

# " und Blatt… die Zeitung des Gmundner Rudervereins

# DER VORSTAND DES GMUNDNER RUDERVEREINS



Obmann Klaus Reingruber obmann@gmundner-ruderverein.at

Obmann-Stellvertreter, Oberbootsmann: Wolfgang Öhlinger oberbootsmann@gmundner-ruderverein.at

Schriftführerin: Gertrud Bergthaler

office@gmundner-ruderverein.at

Kassier: Christoph Döderlein

kassier@gmundner-ruderverein.at

Sportwart: Karola Schustereder

sport@gmundner-ruderverein.at

Zeugwart: Christoph Mayer

zeugwart@gmundner-ruderverein.at

Öffentlichkeitsarbeit: Eva Fürtbauer

undblatt@gmundner-ruderverein.at

Vereinskleidung Karin Harringer

karin.harringer@icloud.com





# Liebe Sportfreunde!

Einleitend möchte ich mich für den Vorstand für das bei der Jahreshauptversammlung ausgesprochene Vertrauen bedanken. Wir haben wieder ein umfangreiches Programm zusammengestellt, um allen Rudersportlerinnen und -sportlern die Möglichkeit zu bieten, auf ihrem Level zu rudern. Es wird vor allem für Anfänger und Fortgeschrittene wieder einen Ruderkurs beziehungsweise auch das wöchentliche Fortbildungsrudern geben.

Eine Neuerung ist, dass es unsere Vereinszeitung "Und Blatt …" ab sofort in einer Frühjahrs- und einer Herbstversion geben wird. Die Frühjahrsversion haltet ihr mit diesem Heft in Händen. Darin fin-

det ihr alle wichtigen Informationen für die bevorstehende Rudersaison, inklusive aller Termine zu den Vereinsveranstaltungen im hinteren Teil des Heftes – sowohl die wöchentlichen Termine als auch jene von Ruderkursen, Regatten, Vereinswanderfahrt, Mondscheinrudern oder Abrudern, um nur ein paar zu nennen. Aktuelle Informationen oder geänderte Termine werden wir dann auf der Homepage oder per E-Mail ankündigen.

Im Herbstheft werden wir dann über alle Aktivitäten während der Rudersaison berichten. Dazu brauchen wir eure Unterstützung. Schickt uns bitte laufend Berichte, Fotos, Anekdoten, Reiseberichte, Karikaturen – was auch immer. So können wir euch am Saisonende ein kurzweiliges Heft über das Vereinsjahr präsentieren.

Die Rennruderinnen und -ruderer haben ein intensives Wintertraining absolviert und sind für die bevorstehende Saison bestens vorbreitet. Michael Kaltenbrunner hat zu Saisonbeginn die Trainingsagenden von Caro Haginger übernommen. Caro hat die erfolgreiche Rennrudermannschaft mehr als vier Jahre lang trainiert und zu zahlreichen Regatten geführt, dabei mit "ihren" Sportlerinnen und Sportlern einige Staats- und Landesmeistertitel erzielt. Caro, vielen Dank für deinen Einsatz, auch für die Kinder- und Jugendwoche.

Bei der Traunseeregatta wird es heuer zusätzlich eine Langstreckenregatta über 12 Kilometer geben. Wir bitten euch einerseits um Mithilfe an den Regattatagen, andererseits freuen wir uns auf eure rege Teilnahme an diesem Bewerb. Heuer wird es erstmals eine "Vereinsseerunde" geben: Wir laden alle Mitglieder dazu ein. Ziel ist, mit vielen Booten den Traunsee zu umrunden. Eine Labstation wird es in Rindbach geben, weitere Einkehrmöglichkeiten sind der Flexibilität der Ruderinnen und Ruderer überlassen.

Ich wünsche euch eine schöne und erfolgreiche Rudersaison.

#### Euer Klaus



# GENUSSRUDERER - VON WOLF LEISTER



### SÜDTIROLSKITAGE 2018

Auch im vergangenen Jahr stand der traditionelle vorweihnachtliche Skiausflug nach Südtirol wieder am Programm, bestens organisiert von Horst und Christine Nagl. Die Anreise erfolgte diesmal über die Tauernautobahn und Lienz, dadurch konnten die unberechenbaren Wartezeiten am Walserberg vermieden werden. Wie immer wurde nach der Ankunft in San Stefano der stimmungsvolle Christkindlmarkt in Bruneck besucht. Am nächsten Tag gings mit großem Vergnügen auf die bestens präparierten Pisten. Auch das Wetter am Kronplatz ließ keine Wünsche offen und so wurden diese drei Tage zu einem sportlichen Erlebnis. Auch im Quartier (Hotel "Am Anger") sah man nur zufriedene Gesichter\*. Der winterliche Genuss wird sich hoffentlich beim sommerlichen Genussrudern fortsetzen!

