

Ruderverein Neptun e.V. Konstanz



Erfolgreiche Allround-Neptuner beim 1. Ruderer-Triathlon in Waldshut



INFO 2/08

Inhalt

- 1 Vorwort
- 3 Einladung JHV 2008
- 4 Satzungsänderung
- 5 Gesellige Abende im Dezember
- 6 Gedenken an Gerhard Meißner
- 7 2. Äquatorpreis für Birgit Fuchs
- 8 Aktivitäten der Wanderruderer
- 10 Dt. Jahrgangsmesterschaften
- 12 Termine 2008/09
- 13 Regelmäßige Sporttermine
- 15 Ruderer-Triathlon in Waldshut
- 17 Cross-Duathlon in Tarp
- 19 Mitgliedschaften
- 21 Das letzte Heft
- 23 Arbeitsstundenzettel 2008
- 24 Vorstandsliste

WOHNGENUSS



Spiegel

grün
erleben



Mainaustraße 181 78464 Konstanz
Telefon 07531 93430 Fax 07531 934399

Immer aktuelle Informationen aus dem Leben des Rudervereins:

www.rvneptun.de

Impressum

Redaktion Stephanie Peters, Ralf Kockel

Layout rowdesign.de ralf kockel

Hrsg. RV Neptun · Dr. Timm Ahlhelm (1. Vorsitzender) · Spanierstr. 1 · 78467 Konstanz

Bank Sparkasse Bodensee · BLZ 69050001 · 73973

Volksbank Konstanz · BLZ 69291199 · 214381303

Internet www.rvneptun.de · info@rvneptun.de

Vorwort

Liebe Neptunerinnen und Neptuner, die Zeitumstellung am 26. Oktober war für den RV Neptun und seine Mitglieder wieder das untrügliche Zeichen des Saisonendes- bzw. -wechsels. Ein Blick in unser elektronisches Fahrtenbuch weist auf eine rege Rudertätigkeit vom Frühjahr bis in den Herbst hin. An manchen Spätnachmittagen waren fast alle Ruderboote auf dem Wasser und später herrschte ein reges Treiben im und am Clubraum. Der Verein lebt, der Verein ist attraktiv. Dies zeigte sich wieder auch bei den vollbesetzten Schnupperkursen. Dorothea Sick und Ralf Kockel haben es wieder einmal verstanden ein Ausbilderteam – von jung bis etwas älter, von weniger erfahren bis

alter Hase – um sich zu scharen, ihnen in einem zweitägigen Kurzlehrgang »Train the Trainer« die aktuellen Rudertechniken näher zu bringen. Allen sei von dieser Stelle ein herzliches DANKE SCHÖN ausgesprochen. Zugleich möchte ich die neuen Mitglieder noch einmal mal im RV Neptun begrüßen.

Das vorliegende Info-Heft wird das letzte seiner Art sein. In den letzten Jahren ist die Zugriffszahl auf unserer Homepage www.rvneptun.de stetig nach oben geklettert. Das heißt, der Internetauftritt des RV Neptun ist bekannt und auch beliebt. Alles was im oder am Verein passiert, hier kann man es nachlesen. Dieses Medium ist somit wesentlich aktueller als das Info-Heft es je



sein kann. Es macht wenig Sinn, Berichte aus dem Frühjahr oder dem Sommer, die schon auf der Homepage veröffentlicht wurden, noch einmal im November in gedruckter Form den Mitgliedern zu offerieren. Aus diesem Grund hat der Vorstand beschlossen, jeweils zum Ende des Jahres einen Mitgliederbrief mit wichtigen Informationen, Terminen und der Einladung zur Jahreshauptversammlung zu versenden.

An dieser Stelle möchte ich jetzt schon auf die Jahreshauptversammlung am 4. Februar 2009 um 19.30 Uhr im Restaurant Syrtaki hinweisen – offizielle Einladung mit Tagesordnung auf der nächsten Seite des Info-Heftes.

Rückblickend auf die vergangenen Monate möchte ich feststellen, es war wieder eine interessante, ereignisreiche Saison 2008. Sowohl bei den Wanderruderern wie auch im Breitensport war ein hohes Maß an Aktivitäten zu spüren. Unsere Rennmannschaft musste in diesem Jahr der Schule und der Ausbildung einen nicht unerheblichen zeitlichen Tribut leisten und konnte daher nicht alle gesteck-

ten Saisonziele erreichen. Die Schulreform ist auch in unserem Verein angekommen. Dies war und ist z.Zt. auch ein aktuelles Thema in den befreundeten deutschen Vereinen des IRB. Aus diesem Grund kann ich mit Freude berichten, dass es unserem Trainer Ralf Kockel gelungen ist, mit dem Humboldt-Gymnasium eine neue, sehr intensive Kooperation zu schließen. Rudern als Unterrichtsfach für die 8. Klassen mit Unterstützung durch den RV Neptun. Hier bieten sich nicht nur sportliche Möglichkeiten, sondern auch Gesprächs- und Diskussionsrunden mit der Schulleitung und Eltern an.

Ich wünsche allen Neptunerinnen und Neptunern mit ihren Familien, allen Freunden des RV Neptun ein frohes Weihnachtsfest und ein gutes Neues Jahr 2009.

Ihr / Euer
Timm Ahlhelm



Der Vorstand lädt alle Mitglieder zum

Neujahrs-Sekt-Empfang

am 1. Januar 2009 um 10:00 Uhr
in den Clubraum ein.

Einladung zur Jahreshauptversammlung 2009

Der Vorstand lädt alle Mitglieder zur Jahreshauptversammlung 2009 **am Mittwoch, den 4. Februar 2009 um 19:30 Uhr** im Restaurant Syrtaki im Bootshaus ein.

Anträge sind wie üblich schriftlich 8 Tage vor der Versammlung dem Vorsitzenden bzw. dem Vorstand einzureichen.

