ein, vor CZE, GBR, SUI, CRO und einer weiteren deutschen Rengemeinschaft, womit sie auch die Goldmedaille gewinnen konnten.

Nach dem Abriegeln der Boote machten wir uns auf den Heimweg zurück nach Frankfurt, welcher ohne große Probleme verlief.

Robin Mylaparampil



BAYER & Cie GmbH

gegr. 1833



**Mineralöle - Kohlen - Kaminholz – Pellets - Holzkohlen
Blumenerde - Torf - Düngemittel**



**Bolongarstr. 134 ♦ 65929 Frankfurt – Höchst
Tel. 0 69 / 30 10 07 ♦ Fax 0 69 / 31 12 62**

**Industriestraße 3 ♦ 65779 Kelkheim – Münster
Tel. 0 61 95 / 75 66 94 ♦ Fax 0 61 95 / 67 62 36**

www.bayer-cie.de

Lieferservice sowie Parkplätze im Hof!

FEINE HANDWERKSARBEITEN FRISCHE IDEEN

HEMBUS

WWW.HEMBUS.DE 069- 23 20 60

Jubilarehrung

Traditionell werden am 1. Mai im Rahmen des Anruderns und im Anschluss an die Langstreckenregatta unsere Jubilare geehrt.

Eigentlich sollten die Ehrungen wie in den Jahren zuvor im Freien stattfinden.

Aber leider spielte das Wetter nicht mit. Schon die Regatta, die in diesem Jahr turnusmäßig von der RG Nied ausgerichtet

wurde, hatte unter den Regenschauern und dem unangenehmen Wind gelitten.

So wurde kurzfristig in unser Restaurant umgezogen. Unser Wirt, Martin Mildemberger, hatte dies problemlos möglich gemacht.

Folgende langjährige Mitglieder unserer Nassovia wurden in diesem Jahr für ihre Treue zum Verein geehrt:

25 Jahre Joachim Glitsch
30 Jahre Udo Hennig
40 Jahre Dr. Ulrich Frenzel
Dirk Paff
45 Jahre Dagmar Eichfelder
Waltraud Fischer
Klaus Krämer
Reinhard Wenke

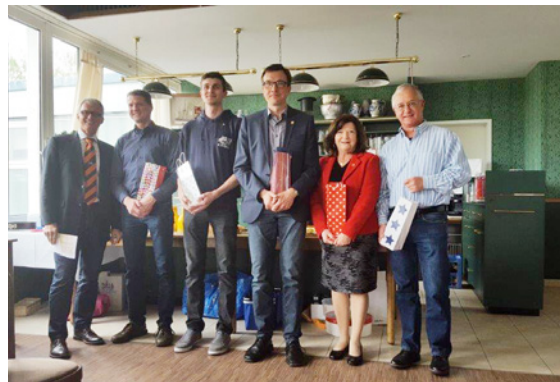
50 Jahre Christoph Bucher
Dr. Achim Lenzer
Jochen Reiter
Dr. Günter Roscher
55 Jahre Wolfgang Preuß
Frank Steinhäuser
Gerhard Welcher
60 Jahre Jochen Flebbe
65 Jahre Erich Kohlhaas
70 Jahre Gisela Stephan

Bedauerlicherweise konnten viele der Jubilare nicht anwesend sein.

Auch ihnen, auf diesem Weg, die herzlichsten Glückwünsche und ein großes Dankeschön für ihre Treue zur Nassovia.



v. l.: Rüdiger Dingeldey, Christoph Bucher, Dr. Günter Roscher, Jochen Reiter



v. l.: Rüdiger Dingeldey, Udo Hennig, Joachim Glitsch, Dr. Ulrich Frenzel, Dagmar Eichfelder, Klaus Krämer



Verführung aus Prinzip Qualitätsprodukte der Familienkellerei Nöll

... mit Auszeichnung!

www.noell-apfelwein.de



Kellerei Gerhard Nöll GmbH | 65933 Frankfurt am Main
Alt Griesheim 8 | Tel. 069.381442 | noell@noell-apfelwein.de



Blumenhaus Wesemeyer

Hostatostrasse 17
65929 Frankfurt
Tel 069 313229

Ihr Partner für alle blumigen Fragen!