#### **GENUSSRUDERN 2018/2019**

Das vergangene Jahr brachte - bedingt durch das schöne Wetter - einen Aufschwung des Genussruderns. Gegenüber 2017 ergab sich ein Plus von 36 Prozent! Mit einer Leistung von 3.342,3 Ruderkilometern an 19 Mittwoch-Vormittagen zwischen Mai und September wurde ein neuer Rekord seit dem Beginn der Aufzeichnungen aufgestellt. Rechnet man die Zeit zwischen An- und Abrudern noch dazu, kommt man sogar auf inoffizielle 3.689,2 km. Aber nicht die Kilometerleistung steht beim Genussrudern im Vordergrund, sondern die Freude am gemeinsamen Mannschaftsrudern. Die "Genussruderer des Jahres" mit den meisten Ausfahrten sind bei den Frauen Angelika Eissner-Eissenstein, bei den Männern Wolf Leister.

Auch heuer wieder sind alle Ruderer (ab der Gruppe Fortgeschrittene) zur Teilnahme herzlich eingeladen. Es geht- wie gesagt- nicht um Höchstleistungen sondern um gemütliches, genussvolles Rudern in der Gemeinschaft. Einst wurden die Genussruderer von den Rennruderern noch milde belächelt, jetzt sind schon so manche von diesen mit großer Freude auch dabei.

Für jene, die von Genussrudern noch nichts gehört haben: Am Mittwoch treffen sich alle, die gerne rudern wollen, im Bootshaus zur gemeinsamen Ausfahrt. Der Termin für die Bootseinteilung ist im

Mai und September - 9.30 Uhr, Juni, Juli und August- 9.00 Uhr.

Ich freue mich schon auf unser gemeinsames Rudern, um pünktliches Erscheinen wird gebeten.



# **UNSERE JUGEND**

#### LANGLAUF-TRAININGSWOCHE



Es ist ja schon Tradition: Und so machte sich die Rennmannschaft auch heuer nach den Weihnachtsfeiertagen auf ins Mühlviertel, um dort ihre Kondition auf Langlaufskiern – gemeinsam mit dem WSV Ottensheim – zu verbessern. Insgesamt fuhren 34 Sportlerinnen und Sportler ins Mühlviertel

Vom Gmundner Ruderverein trainierten Thomas und Sebastian, Jonathan, Robbie, Tabea Franzi und Kathi in Ulrichsberg/Schöneben.

#### TRAININGSWOCHE IN KROATIEN



Thomas und Sebastian Gruber, sowie Jonathan Ortner und Robert Haseltine nahmen Mitte Februar an einem Trainingslager am Limski-Kanal in Kroatien teil.

Ziel war die Bootsbildung auf der der Ebene des OÖ Landesruderverbande und vor allem als Saisonvorbereitung viele Kilometer auf dem Wasser zu absolvieren.

#### INDOOR-MEISTERSCHAFT 2019



Wie jedes Jahr fand im Jänner 2019 die Indoormeisterschaft statt. Sie diente als erstes Kräftemessen der österreichischen Ruderinnen und Ruderer. Der Gmundner Ruderverein war dieses Jahr mit neun Athletinnen und Athleten und drei Trainerinnen und Trainern vertreten.

Wir gratulieren den Athleten:

Junioren B: 1. Platz: Sebastian Gruber, Team Mjnioren: 2. Platz Sebastian und Thomas Gruber, Robi Haseltine und Jonathan Ortner; Team Frauen: 2. Platz: Caro Haginger, Franzi Öhlinger und 2 Kolleginnen aus Mondsee, Para: 3. Platz Benjamin Strasser Jun-A-Lgw: 3. Platz Jonathan Ortner

#### RUDER-JUGEND-WOCHE

Auch heuer ist wieder eine Ruder-Jugendwoche geplant. Wir werden euch so bald wie möglich darüber per Mail informieren.