Tagesordnung

1. Begrüßung
2. Jahresbericht des Vorstandes
3. Vorlage des Jahresabschluß 2008
4. Bericht der Kassenprüfer
5. Entlastung des Vorstandes
6. Wahl des Vorstandes
7. Wahl der Kassenprüfer
8. Sanierung / Neubau des Rudersteiges
9. Wirtschaftsplan 2009
10. Satzungsänderung
11. Verschiedenes

Thema Wertpapierdepot

/ tüv geprüft – commerzbank fondsauswahl | WIR ANALYSIEREN FÜR SIE DAS TAUSENDFACHE ANGEBOT AUSGESUCHTER FONDSGESELLSCHAFTEN



Die Commerzbank ist die erste und einzige Bank Deutschlands mit TÜV-geprüftem Fondsauswahlprozess.

/ Ausgezeichnete Beratung

Sie suchen schon lange eine kompetente, unabhängige Anlageberatung, die nicht immer nur die eigenen, sondern die für

Sie richtigen Anlageprodukte empfiehlt? Dann sind Sie bei uns richtig. Gerade wenn es um Fonds geht. Der TÜV SÜD hat uns mit Brief und Siegel bestätigt, **dass unser Fondsauswahlprozess höchsten Ansprüchen genügt** und im besonderen Maße auf das Interesse des Kunden zugeschnitten ist.

Überzeugen auch Sie sich von der Beratungsqualität der Commerzbank.

Commerzbank Konstanz
Marktstätte 8, 78462 Konstanz
Telefon 075 31/2002-20

/ Ideen nach vorn | COMMERZBANK 

DER NEUE FIAT BRAVO.
Leidenschaft garantiert.



Aufgrund des Design, auf Wunsch mit dem innovativen Telematiksystem BlueMe™ NAVI, das Telefonieren, Navigieren und Musik hören noch einfacher und sicherer macht. Umfangreiche Sicherheitsausstattung mit 7 Airbags, ESP mit Antiblockierem Brems und Bestnote von 5 Sternen für den Erweiterten Personenschutz im EURO-NCAP-Testfeld.

FIAT

LANCIA



OEHRI

AUTOHAUS

Byk-Gulden-Str.7
Tel. 07531 - 69 05 50
Fax. 07531 - 69 05 55
autohaus.oehri@t-online.de
www.autohausoehri.de

Satzungsänderung

Die Diskussion um das unsportliche Thema Doping nimmt derzeit in der Öffentlichkeit einen großen Raum ein. Durch den unrühmlichen Niedergang des Radsports ist das Thema endgültig auch in der Politik angekommen. Konsequenzen werden gefordert und Fördergelder zukünftig von einer aktiven Dopingbekämpfung abhängig gemacht. Auch der Neptun wurde vom Sportamt der Stadt Konstanz aufgefordert, die Dopingbekämpfung in der Vereinssatzung zu verankern.

Die Satzung wird im § 2 »Zweck« um einen neuen Satz erweitert:

(3) Der Verein verwirklicht seinen Satzungszweck insbesondere dadurch, dass er jede Form des Dopings bekämpft und in enger Zusammenarbeit mit dem Deutschen Ruderverband (DRV) für präventive und repräsentative Maßnahmen eintritt, die geeignet sind, den Gebrauch verbotener leistungssteigernder Mittel und/oder Methoden zu unterbinden. Näheres regelt die Anti-Doping Ordnung des DRV.

Die derzeit gültige Bestimmung hat der DRV in seiner »Amtliche Bekanntmachung Nr. 4517« veröffentlicht und kann im Internet unter folgender Adresse abgerufen werden:
<http://www.rudern.de/Nachricht.1092+M57aeeobf3a1.o.html>

Geselligkeit im Dezember

Herrenabend

Einladung zum Herrenabend
am Freitag, den 05. Dezember um 19:30 Uhr
im Restaurant Syrtaki im Bootshaus

Um den Abend nett zu gestalten wird um Bild-, Wort- oder einen anderen Beitrag gebeten. Wer also was Unterhaltsames vortragen möchte, sei ganz herzlich eingeladen, sein Talent zu präsentieren.

Anmeldungen bitte in den Neptun-Briefkasten oder an info@rvneptun.de
Timm Ahlhelm

Feuerzangenbowle

Pilotprojekt einer gemeinsamen Adventsveranstaltung für Neptunerinnen und Neptuner.

Am Mittwoch den 17. Dezember wird's ab 19:00 Uhr im Clubraum noch gemütlicher als an jedem anderen Winter-Mittwoch.

Es gibt Feuerzangenbowle !

Auf den obligatorischen Film verzichten wir zugunsten eines Gulaschtopfes.

Das Mitbringen von saisonalem Gebäck wird sehr begrüsst !!!

Nikola-Tag

Am Samstag, dem 6. Dezember
ist Nikola-Tag!

„Oh du Fröhliche!“

Ein Abend für Neptunerinnen
– ab 18 Uhr im Clubraum.

Weil's so lecker war gibt's wieder Raclette ! Was müsst Ihr mitbringen ?

- Alles was man so für Raclette brauchen kann. Oder ein Dessert!
Den Beitrag zum Mahl bitte bei der Anmeldung angeben.
Für Unschlüssige und Flexible: mit der Anmeldung fragen, was noch fehlt !
- Ein Päckchen zum Schrottwichteln.
Verpackt etwas, was ihr schon lange loswerden wolltet ...
- Wermagund hat: Ein Lieblingsgedicht oder eine Geschichte zum Vorlesen.