- Schnittblumen
- Pflanzen
- Keramik
- Geschenke
- Hochzeit
- Dekorationen
- Firmen-Service
- Weihnachten
- Trockenfloristik
- Trauerfloristik
- Hydrokultur
- Fleurop-Service

www.blumen-wesemeyer.de



Kreisstadtlauf 2017

Am Donnerstag, den 25. Mai an Christi Himmelfahrt nahmen einige Mitglieder der Nassovia erfolgreich an dem 19. Kreisstadtlauf teil. Es ist ein 10-km-Lauf für die Leberrecht-Stiftung, die sich für körperlich und geistig behinderte Kinder einsetzt. Die Strecke begann in Hofheim am Untertor, verlief durch Zeilsheim, dann durch einen Teil des Industrieparks in Höchst und endete schließlich am Schlossplatz in der Höchster Altstadt. Dieses Jahr starteten über 1.300 Läufer und Walker.

Um 9.30 Uhr gingen schon die Walker los, unter ihnen Kirsten Stanischewski und Marlen Ehbrecht.

Dann um 10 Uhr startete der Rest, also die Läufer. Mit dabei war unsere Leistungsgruppe, das heißt Robin, Cedric, Jonas und Katja, mitsamt Björn. Unter anderem waren noch die ehemalige Ruderin Vivien Leutz,

Maja Tischler, Dirk Ehbrecht und die Eltern von mir, Katja Burau, unterwegs.

Bei schönem Wetter und guter Laune waren alle sportlich und flott unterwegs. Als Erster von uns kam Robin Mylaparampil durchs Ziel. Er hatte sein Bestes gegeben und wurde insgesamt 27. unter allen Männern. Nur vier Sekunden hinter ihm überquerte Jonas Gelsen die Ziellinie und bald darauf Cedric Tischler. Der Rest kam auch nach und nach erfolgreich am Schloss an. Nachdem alle im Ziel waren, marschierte die Trainingsgruppe vom Laufen und von der Sonne erschöpft die 1,5 km zum Verein, für eine kurze Runde im Vierer.

Insgesamt war es ein schöner Tag gewesen und man hatte die nächsten paar Tage starken Muskelkater in den Beinen und Leistungszufriedenheit im Inneren gespürt.

Katja Burau



Cedric Tischler



Papa Burau

(Wirtschafts-) Informatiker zur Festanstellung gesucht



Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Ihre vollständigen Bewerbungsunterlagen (Anschreiben, Lebenslauf, Zeugnisse, ggf. Gehaltsvorstellung und Eintrittsdatum) senden Sie bitte per E-Mail an: personal@omninet.de

Gerne können Sie sich auch initiativ bei uns bewerben!

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!

Ansprechpartner:

OMNINET GmbH

Dr.-Ing. Joachim Lenzer
Geschäftsführer / CEO

Dr.-Otto-Leich-Straße 3
90542 Eckental
Tel.: 09126 - 25 97 9 - 0
personal@omninet.de

Näher Informationen über OMNINET, detaillierte Stellenangebote und alle offenen Stellen finden Sie auf unserer Webseite unter www.omninet.de

Erfahren Sie mehr über uns:



Die OMNINET GmbH ist ein mittelständischer, international ausgerichteter Software-Hersteller mit Hauptsitz in Eckental (Metropolregion Nürnberg), Niederlassungen in Deutschland (Hamburg, Hof) und mehreren Tochterfirmen im europäischen Ausland, der russischen Föderation und den USA.

OMNINET entwickelt und vertreibt die Geschäftsprozess-Plattform OMNITRACKER. Mit mehr als 600 Kundeninstallationen ist OMNITRACKER europaweit eines der führenden Systeme im IT Service Management. Unsere Kunden sind Unternehmen aus dem gehobenen Mittelstand bis zu global agierenden Großunternehmen aus allen Branchen.

