

Kielschwein

Regensburger
Ruderverein von 1898
1. Ausgabe 2012 a



aktualisierte online Version: **Neu**
Artikel Dreikönigsregatta 2012
Seite 12



RRV Bootshaus am Schopperplatz 1910-1977

Inhalt

Vorwort	3	Stammtisch	36
Abschied	4	Geburtstage	37
Nikolausfahrt	9	Mitgliederstruktur	41
Abschlussfahrt	10	Termine	42
Feuerkörbe	11	Impressum	43
Dreikönigsregatta	12	Adressen	44
Langlaufcup	13		
Paddeln	17		
Steg-Renovierung	20		
Rückenschule	24		
FSJ	27		
Mannsch.-Kilometer	28		
Boots-Kilometer	32		
Anmerkungen	34		

Wir begrüßen als neue Mitglieder:

Eibl Jakob

Krämer Paul

Linder Thomas

Otto Christoph

Owen Laurens

Rohn Jonas

Sterr Moritz

Thaller Thomas (Kanu)

zum Titelbild:

das alte Bootshaus am Schopperplatz (8. Mai 1910 eingeweiht).

Der Verein hatte damals 53 Mitglieder.

Mehr historische Bilder und die Festschrift zum 100. Geburtstag unseres Vereins, welche die Geschichte im Detail schildert, sind online über unsere Webseite:

www.regenburger-ruderverein.de -> RRV Historie

oder direkt:

sites.google.com/site/rrvhistorie/

zu sehen bzw abzurufen.

HK

Liebe Mitglieder, Freunde und Unterstützer des RRV,

nachdem der Ruderbetrieb nun schon wieder regelmäßig stattfindet, füllt sich unser Bootshaus nun wieder täglich mit Leben. Eine ereignisreiches Jahr steht uns bevor mit vielen Angeboten. Es gibt Kurse für Anfänger und Fortgeschrittene, Wanderfahrten locken nach Frankreich und Österreich sowie zur Vatertagsfahrt auf die Naab, während sich unsere Regattaruderer in ganz Deutschland und evtl. der Schweiz der Konkurrenz stellen und schon Trainingslager in Oberschleißheim und am Attersee absolviert haben.

Neue Impulse finden sich in unserer Kanuabteilung. Neben den bereits etablierten Veranstaltungen findet nun regelmäßig ein sportliches Kajaktraining und bereits der zweite Naabtest statt, bei welchem sich jeder Paddler und auch Ruderer mit der Konkurrenz messen kann.

Auf einem guten Weg ist auch unsere Jugendabteilung. Während in den letzten Jahren insbesondere die Nachwuchs-Trainingsmannschaft mit ihren Erfolgen auf sich aufmerksam machte, blieb die Breitensport-Jugend – insbesondere im Jahr 2010/11 ohne FSJ - etwas zurück. Mit Magdalena Prantl steht seit Herbst eine junge Ruderin an der Spitze der Jugendabteilung. Durch sie und ihr Team kommt wieder neuer Schwung in die Jugend, doch sie benötigen die Unterstützung und vor allem Verständnis von allen Mitgliedern.

Ich wünsche allen Aktiven eine wunderschöne Rudersaison mit vielen unvergesslichen Erlebnissen.

Euer Vorstand
Dr. Alexander Dingeldey



Abschied von Fritz Bingenheimer



Abschied von Fritz Bingenheimer

Tief betroffen nahmen die Familie, seine Freunde und eine große Schar RRV-ler, im Rahmen eines Trauergottesdienstes, Abschied von Fritz Bingenheimer, der am 29. November 2011 verstorben war. Für Viele kam der Abschied von dem 78 jährigen sehr überraschend.

Über 60 Jahre RRV-Mitglied: wie alles anfang

Mit 17 Jahren, also 1950, „kam“ Fritz Bingenheimer in den Regensburger Ruderverein. In der Schule hatte der Sportlehrer empfohlen, unbedingt vereinsmäßig Sport zu betreiben. Eines Tages beschlossen Fritz und d.U., am Oberen Wöhrd „unser Glück“

zu versuchen. Dort gab es damals einige Sportvereine, welche wussten wir nicht. Bei einem würden wir schon etwas finden. Wir lenkten unsere Schritte und unsere Neugier in den „ersten“ Sportverein, der auf unserem Weg lag, dem Regensburger Ruder- und Tennisklub (RRTK). Dort waren weder ein Tennislehrer noch ein Rudertrainer zu sehen. Also verließen wir den RRTK, um es beim „nächsten“ Sportverein zu versuchen, das war dann der Regensburger Ruderverein v. 1898. Ein freundlicher Mann empfing uns, erläuterte uns die Boote und führte uns in die „Folterkammer“. Folterkammer und Krebse schrecken Fritz nicht Die „Folterkammer“ stellte sich als „Ruderkasten“ heraus. In einem Keller-raum war ein Ruder-Zweier montiert, um das Gerät herum war ein großes Wasserbecken und man ruderte beim Training mit dem „Riemen“ im Wasser. Hier sollte man nicht nur die Rudertechnik erlernen, sondern auch im Winter Kraft trainieren. Das wirkte durchaus imponierend auf uns. In der nächsten Woche saßen wir mit zwei Klassenkameraden im schweren Gig-Vierer (A-Boot). Weit kamen wir nicht, weil wir sehr viele „Krebse“ fingen.