Wer ein Raclette-Gerät hat, melde sich bitte bei Märy:

Tel. 45860 · mary.schaefer@gmx.net

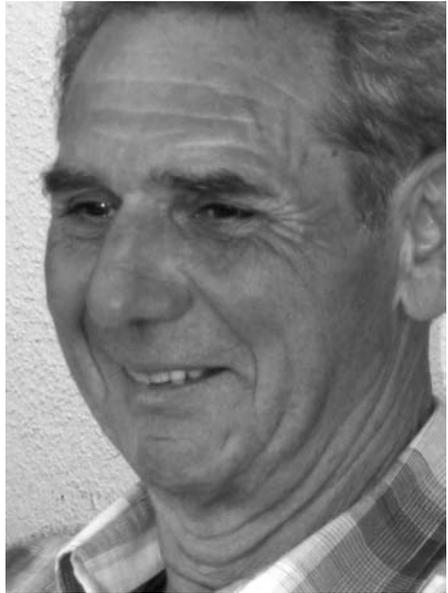
Anmeldungen bitte bis 30. November in den Neptun-Briefkasten oder an info@rvneptun.de

Gerhard Meßmer zum Gedenken

Ein liebenswürdiger Ruderkamerad hat uns Wanderruderer allzu früh verlassen. Knapp zehn Jahre lang hat Gerhard Meßmer in unserer Wanderrudergruppe mitgerudert, Sommer wie Winter, bei Wind und Wetter, auf heimischen Gewässern und auf großen Fahrten. Auf diesen großen Fahrten lernt man Menschen und ihre Werte kennen, lernt man ihre Zuverlässigkeit, ihren Teamgeist und ihre Kameradschaft schätzen. Gerhard Meßmer war ein ruhender Pol in unserer Gruppe, stets freundlich, hilfsbereit, zuverlässig, sportlich. Einfach so, wie man sich einen guten Ruderkameraden im Idealfall vorstellt.

Eine heimtückische Krankheit hat ihn aus unserer Mitte gerissen. Auch in der Krankheit hat er sich noch Kraft und Hoffnung in unserer Runde rudern, steuernd und in Gesprächen geholt. Alle, die ihn kannten wussten was ihm der Rudersport bedeutete und wir wussten zu schätzen, was wir an ihm hatten. Er wird deshalb einen besonderen Platz in unserer Erinnerung behalten.

:Helmut Hengstler



Wir gratulieren zur Geburt

- 28.06. Tessa und Kay Orgassa zum Sohn Frederik
- 04.08. Petra Hezel und Carsten Hinrichsen zum Sohn Mads Niclas
- 09.09 Claudia und Arnd Manegold zur Tochter Selma

2. Äquatorpreis für Birgit Fuchs

Liebe Ruderkameradinnen,
liebe Ruderkameraden,

beim diesjährigen 43. Wanderrudertreffen in Berlin vom 12.-14. Sept. 2008 erhielt ich, zusammen mit drei weiteren Ruderern, eine Urkunde für meinen 2. Äquatorpreis. Die Bedingungen dafür habe ich im Jahr 2007 mit 82.443 km erfüllt. Der 1. Äquatorpreis wurde mir beim Wanderrudertreffen 1996 in Pirnau überreicht.

Das Treffen konnte ich mit 2 Wanderfahrten verbinden. Mit einer Crew aus Braunschweig, Neuruppin, Köln, Hattingen und Hannover ruderte ich in einem Vierer mit Stm. in 5 Tagen von Braunschweig nach Berlin-Köpenick über verschiedene Kanäle (265 km). Die Rückfahrt nach Braunschweig dauerte 8 Tage. Wir ruderten von Berlin über die Havel und Elbe bis Lauenburg und von dort über 2 Kanäle nach Braunschweig (445 km).

Mit Ausnahme von 150 km auf der Elbe, die wegen Niedrigwasser allerdings nur eine geringe Strömung hatte, wurde auf stehendem Gewässer gerudert. Wir hatten großes Glück mit dem Wetter, kaum Wind, so daß das Braunschweiger Boot samt Mannschaft wieder wohlbehalten im Heimathafen ankam.

Mit rudersportlichen Grüßen
Birgit Fuchs



Jetzt neu Power auf dem See
Aussenborder bis 100 PS

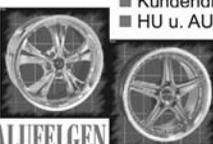
Es ist nur ein Gutschein
Ölwechsel € 10,-
Gutschein pro Ölwechsel einlösbar

EDEN 18 EVO
5,30 m Länge / 2,30 m Breite
Steuerstand seitlich
inkl. Yamaha 100 PS € 20 500,- ab

Radolfzeller Strasse 21 • 78467 Konstanz
Tel. 07531/73795 • Mobil 0171/6595678

- Kundendienst
- HU u. AU Abnahme
- Reifen und Felgen
- Sofortölwechsel

Neu
ALUFELGEN



SONDERPREIS Reifen Angebot SONDERPREIS

MARVELLO
www.steiner-kg.de

Die Neptun-Wanderruderer – eine starke Truppe

Die Wanderruderer sind ein wichtiger Leistungsträger in unserem Verein. Sie rudern das ganze Jahr, regelmäßig, vom 1. Januar bis zum 31. Dezember. Bei Wind und Wetter, Schnee und Eis. Sie rudern auf Bodensee und Rhein, rudern aber auch immer wieder auf auswärtigen Gewässern um Land und Leute, Kultur und Landschaft in anderen Ruderrevieren kennen zu lernen. Sie pflegen untereinander Kameradschaft und unterhalten auch gute Kontakte zu auswärtigen Ruderern und Rudervereinen.