Ihr Profil:

Sie sind eine hoch motivierte Persönlichkeit, die sich gerne in ein engagiertes Team integriert? **Technische Herausforderungen** und anspruchsvolle Aufgaben sehen Sie als Chance, sich persönlich weiterzuentwickeln? Darüber hinaus zeichnen Sie sich durch ein gutes **analytisches und technisches Verständnis** sowie durch persönliches **Engagement** aus? Dann sind Sie bei OMNINET genau richtig!

Im Zuge der Wachstumsstrategie unseres Unternehmens bieten wir beste Perspektiven für Studenten, Hochschulabsolventen und Berufserfahrene in unterschiedlichen Bereichen:

Standort: Eckental (Metropolregion Nürnberg), Hof, Coburg, Hamburg

- **Technisches Consulting und Projektmanagement**

Standort: Eckental (Metropolregion Nürnberg)

- **Softwareentwicklung (C++, C#, und .NET)**
- **Software Qualitätssicherung / Testautomatisierung**
- **Applikationsentwicklung**
- **IT-Operations (1st , 2nd oder 3rd Level Support)**

OMNINET bietet Ihnen:

- Familienfreundliche, flexible Arbeitszeiten
- Betriebliche Altersvorsorge
- Freiraum für selbständiges und eigenverantwortliches Arbeiten
- Strukturiertes, mehrmonatiges Einarbeitungsprogramm
- Flache Hierarchien
- Kleine Teams mit sympathischen Kollegen
- Verkehrsgünstige Lage
- Individuelle Fortbildungsangebote
- Wirtschaftlich unabhängige Firma mit durchgängig stabilem Wachstum

2. Internationale Juniorenregatta in Hamburg



Helmut Binder und Katja Burau

Zur letzten Vorbereitung der Deutschen Meisterschaften sind Jonas Gelsen und Katja Burau mit dem Trainer Björn Stanischewski nach Hamburg zur DRV-Juniorenregatta vom 2. bis 4. Juli gefahren, wo auch die WM-Qualifikation für Katja stattfand. Cedric Tischler und Robin Mylaparampil, die zusammen einen Zweier bilden, konnten nicht mitfahren, weil der Bruder von Cedric am Wochenende seine Konfirmation hatte. Da Katja schon am Freitagnachmittag ihren Vorlauf hatte, sind wir freitags

um 5 Uhr morgens losgefahren. Dafür haben wir den ganzen Tag schulfrei bekommen! Die Fahrt zur Regattastrecke verlief ohne Stau und so konnten wir unsere Boote ohne Stress aufriggern.

Zuerst ging Jonas auf die Strecke, um sie ein wenig kennenzulernen. Kurze Zeit später legte Katja ab und fuhr ihr Rennen. Aufgrund der Tatsache, dass sie den 3. Platz erreichte, konnte sie sich für den Zwischenlauf qualifizieren. Als wir alle wieder ange-

legt haben, sind wir zur Ferienwohnung gefahren und haben dort das Gepäck ausgepackt. Da wir eine Küche zur Verfügung hatten, sind wir zu Lidl einkaufen gefahren, um uns Vorräte anzulegen. Abends hat Chefkoch Björn allen Spaghetti bolognese gekocht.

Am nächsten Tag sind wir früh aufgestanden, um eine Runde zu rudern, weil der Kreislauf der Sportler in Schwung gebracht werden sollte. Da die Wohnung nah an der Regattastrecke lag, sind wir dort immer mit dem Fahrrad hingefahren. Katjas Rennen verlief den Verhältnissen entsprechend gut, weil sie gegen Europameisterinnen fahren musste. Daher konnte sie am Abend das B-Finale bestreiten. Mittags ist dann Jonas sein Rennen gefahren, das er souverän gewonnen hat. Er konnte somit ins A-Finale einziehen. Als wir danach in die Ferienwohnung zurückgekommen sind, machte Björn uns Pfannkuchen. Da es keine richtigen Küchengeräte gab, war das ganz schön schwierig und jeder musste mitrühren.

