



A-2100 KORNEUBURG
DONAUSTRASSE 70
TELEFON (02262) 62316
www.ruderverein-alemannia.at



Nr. 4, September 2009

INFORMATIONSBLATT FÜR MITGLIEDER UND FREUNDE DES KORNEUBURGER RUDERVEREINES ALEMANNIA

18. Korneuburger Stadtlauf 11.10.09

Sepp Hamberger

Um 9 Uhr früh, am Sonntag, dem 11. Oktober, ist es wieder soweit: mit dem 15. Schul-Cup, der im Rahmen des Stadtlaufes ausgetragen wird, beginnt diese traditionelle Korneuburger Sportveranstaltung, zu der auch heuer wieder hunderte begeisterte Läufer und Läuferinnen – von den Vorschulkindern bis hin zur Altersklasse 60+ - erwartet werden.

Der Schul-Cup wird in 4 Klassen, jeweils Volksschule m/w und Hauptschule/AHS 1.-4. Kl. m/w, als Staffellauf für 4 Läufer und Läuferinnen mit je einer Runde um das Rathaus (430 m) ausgetragen. Bei der anschließenden Eröffnungsstaffel, auch mit 4 Startern zu je einer Runde, gibt es Männer, Frauen und gemischte Staffeln, vom Roten Kreuz über Feuerwehr, Firmen, Parteien und Stammtischen – alles was in Korneuburg auf sich hält, nimmt daran teil.

Während der Kinderlauf (800m), die Schüler und Schülerinnen (1,3 km), Junioren und Juniorinnen sowie Hobbylauf (beide 3,5 km) zum traditionellen Programm gehören, wird der Nordic Walking Bewerb, ebenfalls über 3,5 km heuer zum 2. Mal ausgetragen. Wir hoffen, dass nach der sehr positiven Akzeptanz dieses Bewerbes im Vorjahr heuer noch mehr Walker ihre Stecken in die Hände nehmen und um 10.25 gemeinsam mit Hobby- und Juniorenlauf starten. Den Höhepunkt und Abschluss bildet der Hauptlauf über 10 km, der um 11.15 Uhr gestartet wird.

Alle weiteren Details und Ausschreibungen sowie Anmeldeformulare sind auf unserer Homepage www.ruderverein-alemannia.at zu finden.



Dieser Event kann einerseits nur mit der Unterstützung sowohl der Stadtgemeinde als auch der Sparkasse Korneuburg AG durchgeführt werden – herzlichen Dank! Genauso wichtig ist aber andererseits auch die Mitarbeit durch eine Vielzahl von Mitgliedern der Alemannia, sei es in der Vorbereitung oder bei der Durchführung selbst. Das OK mit Erwin Fuchs an der Spitze freut sich über jede Mithilfe – sei es beim Streckenaufbau, verantwortlich Wolfgang Schmahl, oder bei den Streckenposten (insgesamt werden 19 Posten gebraucht), verantwortlich Rupert Kerschbaum, der Zeitnehmung, verantwortlich Peter Fleischmann, Pokale und Preise, verantwortlich Renate Rosenegger, um nur die wichtigsten Bereiche zu nennen. Wer noch mithelfen will, bitte sich bei den Verantwortlichen melden.

Die Partner des Korneuburger Rudervereines Alemannia

* Sparkasse Korneuburg AG * Gasthaus "Zur Linde" Fam. Hammer * Fahrschule Ing. Obermaier * Café Move *
* Raiffeisenlandesbank NÖ-W * Restaurant "Zum Alten Zollhaus" - Inh. Barenth *

Von Bezina - über Apatin und Novi Sad nach Belgrad

8. bis 15. 8. 2009

17 Österreicher empfing der allseits bekannte Simeon - der uns in der Folge durch Serbien geleitete - in Bezina im Fischrestaurant direkt an der Donau. Der Wirt persönlich begrüßte uns mit einer netten Ansprache, immerhin hatte er 18 hungrige Mäuler zu stopfen und der Durst war auch schon enorm. Schopkasalat, Fischpaprika, Pleskawitsa, Grillfisch und nicht zuletzt Pelinkovac füllten den großen Tisch (und die Mägen) und waren der Auftakt für eine Woche Schlemmerei vom Feinsten.