# JAHRESHAUPTVERSAMMLUNG 2018

Der Vorstand des Gmundner Rudervereins konnte in seiner 113. Jahreshauptversammlung im Gasthaus Altmühl eine sehr positive Bilanz über die vergangene Rudersaison ziehen. Auch langjährige Mitglieder wurden geehrt. So sind Martha und Petra Kahofer seit 40 Jahren, Peter Leeb seit 50 und Fritz Grabner bereits seit 60 Jahren Mitglieder des Gmundner Traditionsvereines.





Martha und Petra Kahofer mit Klaus Reingruber

Pezi Leeb und Klaus Reingruber

Bei der Ehrung won Pezi Leeb wurde ihm als Dankeschön nicht nur die traditionelle Urkunde und eine Flasche Wein überreicht. Petzi ist seit Jahrzehnten die gute Seele des Vereins seit einigen Jahre immer mit dabei auch Meili der Vereinshund

Da das Einbringen eines Vierbeiners ins Vereinsgelände laut Hausordnung nicht vorgesehen ist musste sich der Vorstand mit diesem Thema befassen und kam zur folgender Entscheidung. Aufgrund triftiger Gründe wird von Strafen abgesehen. Gleichzeitig wird dem GRV Hund unter folgenden Auflagen ein ausschließliches Nutzungsrecht für die nächsten Jahre erteilt: Überwachungstätigkeit bei der Buffetkassa im Zuge der Regatta, Einschränkung der Düngetätigkeit auf NICHT- Liegebereiche, und Adjustierungsvorschrift bei offiziellen Anlässen, zu diesem Zweck wurde ein Pullover mit GRV Logo überreicht.





Klaus Reingruber, Monika und Pezi Leeb, Melli Leeb

Ebenso geehrt wurden die jungen RuderInnen, Masters und Para-Rower für ihre erfolgreichen Ruderleistungen im Jahr 2018. Thomas und Sebastian Gruber konnten unter anderem den Österreichischen Meistertitel um Junioren Doppelzweier für sich gewinnen. Ebenso Magdalena Reiser mit ihrem Partner Benjamin Strasser im Para-Inklusions-Doppelzweier.







Magdalena Reiser und Benjamin Strasser, Jonathan Ortner, Thomas und Sebastian Gruber, Uhl Christof

Der dritte Platz bei den Österreichischen Meisterschaften im Junioren A-Doppelvierer erruderte das Gmundner Boot mit Jonathan Ortner, Robbie Heseltine und Thomas und Sebastian Gruber. Den dritten Platz im Juniorinnen A Leichtgewicht Einer erreichte Franziska Öhlinger, der Österreichische Masters-Männer-Titel im Doppelzweier erging an den Gmundner Christof Uhl und seinen Kollegen Christian Tumeltshammer aus Wels.

Die größte Sportveranstaltung des GRV findet wieder im Juli statt, neben der traditionellen Traunsee Jugendregatta und dem Masters Meeting (6.Juli) gibt es heuer erstmals auch eine Wettfahrt über 12 Kilometer am 7.Juli. Diese Regatta zählt mit den Regatten am Wolfgangsee und auf der Traun beim RC Wels zum OÖ Langstreckencup.

#### DIE RUDERREGATTEN AM TRAUNSEE 2019





# KILOMETERREKORD 2018

In der Rudersaison 2018 konnte ein neuer Rekord bei den Ruderkilometern verzeichnet werden: Mit 60.000 geruderten Kilometern ein noch nie dagewesenes Ergebnis. Natürlich unter anderem auf einen überaus stabilen und warmen Sommer und Herbst zurückzuführen, aber auch auf den sportlichen Einsatz der Vereinsmitglieder und Sportruderer.

Die Mitglieder des Vorstandes freuen sich auf eine erfolgreiche Rudersaison 2019 und hoffen auf einen ähnlich beständigen Sommer um den letztjährige Kilometerrekord brechen zu können.