Nach einer kurzen Entspannungspause sind wir mit dem Fahrrad zurück zur Strecke gefahren, sodass Katja ihr Rennen fahren konnte. Am Samstag war ebenfalls Helmut Binder, ehemaliger Achterfahrer und Nassovia-Mitglied, der in Hamburg wohnt, bei unseren Rennen dabei, um seinen Heimatverein zu unterstützen und uns anzufeuern.

Dabei belegte Katja den 4. Platz, weswegen sie am nächsten Tag mit ähnlich guten Ruderinnen Zweier fahren konnte. Dafür musste Björn noch zu einer Trainerbesprechung, während Katja und Jonas in die Ferienwohnung zurückfuhren. Nachdem Björn auch von der Strecke gekommen war, haben wir angefangen Abendessen zu kochen. Es gab Nudeln mit einer schmackhaften Gemüsesoße und Fleisch.

Am darauffolgenden Tag musste Katja schon früh raus, da sie Zweier trainieren musste. Währenddessen hat Jonas das Geschirr gewaschen und die Ferienwohnung aufgeräumt. Als wir dann zur Regattastrecke gefahren sind, ist Katja das Zweierrennen gefahren und belegte den 2. Platz. Da Jonas gemerkt hat, dass er seine Jacke in der Wohnung vergessen hat, musste er kurz vor seinem Rennen zurück zur Wohnung fahren und sie abholen. Mittags hatte dann Jonas wieder sein Rennen. Nach einem verunglückten Start belegte er den 2. Platz. Nachdem wir bereits abgerigert hatten, erfuhren wir, dass Katja noch ein Viererrennen fahren sollte, die aus den gestarteten Zweiern zusammengesetzt werden. Trotz sehr schlechten und windigen Bedingungen konnte sie knapp einen 3. Platz erzielen. (Sie lag nur eine Zehntelsekunde hinter einer DRV-Auswahl, die eigentlich zur WM fahren soll ...) Auf dem Rückweg gab es viel Stau und deswegen kamen wir erst um 23 Uhr im Verein an. Katja & Jonas



Olaf war dann mal weg

Meine Pilgerreise auf dem Jakobsweg



Olaf Moll

Genauer war es der Camino Francés von Saint-Jean-Pied-de-Port nach Santiago de Compostela über 800 km. Für diesen Fußmarsch mit ca. 12 kg Gepäck gibt es viele Motive. Meine Gründe waren Abenteuerlust oder Land und Leute kennenlernen. Weiterhin hatte mir meine kurze Pilgertour vor einigen Jahren von Wien nach Mariazell sehr gut gefallen. Wichtig war auch, dass meine Frau nichts dagegen hatte, dass ich von Ende April bis Anfang Juni in der Fremde war.

Die erste Etappe von Saint-Jean nach Roncesvalles ist schon die Nagelprobe. Es geht über die Pyrenäen mit 1.200 Höhenmetern. Hinzu kam ein Temperatursturz mit Schnee und Eis. Der Ort Roncesvalles hat ein Pilgerhotel in einer Abtei mit 184 Plätzen. Leider war die Abtei bald ausgebucht und viele Pilger mussten notgedrungen bis zur nächsten Ortschaft gehen. Dieses Problem, zu viele Pilger und zu wenig Unterkünfte, hatte man häufig bis Santiago. So ist es dann für viele zur Routine geworden, für den nächsten Tag in den privaten Herbergen zu reservieren. Das Smartphone war mit das wichtigste Reiseutensil für den Pilger.