Selbstverständlich wurde in der Folge fleißig gerudert. Der sportliche Aspekt stand Dank Ruperts Motivation immer im Vordergrund. Trotzdem werde ich einen Ausspruch immer mit Serbien verbinden: „Dort müssen wir alle Bier trinken“, das befahl Simeon, wo auch immer wir anlandeten, als Dank dafür, dass wir dort - eine kleine Kantine war immer da - unser chaotisches Lager aufschlagen durften. Nach seinen erfolgreichen, laaangen Verhandlungen, beobachteten uns die hiesigen Serben mit großen Augen, wie Bertl und ich Heurigentische, Töpfe, Gasgriller und Grillplatte, Geschirr, Kübeln, Schaffeln, eine große Menge an Küchenutensilien und riesige Berge an Gemüse herbeizauberten und mitten im Gebüsch zu Kochen begannen. Wir waren das beliebteste Fotomotiv an diesen Tagen.



Das Highlight für sie war aber, als 15 Ruderer mit ihren tollen Booten anlandeten, über das vorbereitete Essen herfielen und alles innerhalb von 15 Minuten wieder weg war. Naja und als Krönung kassierten sie natürlich 2-3 Runden Bier ...

Alles in allem war es eine wunderschöne harmonische Wanderfahrt: Schönes Wetter (ein einziges Mal erwischte uns ein warmer Regen in den Booten) - gut ausgesuchte Hotels - phantastische serbische Küche - etwas Kultur - liebe gastfreundliche Menschen - schaut euch einfach die weiteren Fotos auf der Homepage an, sie sprechen für sich ...

Ich fahre gerne wieder mit - Brigitte

Wir begrüßen unsere neuen Mitglieder

Klemens **Kollmann**, Korneuburg, ausübend sonst. Sportarten

Darko **Polic**, Korneuburg, ausübend sonst. Sportarten

DDr. Ferdinand **Sator**, Korneuburg, ausübend Rudern

Birgit **Votzi**, Wien, ausübend Rudern

Doris **Weber**, Korneuburg, ausübend Rudern

Herbst-Arbeitseinsatz 7. 11. 09

Der nächste Winter kommt bestimmt, daher ist alles winterfest zu machen; das Laub fällt von den Bäumen wie das Amen im Gebet, wegräumen müssen wir es aber selber; die Hecken sind zu schneiden, das Schnittgut ist zu entsorgen; die Fenster zu putzen, etc. Die komplette Liste hängt rechtzeitig am Grünen Brett aus. Beginn wie immer ab 8 Uhr früh, zu Mittag bittet dann Wolfgang Düss zum traditionellen gemeinsamen Essen, Brigitte wird da sicherlich nicht unbeteiligt sein.

Die Ballettschule Manuela wird zu dance point(e)...

Judita Kovarikova

Es war für mich an der Zeit den Namen zu ändern, um das Missverständnis aus dem Weg zu räumen, dass wir nur Ballett anbieten.

Einige Grundsätze die mir wichtig sind:

Jeder, der sich gern bewegt soll tanzen!

Es gibt keine Vorbedingungen. Man muss weder schlank sein, noch viel Erfahrung haben. Ich möchte keine Elitebildung unterstützen!



Korrekturen, Fehler machen!

Jeder darf Fehler machen. Erst wenn wir uns Fehler erlauben haben wir vollen Zugang zu unserem Lernprozess. In der Stunde herrscht Sandkastenmentalität: wir probieren Dinge aus, ohne sie zu bewerten.

Das kann ich nicht – gibt's nicht!

Dieser Satz ist aus meinem Vokabular gestrichen und wird durch den Satz: „Wie geht das?“ ersetzt – kann ich allen wärmstens empfehlen.

Respekt dem Körper entgegenbringen

Ich bin bemüht einen gesunden Umgang mit dem Körper zu vermitteln, Extrembelastungen für den Körper zu vermeiden (auch im Ballett) und den Teilnehmern auch einen körperfreundlichen Zugang und Praxis zu vermitteln.

Selbstverantwortung steht im Mittelpunkt.

Gruppenatmosphäre

Durch das gemeinsame Tanzen und durch verschiedene Übungen soll das Gruppengefühl gestärkt werden. Konkurrenzkampf ist irrelevant.

Drachenboot 2009: Sieg auf allen Linien

6. 9. 2009

Erst die Fakten: Drei Boote – die im sehr nahen Nahverhältnis zur Alemannia standen – starteten beim Drachenbootrennen 2009 im Korneuburger Werftarm. Mit 9 (in Worten: NEUN) Sekunden Vorsprung überraschten die **Walküren** und ließen damit die Konkurrenz in der Damenwertung weit hinter sich. Die Männer – **Weber-Vidi-Vici** – standen dem in nichts nach und holten sich den Gesamtsieg mit 3 Sekunden Vorsprung (!!), vor Grisu's Imbiss. **Das Boot ist voll** – das sog. Mischboot - machte ebenfalls keine schlechte Figur, immerhin paddelten sie auf Platz 21 von 45 Teilnehmern.