Unser Oberbootsmann mit den Preisträgern: Mathias Lahnsteiner Franzi Öhlinger, Jonathan Ortner,







Wolfgang Öhlinger mit den Preisträgern Christof Uhl, Barbara Öhlinger-Kieninger, Genussruderer Wolf Leiser mit Genussrudererin 2018 Angelika Eisner-Eisenstein

Frauen	Barbara Öhlinger	1.628 km			
Männer	Christof Uhl	2.425 km			
Juniorinn	1.585 km				
Junioren Jonathan Ortner					
Schülerin	nen Ortner Salome	128 km			
Schüler I	Mathias Lahnsteiner	634 km			
Mixed-2e	r Schustereder Karola und Christopf Uhl	626 km			

Die gesamte Kilometerauswertung findet ihr auf unserer Homepage www.gmundner-ruderverein. at

Herzliche Gratulation auch an die Sieger des Kilometertages 2018 Barbara & Josef Öhlinger mit Christa Stögmüller. Christa Stögmüller darf sich als erste Rudererin des GRV zum 2. Mal über diesen Preis freuen.



# NEWS AUS DEM RUDERVEREIN

# WIR DANKEN DEN GMUNDERN ALTSTADT-WEIBERN FÜR IHREN BESUCH VOR DEM HATSCHATALER FASCHINGSMZUG



#### **RUDERWOCHE AM WEISSENSEE 2019**



Samstag 15. Juni bis Sonntag 23. Juni.

In diesem Zeitraum buchbar mit mindestens 3 Nächtigungen. (Don. 20.6. = Feiertag)

Hotel Kolbitsch. HP. Im DZ € 74,00/Pers.

Organisiert wird: Der Bootstransport

Das Quartier, 14 DZ vorreserviert

Das morgendliche Frührudern, 07.00 Uhr ca. 12 km. Eine spannende Draufahrt von Nikolsdorf, Osttirol bis

St. Peter bei Spittal a.d. Drau. Schnelle 70 km.

Wander.- und Bergtouren.

Bike Touren

Das Haus Kolbitsch und die Region Weissensee ist für seine ausgezeichnete Infrastruktur für Ruderer und Freizeitsportler bekannt. Auch die deutsche Rudernationalmannschaft und unsere Spitzenruderin Magdalena Lobnig nutzen diese Region. Würde mich freuen, Euch bei der 25. Ruder-Weissenseewoche dabei zu haben.

Anmeldung und Auskünfte: Michael Kaltenbrunner 0664 73465001

Info: www.hotel-kolbitsch.at

# NEWS AUS DEM RUDERVEREIN

#### DAUERAUFGABEN/ HAUSWART 2019

Im Verein gibt es zahlreiche Tätigkeiten. die für ein funktionierendes Vereinsleben notwendig sind. Wenn alle mithelfen, können sie leicht bewältigt werden. Dazu wurde eine Liste mit Daueraufgaben erstellt, in die sich seit der JHV bereits viele eingetragen und eine Arbeit übernommen haben. Es ist für jeden hoffentlich etwas Passendes dabei, sei es als Handwerker, Hilfe bei der Reinigung und Pflege der Vereinsgebäude, oder als Gärtner. Wir ersuchen euch alle, diese Liste einmal durchzusehen und zu überlegen, ob und wo ihr euch einbringen (und eintragen) könntet. Diese Liste wurde bereits per Email versendet und ist auch an der Tafel beim Logbuch ausgehängt.





#### **FORTBILDUNGSRUDERN 2019**

In der heurige Saison bietet der Gmundner Ruderverein für Anfänger, für alle, die ihre Rudertechnik verbessern möchten, aber auch für diejenigen, die einfach nur gemeinsam rudern wollen, jeden Donnerstag um 18:00 Uhr ein Fortbildungsrudern an. Betreut wird dieses von den Bootsmännern des Gmundner Rudervereins.

Die Termine findet ihr alle auf unserer Terminübersicht am Ende dieser "… und Blatt" Ausgabe.

# MITGLIEDSBEITRÄGE 2019

In nächster Zeit werden euch die Zahlscheine für den diesjährigen Mitgliedsbeitrag per Post zugeschickt! Wir bedanken uns schon heute bei euch für die fristgerechte Überweisung!

#### NEUE RUDERLEIBERL

Sonderauftrag Gmundner Ruderverein / Aero Shirt Blanko

In Kürze ist ein neues Gmundner Rudervereins T-Shirt der Firma Skinfit erhältlich.

Jedes Rudervereinsmitglied kann sich jederzeit bei der Firma Skinfit ein Ruder T-Shirt bestellen.





# VORSCHAU SPORTJAHR - VON KAROLA SCHUSTEREDER

Das Jahr 2019 bringt sowohl für unsere Jugendrennmannschaft also auch für ambitionierte Masters-Ruderer zahlreiche sportliche Herausforderungen.