Gleich in der ersten Herberge ist mir bewusst geworden, wie international die Pilger waren. Besonders viele waren aus den USA und Kanada. Viele aus Südkorea, Australien, Brasilien oder Mexiko. Unterwegs waren Alt und Jung, Mutter und Tochter, Vater und Sohn, Sportliche und Gebrechliche. Da waren Ingo und Klaus aus Hamburg. Eingefleischte St.-Pauli-Fans. Immer in schwarzen Klamotten, Schnellgeher und einsame Spitze beim Bierkonsum. Es war beeindruckend, was für Leute diese Mühen auf sich genommen haben. Abends glichen die Unterkünfte oft einem Lazarett. Die Füße und Beine wurden nach den Strapazen behandelt. Einige mussten ihr Vorhaben wegen akuter Beschwerden aufgeben.

Der tägliche Ablauf war fast immer der gleiche. Um 6 Uhr aufstehen, manche machten sich schon um 5 Uhr mit Stirnlampe auf den Weg, Rucksack packen, oft kein Frühstück in der Herberge und um 7 Uhr waren fast alle unterwegs. Man hoffte immer auf gutes Wetter, also keinen Regen und keine Kälte. Leider hatten wir häufig sehr kaltes und windiges Wetter. Man sehnte sich oft nach dem Ende der Tagestour. Dies waren meistens 20 bis 35 km. Nach vier Stunden schmerzte vom

Rucksack der Rücken, die Füße taten weh und man war müde, aber das Tagesziel war noch in weiter Ferne. Dann fragte ich mich, wie konnte man nur auf diese dämliche Idee mit dem Jakobsweg kommen. Was mache ich hier eigentlich? Auch das Übernachten mit bis zu 40 Pilgern und mehr in einem Raum war ein Härtestest. Aber nach dem Duschen und dann beim Pilgermenü mit Rotwein in einer netten Runde war alles vergessen und man freute sich auf die nächsten Herausforderungen. Ganz wichtig war der Pilgerpass, die Legitimation für die Herbergen (10 Euro Übernachtung). In den Herbergen wurde der Pass als Nachweis für das Pilgern abgestempelt. So vergingen die Tage. Man durchquerte die Navarra, La Rioja und Kastilien mit der Meseta. Dies ist eine Hochebene mit endlosen Weizenfeldern. Die oft armseligen Ortschaften auf dem Weg lagen weit auseinander. Höhepunkte waren die Städte Pamplona, Burgos, León oder Ponferrada. Alle haben eine schöne Altstadt mit beeindruckenden Kirchen und einem regen Treiben in den Abendstunden.

Auf den letzten 100 km nahm der Pilgerstrom deutlich zu. Dies waren vor allem Spanier oder Pilger, die mit Bussen einen Großteil der Strecke zurücklegten. Viele ließen auch ihr Gepäck transportieren. Leider nehmen diese „Pseudopilger“ immer mehr zu.

Galicien war dann der letzte Teil der Wegstrecke. Santiago war nicht mehr fern. Und dann endlich am 27. Mai, nach genau 32 Tagen stand ich vor der Kathedrale in Santiago. Ich hatte es unbeschadet überstanden. Dann ging es zur Registrierstelle der Pilger, um seine Compostela zu erhalten. Täglich findet dann die Pilgermesse in der Kathedrale statt. Für jeden Pilger, besonders für die, welche den ganzen Weg zurückgelegt haben (nur 5 Prozent), war dies noch mal ein bewegender Moment. Man dachte an Familie und Freunde und wünschte ihnen alles Gute.

Meine Reise war damit noch nicht zu Ende. Mit Bus und zu Fuß ging es dann noch zum Kap Finisterre, das Ende der Welt. Aber dann sollte Schluss sein, mit etwas Wehmut freute man sich auf zuhause.

Olaf Moll



Auf dem Jakobsweg

RCNH Intern

Liebe Ruderkameradinnen, liebe Ruderkameraden,
sicher haben Sie schon die März-Ausgabe 1/2017 der Nassoven-Post vermisst.

Bei der letzten Jahreshauptversammlung wurde einstimmig beschlossen, in Zukunft nur noch zweimal jährlich unsere Vereinszeitung zu drucken. Der Beschluss erfolgte aus technischen und finanziellen Gründen.