Das Jahr beginnt mit dem Neujahrsumrudern und ab da wird bis zum Sylvesterrudern kontinuierlich gerudert, Woche für Woche, Monat für Monat. An Fasnacht gibt es eine kostümierte Ausfahrt mit anschließendem lustigem Fasnachtshock, es gibt Mondscheinfahrten und Sonnenaufgangsfahrten. In diesem Jahr ruderten wir mit unseren Ruderfreunden

aus Fontainebleau auf der Seine und verbanden diese Aktion mit einem Besuch des Django-Reinhardt-Jazz-Festivals in Samois sur Seine. Wanderfahrten führten uns rund um die Reichenau, in den Zellersee und andere Ziele auf Bodensee und Rhein. Unsere große Wanderfahrt hatte in diesem Jahr die Mecklenburgische Seenplatte zum Ziel. Eine paradiesisch schöne Landschaft mit viel unberührter Natur, ein Eldorado für Wassersportler mit einem großen Erholungswert. Wir hatten interessante Begegnungen und erfreuten uns an der üppigen mecklenburgischen Küche und den guten regionalen Bieren. Überhaupt, die Wanderruderer schätzen gutes Essen und Trinken sehr. Ihre Picknicks an schönen Uferstellen bestechen durch Vielfalt und Qualität. – Landausflüge führten uns zum historischen Schloss Rheinsberg in dem Friedrich der Große nach eigenem Bekunden als Kronprinz die schönste Zeit seines Lebens





verbracht hat und nach Neustrelitz der alten Residenzstadt der Herzöge von Mecklenburg.

Auch der Winter am See hat seine besonderen Reize. Beeindruckende Wolkenstimmungen, viele überwinternde Wasservögel, glattes Wasser ohne Motorboote, manchmal

Raureif an den Ufern, all das lässt das winterliche Samstagmorgenrudern mit einem kleinen anschließenden Teehock im Clubraum mit Gebäck und interessanten Gesprächen zu einem Erlebnis werden.

Die Teilnahme an unsere Aktivitäten ist immer offen für Interessenten. Unsere Gruppe setzt sich aus eine interessanten Mischung von Frauen und Männern aus verschiedenen Altersgruppen zusammen. Rudertermine im Winter: Freitag, 14.45 Uhr, Samstag 8.45 Uhr, im Sommer dienstags und donnerstags jeweils 16.45 Uhr und samstags 8.45 Uhr.

Kontakt über Helmut Hengstler,
Tel.: 76031 privat oder 88 3605 Büro
helmut.hengstler@uni-konstanz.de



Weitere Fotos befinden sich auf
www.rvneptun.de → Galerie/Wanderrudern.

Deutsche Jahrgangsmesterschaften

Drei Dritte Plätze in Köln 2008

Mit drei Teilnehmern war Neptuns Rennmannschaft bei den Deutschen Jahrgangsmesterschaften in Köln vertreten. Mit drei mal Platz drei konnte dieses größte Ruderevent im deutschen Regattakalender sehr erfolgreich abgeschlossen werden. Marc Rebold errang mit seinem Renngemeinschaftspartner Andreas Kuffner aus Vilshofen die Bronze-Medaille im U23-Männer-Doppelzweier. Jonas Wagner startete in der gleichen Altersklasse mit Philip Birner aus Rheinfelden im Leichtgewichts-Doppelzweier und erkämpfte ebenfalls die Bronze-Medaille. Die Mannschaft verfehlte den Silberrang mit nur drei Zehntelsekunden Rückstand. Wagner fuhr außerdem in Renngemeinschaft mit Witten, Hamburg und Lübeck im Leichtgewichts-Doppelvierer und erzielte auch hier den dritten Platz.

Viele Entscheidungen im Bereich der B-Senioren, der unter 23-Jährigen, sind bereits im Laufe der Saison gefallen. Bei den Kleinbootmesterschaften in Brandenburg, den internationalen Regatten in Duisburg und Ratzeburg wurden die Einer-Ranglisten ausgefahren und bereits die besten Doppelzweier ermittelt. So standen die Sieger in den Skull-Bootklassen eigentlich schon mit der Anreise nach Köln fest. Doch auch eine Silber- und Bronzemedaille muss noch hart erarbeitet werden. Im Rennen des Männer-Doppelzweiers startete Marc Rebold mit dem Vilshofner Andreas Kuffner. Sie mussten im Vorlauf bereits gegen die späteren Meister fahren: Die Dresdner Grohmann/Schulze gewannen den Vorlauf auch souverän und Rebold/Kuffner mussten die Finalteilnahme über den

Hoffnungslauf sicherstellen. Im Finale kam es dann zu einem packenden Rennen um Platz 3. Die Vizemeisterschaft erruderten das Duo Rocher/Peter aus Magdeburg und Kurhessen-Cassel, die bereits über die Saison dem führenden Boot dicht auf den Fersen waren. Nach den Ranglisten und Vorleistungen war nun das Stuttgart/Siegburger Boot mit Tobias Reiner und Heiner Schwartz für den 3. Platz favorisiert. Kuffner/Rebold fuhren das 2000-Meter-Rennen mit einer Fluchttaktik, waren an der 500-Meter-Marke noch auf gleicher Höhe mit dem späteren Meister und hatten zwei Bootslängen Vorsprung vor Reiner/Schwartz. Diese machten auf der zweiten Streckenhälfte jedoch Meter für Meter gut. Auf der Ziellinie reichte es jedoch nicht – Kuffner/Rebold konnten den 3. Platz verteidigen und freuten sich mit Trainer Ralf Kockel über die Bronze-





Medaille. Für Marc Rebholz, der sich erst in seinem ersten Senioren-Jahr befindet, ist dies sicherlich eine ganz besondere Leistung!

Jonas Wagner fuhr zusammen mit Philip Birkner vom RC Rheinfeldern ebenfalls im Doppelzweier – allerdings bei den Leichtgewichten. Die Leichtgewichte haben ein Mannschaftsdurchschnittsgewicht von 70 kg, was diese Rennen aufgrund der gleichen körperlichen Voraussetzungen besonders interessant und spannend macht. In dieser Bootsklasse wurde im Vorfeld sehr stark selektiert, so dass zu den Meisterschaften nur noch vier Boote gemeldet wurden. Die Favoriten Lichtschlag/Wichert aus Berlin und Hamburg siegten ungefährdet. Die Renngemeinschaft aus Witten und Essen mit Rolf/Wisgott folgten dem führenden Boot dicht und hatten über die Strecke zwei Längen Vorsprung vor dem Konstanz/Rheinfeldener Boot. Dann kam jedoch der starke Endspurt des Jonas Wagner. Diesmal reichte es jedoch nicht. Mit 3 Zehntelsekunden verpasste das Boot die Vizemeisterschaft und freute sich danach über die Bronzemedaille.