Kurze Ruderjugend für Fritz

Unseren Klassenkameraden war der „Rudersport“ zu kompliziert. Nach einigen Wochen durften wir mit ruder-erfahrenen Buben - trainieren und sogar auf einer Regatta starten, wo wir zwei Rennen verloren.

Abschied von Fritz Bingenheimer

Wir hatten aber Lunte gerochen! Aus dem missglückten „Start“ folgerten wir: „Jetzt erst recht!“ In der Tat, das nächste Jahr wurde erfolgreich, es kam zu wenigen, aber beachtlichen Siegen und Plätzen. Dann war für Fritz die Ruderzeit in der Jugendklasse zu Ende, er hatte das 18. Lebensjahr vollendet.

Beruflich und ruderisch nach Nürnberg verschlagen.

Fritz stammte aus einem der ältesten Regensburger Unternehmen, der „Amtslader Vereinigung“, einer Spedition. Natürlich sollte und wollte auch er, wie sein Vater, Speditionskaufmann werden. Eine Lehre in Nürnberg, zum Speditionskaufmann, vermittelte die beruflichen Grundlagen. Die Ruderer-Begeisterung „nahm“ Fritz mit nach Nürnberg und fand beim Nürnberger Ruderverein eine neue sportliche Heimat; einmal als Aktiver in der „Jungmann-Klasse“ und zum Anderen als Trainer. Er vermochte in einzigartiger Weise seine Ruder-Begeisterung auf seine „Trainings-Leute“ zu übertragen, konnte sie hoch motivieren und zu Erfolgen führen. Er war bald im NRV ein angesehenes junges Mitglied.

Als Ruderer und Trainer zurück in Regensburg

Nach der Lehre kommt Fritz zurück nach Regensburg; trainiert selbst eifrig und versucht gleichzeitig Jugendliche ruderisch auszubilden. 1957 wird mit dem RRTK eine Renne-

meinschaft im Achter gebildet. Fritz, obwohl „funktionslos“, wirkt auch hier als Motivator. Man darf auch getrost die Frage stellen: Hätte es ohne Fritz überhaupt diesen Achter gegeben? Gleichzeitig trainiert Fritz einen Mädchen-Doppelvierer. Während der Achter zwei Siege erringen kann, sind die Mädchen fünfmal erfolgreich! Da hat Fritz endgültig sein Trainerherz entdeckt!

Erste Spitzenerfolge für einen sehr jungen Trainer

Seit 1956 leitet Fritz das Training im RRV. Fritz ist gerade mal 23 Jahre alt! 1958 werden drei Vierer verpflichtet, die 15 Siege nach Hause fahren werden! Und als absoluter Höhepunkt: „Sein“ Frauen-Doppelvierer gewinnt vor Berlin, Karlsruhe, Essen, Hannover und Limburg die Deutsche Meisterschaft im Stilrudern! Dieser Erfolg konnte 1959 wiederholt werden, 1960 kam es schließlich sogar zur Deutsche Meisterschaft Rennrudern, ebenfalls durch diesen Vierer, in derselben Besetzung. Auch die anderen Mannschaften sind höchst erfolgreich. So ist der Mädchen-Doppelvierer 1959 bei den Deutschen Jungruderer-Besten-Kämpfen (heute DM < 19) siegreich!

Regensburg ist wieder Ruderstadt

In der Vorkriegszeit galt über Jahre der Regensburger Ruderverein als der erfolgreichste Regensburger Sportverein, mindestens neben dem

Abschied von Fritz Bingenheimer

„Jahn“. Konnte der RRV mit diesen Erfolgen des jungen Trainers Fritz Bingenheimer diesen Ruf wieder aufnehmen? Eine gewaltige Begeisterungswelle erlebte man nicht nur im Ruderverein. Die ersten Blumen gab es oft von den RRTK (Regensburger Ruder- und Tennisklub) Funktionären! Jetzt wurden auch die Verbände auf den jungen Trainer aufmerksam. Der Deutsche Ruderverband verleiht ihm sogar das „Amateur-Ehrenzeichen“.