Hier kommt also jetzt die neue Halbjahresausgabe 1/2017.

Die nächste Nassoven-Post 2/2017 erscheint dann Ende Dezember.

Runde Geburtstage seit April 2017 (über 50 Jahre)

Thorsten Heidecke	17. 4.	50 Jahre	3 Jahre im Verein
Alexander Scheid	20. 4.	50 Jahre	10 Jahre im Verein
Steffen Gelsen	27. 4.	50 Jahre	21 Jahre im Verein
Hans Moosbrugger	19. 5.	70 Jahre	54 Jahre im Verein
Olaf Moll	6. 6.	65 Jahre	24 Jahre im Verein
Jürgen Erb	10. 6.	50 Jahre	10 Jahre im Verein
Walter Stanger	13. 6.	65 Jahre	43 Jahre im Verein
Ursula Oberst	17. 6.	75 Jahre	32 Jahre im Verein
Hans-Jürgen Weiss	12. 7.	70 Jahre	56 Jahre im Verein
Walter Grossmann	1. 8.	90 Jahre	71 Jahre im Verein
Susanne Hamann	6. 8.	60 Jahre	12 Jahre im Verein
Roland Lenden	1. 9.	60 Jahre	49 Jahre im Verein
Klaus Krämer	28. 9.	60 Jahre	45 Jahre im Verein
Heidi Krämer	12.11.	60 Jahre	46 Jahre im Verein
Dr. Achim Lenzer	30.11.	65 Jahre	50 Jahre im Verein
Claudia Schenk	5.12.	50 Jahre	dieses Jahr eingetreten
Dr. Günter Roscher	25.12.	85 Jahre	50 Jahre im Verein

Wer nicht möchte, dass sein Alter veröffentlicht wird,
kann dies rechtzeitig der Redaktion mitteilen.

Wir begrüßen unsere neuen Mitglieder

Alexandra Albert	Johanna Magaard
Andreas Apeldorn	Mark Mauerwerk
Torben Appelhoff	Birgit Müller-Winkler
Alina Arnold	Leandra Ristow
Cathrin Conrad	Leonie Ristow
Martinus de Kruijff	Claudia Schenk
Karina Filipovic	Zoe Vogelsang
Nicola Hofmann	Imke Zielke

Wir trauern um unsere langjährigen Mitglieder

Fritz Wagner	Dr. Gerhard Steiger
Dr. Heinz Röder	Dr. Erhard Korinth



Auswertung Fahrtenbuch

Alle Aktiven in unserem Verein müssen sich vor einer Fahrt ins Fahrtenbuch eintragen, was im Allgemeinen auch gut klappt. Daher ist es sicher auch einmal interessant zu sehen, wie viele Kilometer im Jahr gerudert werden und wer sich dabei besonders hervortut.

Die Gesamtstatistik für die Jahre 2015 und 2016 zeigt ein relativ konstantes Bild: In Summe wird in der Nassovia in beiden Jahren in etwa einmal die Erde umrundet, d. h., 2015 kamen 41.097 geruderte Kilometer zusammen, im Jahr 2016 waren es nur knapp weniger, nämlich 40.273 km.

In beiden Jahren waren die drei Ruderer mit den meisten Kilometern dieselben: Allen voran lag Dagmar Hübner vor Martin Monshausen und Christian Fuchs. Alle drei würden wir offiziell vielleicht dem Bereich der Breitensportler zuordnen, aber mit solchen Leistungen fällt es einem schwer, sie nicht auch dem Trainingsbereich zuzuordnen. Dagmar schaffte im Jahr 2015 sage und schreibe 3.229 km, 2016 hatte sie dann kräftig nachgelegt und 4.459 km erreicht. Im Jahr 2015 brauchte sie dafür 232 Fahrten, 2016 wurden es dann schon 290. Bei Martin war es ähnlich, 2015 war er 2.614 km auf dem Wasser, im Jahr danach 3.662 km in 258 Fahrten, nur Christian blieb relativ konstant bei 1.844 bzw. 1.829 km bei jeweils immer ca. 120 Fahrten.