Jonas Wagner startete noch im Doppelvierer der Leichtgewichte.

Hier waren vom DRV drei Boote nach den Ranglistenergebnissen zusammengestellt worden. Wagner saß mit Mirco Rolf (Witten), Holger Schlünzen (Hamburg) und Arne Kirschstein (Lübeck) im dritten Boot, das am Ende auch Platz drei belegte.

Die B-Juniorin Saskia Nitzschke startete bei den Jugendmeisterschaften im Juniorinnen-A-Einer, um für zukünftige Wettbewerbe Erfahrungen zu sammeln. Hier ging es für sie zum ersten Mal über die 2000-Meter-Strecke. Sie schloss die Meisterschaften mit einem 4. Platz im B-Finale ab.

Für die Neptun-Rennmannschaft lief diese Saison etwas auf Sparflamme, da die Leistungsträger stark durch Schule und Studium beansprucht wurden. Jonas Wagner und Marc Rebholz haben parallel zu den Meisterschaftsvorbereitungen ihr Abitur gemeistert. Beim weiblichen Teil der Mannschaft kam es zu großen Ausfällen durch Krankheit. Hier kann in der nächsten Rudersaison der Erfolg vielleicht wieder auf eine breitere Basis gestellt werden. Der Blick geht wie beim Fußball nach vorn: Nach den Meisterschaften ist vor den Meisterschaften.

Termine 2008/09

Vereinsveranstaltungen · Regatten

Sonntag	30.11.08		Zentrale Langstrecke in Dortmund
Freitag	05.12.08	19:30	Herrenabend
Samstag	06.12.08	18:00	Nikola-Tag
Montag	08.12.08	20:00	Förderverein Rennrudern: Jahreshauptversammlung
Mittwoch	17.12.08	19:00	Feuerzangenbowle
Donnerstag	01.01.09	10:00	Neujahrs-Empfang im Clubraum
Samstag	17.01.09		Ergo-Cup in Stuttgart
Mittwoch	04.02.09	19:30	Jahreshauptversammlung
Sonntag	15.03.09		Langstreckenregatta Breisach
Samstag	28.03.09	10:00	Putzfete
Sonntag	29.03.09	11:00	Anrudern und Bootstaufe
Samstag	04.04.09		Zentrale Langstreckenregatta Leipzig
	24.-26.04.09		Deutsche Kleinbootmeisterschaften Brandenburg
Sonntag	25.10.09	10:00	Abrudern

Änderungen vorbehalten.

Aktuelle Informationen unter www.rvneptun.de



Regelmäßige Sporttermine · Winter 2008/09

<u>Tag</u>	<u>Uhrzeit</u>	<u>Training</u>	<u>Ansprechperson</u>
montags	15:45	Jugendrudern	Björn Eismann-Hülser
dienstags	17:30	Hallen-Training	Ralf Kockel
mittwochs	18:00	Laufen	Hannes Kumm
freitags	14:45	Wanderrudern	Helmut Hengstler
	15:00	Fitnessrudern	Claudia Bart
	16:00	Jugendrudern	Daniel Schropp
samstags	08:45	Wanderrudern	Helmut Hengstler
sonntags	10:00	Fitnessrudern	Hannes Kumm

Trainingszeiten der Rennrunderer nach Absprache

Ralf Kockel

<u>Ansprechperson</u>	<u>Telefon</u>
Helmut Hengstler	7 60 31
Hannes Kumm	2 64 29
Björn Eismann-Hülser	0176 20458516
Daniel Schropp	0175 8433489
Claudia Bart	5 04 29
Ralf Kockel	918 92 99





Liegeplätze
zu verkaufen.

Sitzplätze auch.

wohnform K.H. Schmidt GmbH
Zollernstr.29 78462 Konstanz
T. 07531 13 70 0 F. 07531 13 70 70
info@wohnform-konstanz.de
www.wohnform-konstanz.de

Öffnungszeiten:
Di bis Fr 9.30 - 18.30 Uhr
Sa 10.00 - 18.00 Uhr
und nach Vereinbarung

wohnform
EINRICHTEN. SEIT 1880

Jonas Wagner gewinnt Ruderer-Triathlon

Strahlender Sonnenschein und beste Wasserbedingungen fanden die Ruderer des Ruderverein Neptun Konstanz am 19. Oktober 2008 beim 1. Waldshuter Ruderer-Triathlon vor. Bevor die Ruderer aufs Wasser durften, mussten sie eine Laufstrecke von 10 Kilometer Länge absolvieren. Der »Massenstart« war aufgrund der recht übersichtlichen Teilnehmerzahl eine geordnete Sache. Bereits beim Wechsel auf das Fahrrad zeichnete sich die spätere Rangfolge ab. Jonas Wagner übernahm die Führung und hatte dabei aber leichte Schwierigkeiten, den rechten Weg zu finden. Diesem Prinzip, den Triathlon bis zum letzten Meter auszukosten, blieb er bis zum Schluss treu – auch beim Rudern fand er die weitest mögliche Strecke...

Dem Laufen folgte eine recht anspruchsvolle Fahrradstrecke von 20 Kilometern. Rennräder waren hier verboten. Die Teilnehmer bewältigten die Strecke mit teils heftigen Anstiegen und durch das Herbstlaub gefährlich glatten Abfahrten mit Trecking- bzw. Mountainbikes. Hier musste die Neptun-

Mannschaft, die mit sieben Teilnehmern angetreten war, den ersten Verlust hinnehmen. Kurt Prosen rutschte bei einer Abfahrt und machte einen Salto über das Lenkrad. Er konnte weiterfahren, stieg sogar noch ins Boot, musste dann aber doch abbrechen und ließ seine Wunden versorgen.