#### Jugendrennmannschaft

Fast alle Mitglieder unserer Jugendrennmannschaft starten im Jahr 2019 im Junioren-A-Bereich. Nach dem Wintertraining hat die Saisonvorbereitung auf dem Wasser für Thomas und Sebastian Gruber, Jonathan Ortner und Robbie Heseltine sowie Franziska Öhlinger bereits begonnen. Die vier Junioren haben im Februar ein Trainingslager in Istrien absolviert. Dort wurde intensiv in jenen Mannschaftsbooten trainiert, in denen die vier in diesem Jahr eine Qualifikation für einen internationalen Bewerb (Coupe de la Jeunesse, Junioren-EM) anstreben.

Thomas und Sebastian Gruber bilden mit ihren Linzer Kollegen einen Riemenvierer. Jonathan Ortner und Robbie Heseltine sitzen in einem OÖ-Doppelvierer.

Der erste internationale Vergleich wird für diese Mannschaften bei der Regatta in Zagreb Mitte April stattfinden, danach stehen ein Trainingslager in Völkermarkt und die Regatta in Klagenfurt auf dem Programm. Bei der stets hervorragend besetzten DRV-Junioren-Regatta in München Anfang Mai kommt es zum Kräftemessen mit der Konkurrenz aus zahlreichen starken Rudernationen. Bei der EUROW-Juniors-Regatta in Ottensheim (Ende Mai), der Internationalen Regatta in Bled (Mitte Juni) und der Wiener Internationalen Ruderregatta (Ende Juni) sollen dann die Qualifikationskriterien für die angestrebte Entsendung zum Coupe de la Jeunesse in Corgeno (Italien) erfüllt werden. Sollte auch eine Qualifikation für die Junioren-EM in Essen möglich sein, wäre das für beide Mannschaften ein großer Erfolg.

Der Herbst steht dann ganz im Zeichen der Meisterschaftsbewerbe (Landesmeisterschaften, Österreichische Meisterschaften). In dieser Saison haben unsere Jugendlichen bei den Österreichischen Meisterschaften Ende September in Wien gute Chancen auf Titel und Medaillen gleich in mehreren Bootsklassen.



#### Jugendnachwuchsmannschaft

Für diese Jugendlichen (Schüler, Junioren-B) gilt es, Trainingsumfang und Trainingshäufigkeit zu steigern und so die Basis für Erfolge bei regionalen und nationalen Regatten zu schaffen. Ziel sind gute Platzierungen bei den Landesmeisterschaften und Österreichischen Meisterschaften.

#### Masters-Ruderer

Die neue oberösterreichische Langstrecken-Challenge bietet für alle Masters-Ruderer die Möglichkeit, über die gesamte Saison verteilt an drei Langstrecken-Regatten teilzunehmen. Da der GRV selbst Veranstalter einer Regatta ist, ist die Teilnahme von möglichst vielen Gmundner Mannschaften an den drei Events ein Saisonziel.

Darüber hinaus bieten sich zahlreiche weitere Startmöglichkeiten, so z. B. beim Traunsee-Mastersmeeting oder bei der neuen EUROW-Masters-Regatta Ende Juli in Ottensheim.

Gemeinsames Ziel für alle Altersklassen ist traditionell der Sieg in der Mannschaftswertung bei der Sechs-Seen-Regatta im September in Waging.









# BOOTSBENÜTZUNG 2019 INFO VOM OBERBOOTSMANN WOLGANG ÖHLINGER

Für die Bootsbenützung wird entsprechende Pflege und Behandlung vorausgesetzt:

- Reinigung nach jeder Ausfahrt (einschließlich Rollschienen)! .
- Jugendliche unter 14 Jahren dürfen nur mit Erlaubnis eines Bootsmannes oder unter Aufsicht eines Fahrkundigen ausrudern!

Anfänger + Fortgeschrittene - (Schüler)

<sup>\*)</sup> Reservierung möglich für Anfängerausbildungen/Ruderkurse

Art	Name	freigegen für		Limit	Bauart	Art	Name	Mindestbesetzu	ıng	Limit	Bauart
1x	Nussi	*) AN			С	2x	Rudi	Schüler		70 kg	KS
1x	Jutta	AN/ <mark>FO</mark>		80 kg	С	2x	Agnes	*) 2AN			Holz-C
1x	Edi	Schüler		65 kg	KS	2x	Eisvogel	*) 1AN	1F		Holz
									0		
1x	Anna Maria	FO Frauen				2x	C2x	*) 1AN	1F		Holz
									0		
1x	Kap Horn	FO			С	2x	Hochkogl	2 FO		90 kg	K-C-Gig
1x	Mamox	FO			С	4x+	Renngig 4x+	AN/Schüler			Holz-C-Gig
Sono	lerfreigabe: Die	Person mit der me	isten Erfah	rung hat	zu steuern!						