Nun die Details: Raufen ging durch die große Anzahl der Zuschauer, als wir – die Walküren – den Veranstaltungsort betraten. Das „Kleine Schwarze“ schlug ein wie eine Bombe.



Unsere Mädls zeigten Sexappeal und brachten die Männeraugen zum Leuchten. Viele dieser Spezies lechzten sogar, grinsten fortlaufend, schlichen um uns herum und brachten ständig ihre Kameras in Anschlag. Somit hatten wir das Posieren schnell im Griff, doch jetzt galt es, auch sportlich eine gute Figur zu machen. Nervosität machte sich breit und Gedanken wie: „Bringen wir auch im Boot das Maximale?“, schwirrten uns durch die Köpfe. Doch bei Seargent Freddi waren wir alle durch eine gute Schule gegangen.



Der Drill der Trainingseinheiten zahlte sich aus und wir legten schon mit der ersten Fahrt eine bravuröse Leistung hin. Aber auch unsere Männer waren von Anfang an als Favoriten

im Gespräch. Wetten wurden abgeschlossen und alle Beteiligten feuerten die jeweils gerade startende Mannschaft aus vollstem Halse an. Die Siegerehrung schlussendlich brachte unseren drei Mannschaften insgesamt 3 Pokale (schnellstes Frauenboot, schnellstes Männerboot und 2. Originellstes Outfit), 5 Urkunden und zahlreiche Flaschen Sekt.

Den richtigen Abschluss dieses äußerst erfolgreichen Tages feierten wir aber auf der Alemannen-Terrasse. Danke für die guten Würsteln, Robert!!

Fazit: Nächstes Jahr müssen wir alle trainieren, um unseren heuer erworbenen guten Ruf zu wahren!

Brigitte

Sternfahrten 2009

Letzte Sternfahrt Normannen 12. 9. 09

Wir gaben diesmal wirklich alles. Als die ersten um 6 Uhr früh aufs Wasser gingen, war es noch dunkel. Sogar unser Obmann Robert musste ins Boot steigen. Einige tota ermattete Ruderer, welche bereits von Zwentendorf kamen, wurden von ihrem Steuermann zum Vorbeifahren am Normannenfloß genötigt. Namen wollen wir natürlich keine verraten, aber Hermann verlangte von seiner Mannschaft wirklich das Letzte. Angeblich durften sie erst bei der Nordbrücke umdrehen. Doch dank dieses Einsatzes und vieler anderer Heldenataten konnten wir Alemannen den 3. Platz in der Tageswertung errudern. In der Gesamtwertung reichte es leider nur für den 4. Platz hinter den Pöchlarnern. Dank einer Indiskretion auf unserer Homepage erfuhren sie von unserem ausgeklügelten Schlachtplan für die Normannensternfahrt (siehe Weblog 25.8.2009) und konnten noch rechtzeitig, gezielt, wirkungsvoll, motiviert, zahlenmäßig weit überlegen unseren Angriff abwehren. Trotzdem gratulieren wir Pöchlarn recht herzlich und freuen uns schon auf die Revanche im nächsten Jahr.

Ein Dankeschön an alle Alemannen, die sich bei dieser Sternfahrt zumindest eine Blase geholt haben oder denen danach sonst irgendetwas wehgetan hat.

Rupert

Das Endergebnis

Gesamtsieger bei den 5 Sternfahrten wurde auch heuer wieder der WRC Pirat mit 19.213 Punkten vor dem WRV Donauhort mit 15.688. Vierter URV Pöchlarn mit 10.666 vor KRV Alemannia mit 9.694 Punkten. Bei den Sternfahrten Tulln und Pirat lagen wir zwar vor den Pöchlarnern, bei den anderen drei Sternfahrten aber war der Punktevorsprung der Pöchlarner zu groß um den 3. Gesamtplatz zu erreichen.

Der Unterschied von rund 1000 Punkten über 5 Sternfahrten, bedeutet, dass im Schnitt 200 Punkte gefehlt haben.

Das sind je Sternfahrt ein Vierer mit Steuermann, der 8 km Stromauf (3 Punkte pro km) und wieder 10 km Stromab (2 Punkte pro km): $40 \times 5 \times 5 = 1000$. Das sollte doch 2010 zu schaffen sein!