Als dritte Disziplin wurde dann über eine Distanz von 14 Kilometern gerudert; diese Strecke enthielt zwei Wenden und endete am Bootshaus des Wassersportvereins Waldshut. Vor allem das Mittelstück der Strecke – 7 km stromaufwärts zehrte an den Kräften der Teilnehmer, die aber alle das Ziel erreichten.

Bester Teilnehmer und damit natürlich auch Sieger in seiner Altersklasse war der 20jährige Konstanzer Jonas Wagner, der nach 2 Stunden und 27 Minuten im Ziel ankam. Bester B-Junior war der 16-jährige Daniel Weiß (2:47:50). Sebastian Ahlhelm (2:41:46) wurde Bester in der Klasse der „Masters A“, der über 27jährigen. Erfolgreich konnten außerdem noch Helmut Sorgius (2:44:27), Ruben Koch (3:05:20) und Yannik Ganz (3:17:37) den Wettbewerb beenden.



HERRENAUSSTATTER
ZWICKER
KONSTANZ SEIT 1797

Marktstätte 14-16 · Konstanz · Tel. 075 31/2 34 44

10. Eulen Cross-Duathlon in Tarp

Am 25. Oktober 2008 fand in Tarp der 10. Eulen Cross-Duathlon statt, bei dem auch die Trainingsgruppe von Bundestrainer Marcus Schwarzrock aus Hamburg und Ratzeburg mit Ingo Voigt an den Start ging.

Zu Anfang stellen sich sicher zwei Fragen: Erstens: Wo ist Tarp?

Dieser kleine Ort liegt in Schleswig Holstein, ziemlich weit im Norden, mit dem Auto von Hamburg aus ca. 1,5 Stunden entfernt, ungefähr 30 km südlich von Flensburg im Treene-Tal.

Zweitens: Was ist ein Cross-duathlon?

Ein Crossduathlon ist ein Wettkampf, bestehend aus den Disziplinen Laufen und Radfahren. Da das ganze „Cross“ ist, handelt es sich hier um Geländelauf und Mountainbike- bzw. Crossradfahren.

Zuerst wird gelaufen, dann Rad- gefahren, zum Abschluss noch einmal gelaufen. Die Distanz in Tarp beträgt 4 km Laufen, 15 km Radfahren und wieder 4 km Laufen.

Da unser Trainer Marcus auch einmal im Jahr einen Wettkampf bestreiten will und sich zum Ziel setzt, einen seiner Sportler dabei zu schlagen, stand der Duathlon als Abschluss des ersten Trainingsblocks der neuen Saison auf dem Plan. Durch die Meldung unserer 8 Mann umfassenden Trainingsgruppe (alles Kaderathleten des DRV) wurde die vorläufige Teilnehmerzahl beinahe verdoppelt. Doch es meldeten noch einige Leute nach, so dass am Samstag bei besten Bedingungen 32 Starter auf die Strecke gingen.

Es mussten zunächst zwei Runden à 2 km gelaufen werden. Die Strecke ging dabei

allerdings mehr über Asphalt als durch den Wald. Es wurde sehr schnell losgelaufen, so dass sich gleich eine kleine Spitzengruppe von fünf Leuten herausbildete. Mein Trainingskamerad Lars Wichert war an zweiter Stelle, ich selber an Fünfter. Gegen Ende des Laufens konnte Lars den bis dahin Führenden am letzten Anstieg überholen, ebenso gelang es mir, die beiden Triathleten vor mir zu überholen.

Ich ging also als Dritter in die Wechselzone hinein, kam als Zweiter wieder raus, weil ich keine Schuhe wechseln musste wie die Triathleten, welche mit Klick-Schuhen Rad fuhren. Dieser kleine Vorteil stellte sich allerdings bald als Nachteil heraus, da man mit Klick-Pedalen einfach auf der Rad-Strecke schneller war. Die Strecke war zwar hügelig, aber auch nicht so anspruchsvoll, als dass man hätte vom Rad springen und schieben müssen, was wiederum Vorteil für normale Schuhe gebracht hätte.

Es mussten drei Runden à 5 km durch Wald und Wiese mit sehr viel nassem Laub bewältigt werden. Eine weitere Gefahrenquelle waren die Brücken über den Fluss Treene, welche nicht grade breit waren und sich am Ende der schnellsten Passagen befanden.

Ich kam auf dem Rad nicht so gut zurecht, wurde sehr schnell überholt und lag wieder an fünfter Stelle. Ende der zweiten Runde sah ich Lars vor mir sein Rad schieben. Er hatte einen Nagel überfahren und musste aufgeben. Auch er war von den Triathleten überholt worden, konnte aber im Gegensatz zu mir einigermaßen mit ihnen mithalten. Es wäre sicher ein spannendes Laufduell geworden.

So ging ich als Vierter auf die abschließenden beiden Laufunden, sah aber weder vor mir noch hinter mir jemanden, dem ich oder der mir gefährlich werden konnte.

Es blieb beim vierten Gesamtplatz für mich, in meiner Altersklasse wurde ich dritter.

Insgesamt war es eine gelungene Veranstaltung, bei der wir alle viel Spaß hatten und auch mit unseren Platzierungen unter den ersten 13 ein gutes Gesamtergebnis erzielen konnten. Allerdings hat Marcus sein Ziel nicht erreicht und keinen von uns geschlagen. Was auch damit zusammenhängt, dass derjenige, bei dem er die größte Chance dazu sah, mit Erkältung zuhause geblieben war.

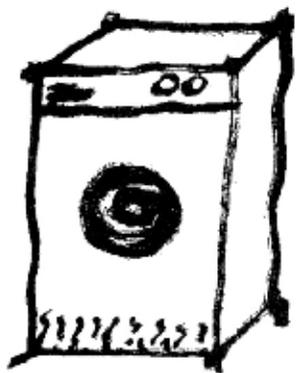
Nun steht wieder das Wassertraining im Vordergrund, da Ende November die Langstreckenüberprüfung in Dortmund ansteht.