 Sondertreigabe: Die Person mit der meisten Erfahrung nat zu steuerni

 2x+/3x
 Schloß Orth
 \*)1AN
 2FO
 K-C
 3x+/4xC
 Karbach
 \*)1AN
 3FO
 K-C

<sup>\*)</sup> Reservierung möglich für Anfängerausbildungen/Ruderkurse und \*\*) Jugendtraining

Art	Name	Mindestbes.	Limit	K.	Bauart	Art	Name	Mindest	bes.	L.	B.
1x	Wickie	Schüler**	65 kg	С	KS	2x+/3x	Schloß Orth	*)2AN	1FA		K-C
1x	LGW1	Schüler**	70 kg	С	Holz	3x+/4xC	Karbach	*)3AN	1FA		K-C
1x	Grünberg	FA			KS	4x	Grasberg ***	1FO	3FA		R-Gig
1x	Specht	FA***	80 kg		Holz	4x+/5xC	Oberösterreich	*)4AN	1FA		K-C
						4x+/5xC	Hoamatland	*)4AN	1FA		K-C
						4-+	Vi-Lu	4AN	1Bootsm		Kl
2x	Wannsee	1FO 1FA	R-Gig		90 kg	5x	Drei-Mäderl-	2FO	3FA		R-Gig
							Haus+2				
2x	Siegfried	2 FA***	80 kg	C	Rennb	8x+	Cornelius	4FA bzw	ı. 1Bootsm.		K-C

#### Sportruderer \*\*) Jugendtraining (hat Vorrang) / \*\*\* Spender

1x	Öhles	SP	75 kg	В	Holz	3x	Lukas	2FA	1SP	В	R-Gig
1x	Karin	SP	75 kg	В	Emp-K	4x	Grasberg	2FO	2SP		R-Gig
1x	Titanic	SP	85 kg		Emp-K	5x	Drei-Mäderl- Haus+2	2FO	3 SP		R-Gig
							Haus+2				
1x	Erla	SP	70 kg	В	KS	4x-/4-	Johanna	SP/Sch	üler	С	Holz
2x	Bulli	SP/Schüler**	70 kg	В	KS	4x+	Burgi	SP/Sch	üler	С	KS
2x	Gmunden	SP	90 kg	В	KS	4x+	Louis Ravene	SP/Sch	üler	С	KS
2-	Montag	SP/***		В	Emp-K	8-+	John the lion	2FO	SP	В	KS

#### Für beim Sportwart gemeldete Regattateilnehmer (aktive Rennruderer):

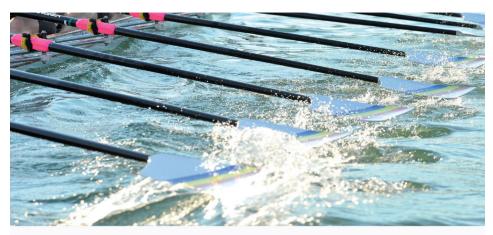
1x	BBG-1er		60kg	В	KS	2x	Filippi-2x/-	****	75 kg	Α	KS
1x	Schütze		65kg	Α	Emp-K	2x	Ernst	****	90 kg	Α	KS
1x	Sonnstein		70 kg	В	KS	2x	Energy	**	70 kg	В	KS
1x	Vocki	Ortner	80 kg	В	KS	4x-	Michael	**	100 kg	В	Emp-K
1x	Traun	Gruber	85 kg	В	KS	4x-	Echo	**	75 kg	В	KS
1x	R-1x (Schelli)	Gruber	85 kg	Α	KS	4x/4-	Schelli-4x/4-	****	85 kg	Α	KS
1x	ABN	****	90 kg	Α	Emp-K						

<sup>\*\*</sup> Mannschaften, die auf Regatten teilnehmen

ahrkundige Anfänger/ Fortgeschrittene It. Fahrordnung, Einzelerlaubnis Oberbootsmann\*\*\*