Schöne Erfolge für die Rennmannschaft

Corneliu Pulpa

Zur Vorbereitung auf die traditionelle Villacher Regatta und die Meisterschaften wurde nach dem Trainingslager Völkermarkt auch an der **Gmundner Regatta am 25. Juli** teilgenommen.

Wir haben während dieser Regatta einen längeren Aufenthalt beim Traunsee gemacht, aus zwei verschiedenen Gründen: die Lage ist wunderschön und die Jugend soll auch Freude haben, damit sie noch mehr Lust hat, um gut zu trainieren und weil wir auch auf der Regattastrecke vor der Regatta



fahren wollten. Gutes Wetter, eine wunderbare Lage, ein wirkungsvolles Training und gute Ergebnisse haben unseren Aufenthalt sinnvoll gemacht.

Die **Villacher Regatta vom 12. bis 13. 9. 2009** ist für uns schon eine traditionelle Regatta und ein wichtiger Bestandteil unserer Vorbereitung für die Meisterschaften, welche fast immer ungefähr drei Wochen später stattfinden.

Das Wetter war über das Wochenende schön, windstill und wir hatten somit sehr gute Rennbedingungen.

Folgende Boote haben sich für das Finale A qualifiziert und ausgezeichnete Ergebnisse erreicht:

SchW 2x **Pammer** Pia/Manlig Cosima

Finale A 6. Platz, aber sie starteten im Adalo, der für sie ein zu schweres Boot ist.

SchW 1x **Fasina** Bettina

Finale A 4. Platz und bestes österreichisches Boot

JW-B 2x **Hofer** Cornelia/Schiener Ines

Finale A 4. Platz und bestes österreichisches Boot

JW-B 1x **Pammer** Pamina

Finale A 4. Platz

JW-B 4x ist nicht so gut gelaufen, nicht zuletzt wegen Bootsproblemen (Steuerschuhe zu groß und Boot für die Mannschaft zu schwer)

Im Großen und Ganzen ist es uns sehr gut gegangen, wir konnten unsere bisherigen Erfahrungen und die gute Vorbereitung einsetzen. Obwohl es eine sehr gut besetzte internationale Regatta war und viele starke Nationen teilgenommen haben (Italien, Deutschland, Tschechien, Ungarn), konnten sich fast alle Boote für das A-Finale qualifizieren. Leider haben wir keine Medaille gewonnen, nur 4. Plätze.

Wichtig ist festzuhalten, dass in der Mannschaft die Stimmung sehr gut war und die Jugend sich über die Teilnahmen gefreut hat.

TERMINKALENDER 2009

OKTOBER:	* 2.-4. 10	ÖSTM, ÖJM, ÖSchM, Linz - Ottensheim (ÖVM)
	* 10. 10.	Rose vom Wörthersee, 1x, Velden - Klagenfurt
	* 11. 10.	18. Korneuburger Stadtlauf
	* 17. 10.	Stromstaffelrudern Nußdorf-Greifenstein (PIR)

NOVEMBER:	* 14. 11.	ÖRV-Langstreckentest
------------------	-----------	----------------------

Regelmäßige Termine:

Rudern: Je nach Wetter und Vereinbarung mit Bootsmann/frau, Ergometerrudern

Gymnastik: Montag und Mittwoch, 19 Uhr detaillierter Plan mit allen Angeboten von BBP (Bauch, Bein, Po) bis Zirkel auf www.ruderverein-alemannia.at oder am Grünen Brett.

Lauftreff: Mittwoch, 17.30 Uhr

Sauna: Mittwoch ab 17.30 Uhr und Samstag ab 16.30 Uhr. Die Sauna wird nur mehr mit Selbstschaltung in Betrieb genommen.



Impressum

Medieninhaber, Herausgeber: Korneuburger Ruderverein Alemannia
2100 Korneuburg, Donaustraße 70, Tel. + Fax (02262) 623 16
Druck: RV Alemannia, Redaktion: Sepp Hamberger (Tel. 01/914 76 50)
Verlagsort: Korneuburg, Verlagspostamt: 2100 Korneuburg
Offenlegung: Medieninhaber: KRV Alemannia, 2100 Korneuburg, Donaustraße 70
(Vorstand: R. Steininger, S. Hamberger, Ch. Hubinger, W. Schmahl, P. Trimmel,
W. Holletschek, R. Kerschbaum, N. Hausner, W. Düll, Ch. Holzknecht).
Der Ale-Bote ist eine unabhängige, unpolitische Druckschrift und dient der Information der Mitglieder und dem Näherbringen des Sports der Öffentlichkeit.
Erscheint 4mal jährlich. Auflage 300 Stück