:Ingo Voigt



Waschsalon & mehr

waschen - trocknen - bügeln - mangeln



- Selbstbedienung oder Vollservice
- Bring- und Abholservice
- Reinigungsannahme

Montag - Freitag 10 - 19 Uhr
Samstag 10 - 16 Uhr

Münz-Waschsalon
Hoffhalde 3 · Konstanz
Telefon 0 75 31/160 27

Mitgliedschaften

März bis November 2008

Eintritte

Amara, Jasemine
Antes, Dirk
Bächle, Julian
Back , Andrea
Bayer, Kora
Beining, Leonie
Biebel , Martin
Bock , Alexander
Braig, Heribert
Brüggen, Susanne
Dietrich, Nicolas
Engelhard , Lena
Fabisch, Vanessa
Fritz, David
Georgi, Colette
Gillet, David
Häse, Christine
Heisel, Annalena
Holzschuh, Robert
Hotz, Constance
Jakschik , Mareike
Junker, Martina
Kleiber, Roman
Klöhn, Kerstin
Ley, Andreas
Ley, Marc
Lüttin, Marc
Machler, Livia
Mehrfeld, Laura
Meissinger de Biebel, Marina
Miller, Ricarda
Nölle, Heike
Nolte, Mark
Preiss, Philipp
Querengässer, Jan
Raddatz, Pascal

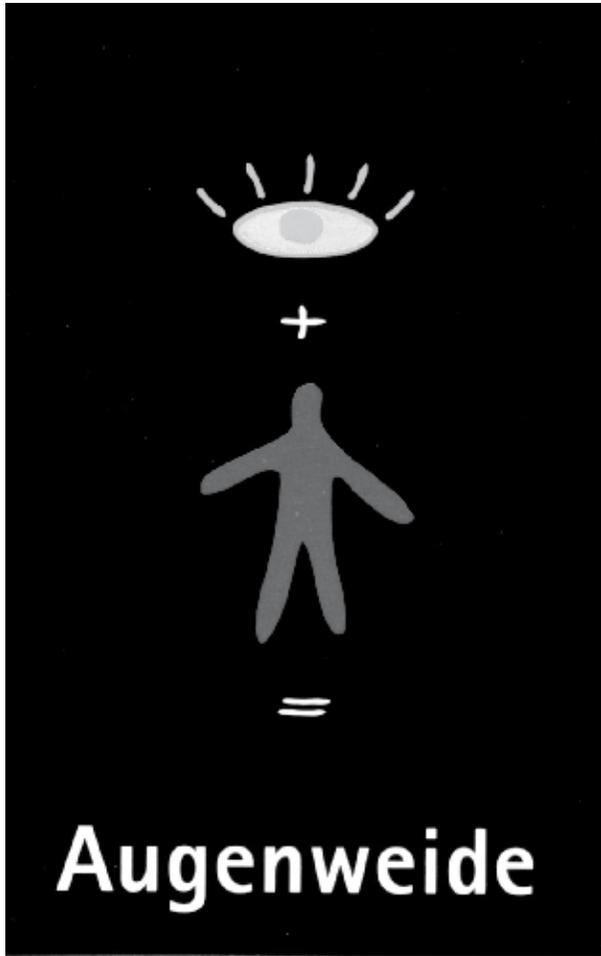
Reinke, Anja
Reuther, Oliver
Rustenmeier, Doris
Scharley, Paulina
Schiepe, Sabine
Schlemper, Siglinde
Schmidt, Caroline
Schnitzer, Elisabeth
Schuldt, Eva-Marija
Semmler, Angelika
Sprondel, Susann
Vollmer, Dominik
Wedel, Elisabeth
Weinacht, Regina

Austritte

Adenauer, Hannah
Aichinger, Hannah
Aigner, Arman
Albrecht, Herbert
Amthor, Michael
Beining, Leonie
Brey, Björn
Dodel, Gero
Gantert, Silvia
Gebauer, Ursula
Häcker, Michael
Heilmann, Karin
Heizmann, Tina
Hoff, Herbert
Holzer, Klaus
Jakschik, Mareike
Kersting, Maria
Kramer, Jan-Henrik
Manegold, Arnd
Miller, Ernst
Orgassa, Kay
Orgassa, Tessa
Rentl, Michaela
Schermutzki, Jan Felix
Schumann, Alexandra
Schümmelfelder, Simone
Sjöberg-Holtkamp, Daniela
Vollert, Kai
Walker, Katrin
Widmann, Bernhard
Wirth, Roland
Würtz , Jutta

Verstorben

Meßmer, Gerhard



Obermarkt 14 · 78462 Konstanz

Telefon 07531 / 26222

Fax 07531 / 189568

Das letzte Heft

Aktuelles über die Homepage · »Amtliches« über den Mitgliederbrief

Seit einigen Jahren betreue ich nun schon das »Neptun-Info«. Die Lust der Neptun-Mitglieder, sich in diesem Heft mitzuteilen, hält sich doch stark in Grenzen. Seitdem der Ruderverein eine umfangreiche und vor allem häufig aktualisierte Homepage betreibt, ist das gedruckte Neptun-Info zu einem archaisch anmutenden Medium verkommen. Berichte über Vereinsereignisse und Regatten erscheinen zeitnah im Südkurier und auf www.neptun.de – die Homepage zählt im Schnitt über 100 Besucher am Tag!

Längst ist es nicht mehr nur den »jungen Leuten« vorbehalten, sich über das Internet zu informieren; die Akzeptanz ist in den letzten Jahren bei den älteren Jahrgängen stark angestiegen.

Die »Neptun-Infos« wiederholen Artikel, die auf unserer Homepage längst veröffentlicht sind und mit dem Erscheinen des Drucks schon Patina angesetzt haben.

Der elektronische Newsletter, derzeit von einem Drittel der Vereinsmitglieder abonniert, weist jeweils hoch-aktuell auf kommende Ereignisse hin.