<sup>\*\*\*\*</sup> für Mannschaften Regatten, jedoch zeitlich limitiert und mit Einzelerlaubnis Sportwart/Vorstand

# **RUDERKURS 2019**



#### Ruderkurs beim Gmundner Ruderverein

#### Kursumfang:

- 12 Trainingsstunden (6 Einheiten zu je 2 Stunden)
- Kennenlernen des Materials
- Bootshandhabung
- Training am Ergometer
- Training im Ruderboot
  Ausfahrten in C Booten (Übungsboote)

TERMINE: 07.05.2019 18:00 Uhr 10.05.2019 17:30 Uhr 14.05.2019 18:00 Uhr 18.05.2019 09:30 Uhr

21.05.2019 18:00 Uhr 24.05.2019 17:30 Uhr 04.06.2019 18:00 Uhr (Reserve Termin)

Anmedlungen und weitere Informationen bei Christoph Mayer 0664 601652223 oder mayrch@hotmail.com KostenEuro 150,-

# MAIFEST MIT BOOTSTAUFE



17. Mai 2019 MAIFEST MIT BOOTSTAUFE

17.00 Uhr **GMUNDNER RUDERVEREIN** 



# **NEU: VEREINS-SEERUNDE**



Am Samstag, 3. August 2019 wird heuer estmals eine

#### **VEREINS-SEERUNDE**

ausgeschrieben, zu der alle Mitglieder des Gmundner Rudervereins sehr herzlich eingeläden sind. Ziel ist es mit möglichst vielen Booten den Traunsee zu umrunden. Eine Labestation in Rindbach ist vorgesehen.

Anmedlungen und weitere Informationen bei Christoph Mayer 0664 601652223 oder mayrch@hotmail.com

# WANDERFAHRT 2019



Der Gmundner Ruderverein lädt ein zum

#### RUDERAUSFLUG AN DEN CHIEMSEE

Samstag, 5. Oktober 2019

Anmedlungen und weitere Informationen bei Christoph Mayer 0664 601652223 oder mayrch@hotmail.com

# DOLLENSCHUTZKAPPEN - INFO VON CHRISTOPE MAYER

Wie bereits im Herbst berichtet, haben wir um Bootsschäden durch das Herausheben und wieder Heineinlegen der Boote zu verhindern, Dollenschutzkappen auf allen Booten montiert

Hier noch einmal die richtige Handhabung:

#### VOR DEM RUDERN:

Dollenschutzkappen sind am Steg zu entfernen und in die vorgesehenen Drahtkörbe zu legen.

#### NACH DEM RUDERN:

Dollenbügel sind zu schließen und die Dollen mit Schutzkappen steuer- und backbordseitig abzudecken.

Erst dann werden die Boote zurück in die Bootshalle getragen.

#### AUSNAHME:

!!!Boote, die auf dem Boden untergebracht werden, brauchen keine Schutzkappen.

#### DOLLENSCHUTZKAPPEN:



#### DRAHKORB GROSSER STEG:





#### DRAHKORB KLEINER STEG:







# **TERMINE 2019**

APRIL			
	Fr. 5.	Bootshauspflege	16.00 Uhr
	So. 7.	ANRUDERN	15.00 Uhr
	Do. 11.	Fortbildungsrudern	18.00 Uhr
	Do. 18.	Fortbildungsrudern	18.00 Uhr
	Do. 25.	Fortbildungsrudern	18.00 Uhr

Mai			
	Do. 2.	Fortbildungsrudern	18.00 Uhr
	Di. 7.	Ruderkurs	18.00 Uhr
	Mi. 8	Genussrudern	9.30 Uhr
	Do. 9.	Fortbildungsrudern	18.00 Uhr
	Fr. 10.	Ruderkurs	17.30 Uhr
	Di. 14.	Ruderkurs	18.00 Uhr
	Mi. 15.	Genussrudern	9.30 Uhr
	Do. 16.	Fortbildungsrudern	18.00 Uhr
	Fr. 17.	Maifest mit Bootstaufe	17.00 Uhr
	Sa. 18.	Ruderkurs	9.30 Uhr
	Di. 21.	Ruderkurs	18.00 Uhr
	Mi. 22	Genussrudern	9.30 Uhr
	Do. 23.	Fortbildungsrudern	18.00 Uhr
	Fr. 24.	Ruderkurs	17.30 Uhr
	Mi. 29	Genussrudern	9.30 Uhr
	Do. 30.	Fortbildungsrudern	18.00 Uhr