Die jugendlichen Trainingsrunderer folgen dann auf den weiteren Rängen, wobei sich hier die Namen abwechseln, was sicher auch mal daran liegt, dass Trainingseinheiten auswärts bei anderen Vereinen erbracht werden, die dann natürlich nicht in unserem Fahrtenbuch stehen. Aber die Jahresleistungen im Bereich der Nassovia liegen hier immer im Bereich von 750 bis 1.750 km.

Auf den weiteren Platzierungen folgen dann die eigentlichen Breitensportler, d. h. die, die nicht mehr mit dieser Intensität rudern und dann eben auch nicht so viele Kilometer zusammenbekommen.

Ich selber konnte in beiden Jahren einen 10. Platz auf der Liste erreichen, wobei ich dabei immer so um die 800 km geschafft habe. Im Schnitt war ich dabei ca. 60 Mal auf dem Wasser, d. h., im Schnitt habe ich es geschafft, mindestens einmal pro Woche zu rudern, was ja auch schon recht gut ist (hoffe ich).

Vielleicht motiviert dieser Vergleich ja noch ein paar andere, den inneren Schweinehund beiseitezuschieben und regelmäßig(er) zu kommen, dann tummeln sich auch noch ein paar andere Namen in der Statistik.

Dirk Stanischewski



Vielen Dank an unsere Inserenten!

Wir möchten an dieser Stelle besonders denjenigen danken, die mittels ihrer Anzeige wesentlich zum Erscheinen unserer Nassoven-Post beitragen. Erst durch diese Anzeigen ist es möglich, unsere Nassoven-Post in der gewohnten gleichbleibenden Qualität herauszugeben und herzustellen.

Wir bitten deshalb alle unsere Mitglieder, bei ihren Einkäufen die aufgelisteten Firmen, deren Produkte oder Dienstleistungen, bevorzugt zu berücksichtigen.

*Bayer & Cie, Brennstoffe, Heizöl
Bitburger Brauerei
Blumenhaus Wesemeyer
Frankfurter Sparkasse 1822
Hassia Mineralquellen GmbH & Co. KG, Bad Vilbel
HEMBUS
Kelterei Nöll GmbH
Lutz Berndt Immobilien
Omninet GmbH, Software Solutions
Ufer, Brillen und Contactlinsen
Volksbank Höchst a. M.*

Impressum

Herausgeber: Ruder-Club Nassovia Höchst 1881 e.V., Mainzer Landstraße 791, 65934 Frankfurt am Main

Redaktion: Eberhard Eichfelder, Kirsten Stanischewski, Dr. Dirk Stanischewski

Konten: Ruder-Club Nassovia Höchst 1881 e.V.
Volksbank Höchst am Main
BIC GENODE51FHC, IBAN DE91 5019 0300 0000 3617 04

Bei Spenden:
Verwendungszweck der Spende angeben und Name und Anschrift des Spenders beifügen

Anzeigenverwaltung:
Dieter Grunow, Telefon (069) 303563, w.d.grunow@gmx.de

Druck: Joh. Wagner & Söhne, Satzservice, Offset- und Digitaldruck
Kasinostraße 22, 65929 Frankfurt am Main, Telefon (069) 314030-0

Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Bilder wird keine Haftung übernommen. Eine Rücksendepflicht besteht nicht. Die Redaktion behält sich die Veröffentlichung sowie Änderungen und/oder Kürzungen vor. Die mit Namen gekennzeichneten Artikel geben ausschließlich die Meinung des Verfassers wieder. Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit Genehmigung der Redaktion und unter vollständiger Quellenangabe gestattet.

Der Bezug der Club-Nachrichten ist für die Mitglieder und Freunde des Ruder-Clubs Nassovia Höchst kostenfrei.