Die Homepage verfügt darüberhinaus über einen sogenannten RSS-Newsfeed und kann sich damit das Erscheinen eines neuen Artikels auf der Homepage anzeigen lassen.

Der Neptun-Vorstand hat nun beschlossen, die Informationspolitik umzustellen. Aktuelles, Berichte aus allen Bereichen des Vereins, Termine, Fotos gibt es künftig nur noch über die Homepage.

Das »Amtliche« wird ein Mal pro Jahr in Form eines Mitgliederbriefes an die Mitglieder übermittelt. Der Mitgliederbrief wird ab Dezember 2009 als Einladung zur Jahreshauptversammlung verschickt; alle nötigen Informationen für die jeweilige JHV werden darin enthalten sein. Außerdem wird der Mitgliederbrief alle Vereinsbei- und -austritte dokumentieren.

Mit dieser Maßnahme wird viel Zeit und auch Geld gespart. Wir werden unseren Anzeigenkunden Werbebanner auf unserer Homepage anbieten.

Die Mitarbeit der Mitglieder an der Homepage ist übrigens nach wie vor erwünscht. Wenn man sich im Homepage-Bereich »Verein« anmeldet, kann man jederzeit Artikel zur Veröffentlichung einsenden. Das kann man natürlich wie gewohnt auch per eMail an info@rvneptun.de tun.



Architektur
 Design Hörbuch
 Belletristik Reisen
 Kinderbuch
 Kunst
 Jura
 Rudern

konstanzer
bücherschiff 

Konstanz | Paradies Strasse 3 | Fon 26 00 7 | www.buecherschiff.de

**HOTEL
 BUCHNER
 HOF**

SAUNA / SOLARIUM
 PARKPLATZ und GARAGEN
 78464 Konstanz, Buchnerstraße 6

Das gepflegte Haus
 unweit von See und City

Telefon 0 75 31 / 81 02-0
 Fax 0 75 31 / 81 02-40

**Griechisches Restaurant
 SYRTAKI (Neptun)**

**Wir verwöhnen Sie mit
 griechischen und heimischen
 Spezialitäten.**

*Auf Ihren Besuch freut sich
 Ihr Themis.*

Täglich geöffnet von 11.30 – 1.00 Uhr.
 Spanierstraße 1, 78467 Konstanz, Telefon 0 75 31/2 70 05





Arbeitsstunden 2008

Laut Satzung ist jedes aktive Mitglied (ab dem 18. bis zum 70. Lebensjahr), welches im Geschäftsjahr gerudert ist oder den Krafraum benutzt hat, verpflichtet, 10 Arbeitstunden zu leisten. Bei Nichterfüllung werden diese nicht geleisteten Arbeitsstunden mit je € 10,- in Rechnung gestellt. Ist in der Geschäftsstelle zum Abrechnungstermin (31. März 2009) kein Arbeitsstundenzettel vorhanden, so werden die Arbeitsstunden berechnet.

Wichtig: Um die Abrechnung der Arbeitsstunden zu erleichtern, muss jeder einen Arbeitsstundenzettel abgeben. Dies gilt auch, wenn die Arbeit woanders verzeichnet ist (z.B. Clubraum-Dienst) oder ein Vorstandsmitglied beim Einsatz anwesend war.

Name: _____

Datum	Std.	Tätigkeit	Unterschrift d. Verantwortlichen

Der Vorstand

Adressen und Telefonnummern

1. Vorsitzender · Dr. Timm Ahlhelm

Torkelbergstr.18b · 78465 Konstanz
FonPrivat (07531) 43685
FaxPrivat (07531) 943375
timm.ahlhelm@t-online.de

Organisation · Stellvertr. Vorsitzende

Stephanie Peters

Brüelstr. 20 · 78462 Konstanz
FonPrivat (07531) 34602
organisation@rvneptun.de

Finanzen · Gudrun Kimmich

Hochstraße 3 · 78476 Allensbach
FonPrivat (07533) 949004
Mobil 0162-8562778
finanzen@rvneptun.de

Sport · Dorothea Sick

Glärnischstr. 15 · 78464 Konstanz
FonPrivat (07531) 804 92 64
dorothea.sick@gmx.de

Verwaltung · Stefan Wauer

Hans-Sauerbruch-Str. 3
78467 Konstanz
FonPrivat (07531) 928569
stefan.wauer@gmx.de

Geschäftsstelle · Björn Hülser

Werner-Sombart-Str. 30
78464 Konstanz
FonPrivat (07531) 61389
BjoernEH@web.de

Trainer / Referat Rennsport · Ralf Kockel

Tulengasse 9 · 78462 Konstanz
FonPrivat (07531) 9189299
Mobil 0172-7426929
ralf@kockel.eu

Hausverwaltung · Hannes Mayer

Brucknerstr. 10 · 78464 Konstanz
FonPrivat (07531) 22133
FaxPrivat (07531) 22133
MobilFon 0171-3816104
mayer@wobak.de

Referat Wanderrudern · Helmut Hengstler

Riedstr. 13 · 78467 Konstanz
FonPrivat (07531) 76031
FonBüro (07531) 883605
FaxBüro (07531) 883727
helmut.hengstler@uni-konstanz.de

Jugendvorstand

Björn Hülser

Werner-Sombart-Str. 30
78464 Konstanz
FonPrivat (07531) 61389
BjoernEH@web.de

Daniel Schropp

Rosenlächerweg 2 · 78462 Konstanz
Mobil 0175/8433489
daniel.schropp@bossmail.de

› In unserem Geschäft finden Sie eine große Auswahl von SKAGEN Damen- und Herrenarmbanduhren!

SKAGEN
DENMARK

P. Rath

Schmuckatelier | Goldschmiedemeister



Wessenbergstraße 26 · 78462 Konstanz
Tel +49(0)7531.17717 · www.peterrath.de





Ruppaner

Konstanzer Brautradition