JUNI			
	Mi. 5.	Genussrudern	9.00 Uhr
	Do. 6.	Fortbildungsrudern	18.00 Uhr
	Mi. 12.	Genussrudern	9.00 Uhr
	Do. 13.	Mondscheinrudern	18.00 Uhr
	Fr. 14	Pflege der Boote	16.00 Uhr

15. – 23.	Ruderwoche Weissensee	
Mi. 19.	Genussrudern	9.00 Uhr
Do. 20.	Fortbildungsrudern	18.00 Uhr
Fr. 21	Clubabend	19.00 Uhr
Sa. 22	Kilometertag	ganztags
Mi. 26.	Genussrudern	9.00 Uhr
Do. 27.	Fortbildungsrudern	18.00 Uhr
Fr. 28.	Bootshauspflege	16.00 Uhr
	Clubabend	19.00 Uhr

JULI			
	Mi. 3.	Genussrudern	9.00 Uhr
	Do. 4.	Fortbildungsrudern	18.00 Uhr
	Fr. 5.	Aufbau Regatta	ganztägig
	Sa. 6.	Traunsee-Ruder-Regatta	ganztägig
	So. 7.	Traunsee-Langstrecken-Regatta	ganztägig
	Mi. 10.	Genussrudern	9.00 Uhr
	Do. 11.	Mondscheinrudern	18.00 Uhr
	Fr. 12	Clubabend	19.00 Uhr
	Mi. 17.	Genussrudern	9.00 Uhr
	Do. 18.	Fortbildungsrudern	18.00 Uhr
	Fr. 19.	Clubabend	19.00 Uhr
	Mi. 24.	Genussrudern	9.00 Uhr
	Do. 25.	Fortbildungsrudern	18.00 Uhr
	Fr. 26.	Clubabend	19.00 Uhr
	Mi. 31.	Genussrudern	9.00 Uhr

AUGUST			
	Do. 1.	Fortbildungsrudern	18.00 Uhr
	Fr. 2	Clubabend	19.00 Uhr
	Sa. 3.	Vereins-See-Runde	ganztägig
	Mi. 7.	Genussrudern	9.00 Uhr

Do. 8.	Mondscheinrudern	18.00 Uhr
Fr. 9.	Clubabend	19.00 Uhr
Mi. 14.	Genussrudern	9.00 Uhr
Do. 15.	Fortbildungsrudern	18.00 Uhr
Fr. 16.	Clubabend	19.00 Uhr
Mi. 21.	Genussrudern	9.00 Uhr
Do. 22.	Fortbildungsrudern	18.00 Uhr
Fr. 23.	Clubabend	19.00 Uhr
Mi. 28.	Genussrudern	9.00 Uhr
Do. 29.	Fortbildungsrudern	18.00 Uhr
Fr. 30.	Clubabend	19.00 Uhr

SEPTEMBER			
	Mi. 4.	Genussrudern	9.30 Uhr
	Do. 5.	Fortbildungsrudern	18.00 Uhr
	Fr. 6.	Clubabend	19.00 Uhr
	Mi. 11.	Genussrudern	9.30 Uhr
	Do. 12.	Mondscheinrudern	18.00 Uhr
	Fr. 13.	Bootshauspflege	16.00 Uhr
		Clubabend	19.00 Uhr
	Mi. 18.	Genussrudern	9.30 Uhr
	Do. 19.	Fortbildungsrudern	18.00Uhr
	Fr. 20.	Pflege der Boote	
	So. 22.	6-Seen-Regatta Waging	ganztägig
	Mi. 25.	Genussrudern	9.30 Uhr
	Do. 26.	Fortbildungsrudern	18.00 Uhr

OKTOBER			
	Do. 3.	Fortbildungsrudern	18.00 Uhr
	Sa. 5.	Ruderausflug zum Chiemsee	ganztägig
	Do. 10.	Fortbildungsrudern	18.00 Uhr
	So. 20.	ABRUDERN	9.30 Uhr

#### **IMPRESSUM**



Dr. Thomasstraße 15 4810 GMUNDEN

Für den Inhalt verantworlich:

Klaus Reingruber, Michl Kaltenbrunner, Familie Gruber, Eva Fürtbauer und die Auto-

Bilder: Ruderverein, Privat

Email: office@gmundner-ruderverein.at Homepage: www.gmundner-ruderverein.at