Menschenführung: Motivation und Qualifikation

Die sportlichen Erfolge kommen nicht von ungefähr. Es ist nicht nur der gewaltige Zeitaufwand, den Fritz in seine Arbeit als Trainer investiert, es ist vor allem seine überragende Fähigkeit, die ihm anvertrauten jungen Sportler zu motivieren, zu begeistern und sie rudermäßig zu qualifizieren. Es geht dem jungen Trainer nicht nur um das Rudern. Sportlich sollten seine Trainingsleute sein. Schwimmen, Skilaufen und Leichtathletik werden von ihm besonders gefördert. Aber auch die schulische Ausbildung der ihm anvertrauten Mädchen und Jungen liegt ihm am Herzen. Seine oft gehörte Mahnung: „Das Schulische darf auf keinen Fall unter dem Training leiden!“

Auf der Suche nach Ruder-Know-How

Fritz Bingenheimer ist sich voll bewusst, dass sein Wissen und Können

um das Rudertraining ungenügend ist und verbessert werden muss. Seine Erfolge verführen ihn nicht! Das im Nachkriegs-RRV vorhandene Trainingswissen reicht ihm nicht. Er knüpft Kontakte zum Deutschen Ruderverband. Fritz besucht Trainerlehrgänge. Nachts schreibt er Skripten der Referenten ab. Die bekanntesten Trainer werden kontaktiert. Fritz legt als erster Regensburger Trainer (nach dem Krieg) die Prüfung als Ruderlehrwart ab.

Karl Adam: Trainings-Revolutionär

In den 60-er Jahren macht ein Sportlehrer in Ratzeburg auf sich aufmerksam: Karl Adam. Adam war zunächst kein Ruderer. Als Lehrer für Mathematik, Physik und Sport „arbeitet“ er sich in den Rudersport theoretisch und empirisch ein. Mit völlig neuen Ideen und didaktischen, technischen, psychologischen und soziologischen Methoden revolutionierte er nicht nur das Rudertraining sondern auch das Training anderer Sportarten. Sein „System“ ist z. T. recht kompliziert, ein abstraktes Gedankengebäude, Formeln und trotzdem ein praxisnahes „Werkzeug“! Die Erfolge, die Adam mit seinen Mannschaften hat, geben ihm Recht. Fritz Bingenheimer arbeitet sich durch das „Adam-System“. Er muss viel Zeit, Energie und Kosten in diese zusätzliche Arbeit investieren. Es sind immer wieder seine eigenen Mittel, die er einsetzt. Kostenersatz durch Verein oder Verband

Abschied von Fritz Bingenheimer

gab es damals nicht! Aber er will mithalten! Seine Leute sollen weiterhin erfolgreich sein! Und der Aufwand wird belohnt.

Weitere Spitzenerfolge

In den 1960er und 1970er Jahren kommt es zu einer Reihe weiterer Spitzenerfolge: Deutsche Meisterschaften bzw. Eichkranzsiege (DM > 23), und zwar bei den Frauen, den Männern, den Juniorinnen und Junioren, die auf das Konto „Fritz Bingenheimer“ gehen. Dahinter stehen auch Spitzenerfolge auf nationalen und internationalen Regatten (Luzern). Eine Olympia-Qualifikation wird nur um Sekundenbruchteile verpasst!

Fritz Bingenheimer und das Wanderrudern

Seine Begeisterung für den Rudersport hörte nicht beim Leistungssport auf. Er motivierte immer wieder zu Wanderruder-Fahrten. Man kann sagen, dass Fritz das Wanderrudern im RRV einführte. Viele – für den RRV oft spektakuläre Fahrten - wurden von ihm organisiert. Später motivierte und unterstützte er oft genug die RRV-Wander-Ruderwarte bei der Konzeption und Durchführung von Wanderfahrten.

Der RRV und Fritz Bingenheimer

Dass es durch die vielschichtigen, mindestens drei Jahrzehnte dauernden Aktivitäten, auch zu Reibereien

im RRV kam, liegt in der Sache. Fritz wollte immer gutes, bestes Bootsmaterial für seine Aktiven. Das teure Material musste gewartet werden. Der Besuch von Regatten verursachte einen enormen Organisations- und Kostenaufwand! Alleine aus dieser Sicht ergaben sich Spannungen und Kritik. Die „alten“ Ruder-Recken beäugten kritisch „seine neuen Methoden“ bis schließlich die Erfolge ihm doch Recht gegeben haben. Die allgemeine Anerkennung hat aber endlich gesiegt.

Der RRV hat Fritz Bingenheimer vielfach für seine Aktivitäten geehrt und ihm u. a. die Ehrenmitgliedschaft, angetragen. Auch die Ruderverbände (Donau-Regattaverband, Bayerischer Ruderverband, Deutscher Ruderverband) ehrten ihn.

Und: Fritz war nicht nur der Trainer, Wanderruderer, Vereinsfunktionär, er war auch immer ein echter Kamerad, sehr vielen RRV-Mitgliedern ein unvergessener Freund.

Klaus Ulbrich, Ehrenvorsitzender

Abschied von Fritz Bingenheimer



1966 beim alten Bootshaus

Fritz Bingenheimer, Gunter Artmann, Gernod Einöder, Dieter Wöllert,
Hans-Gerd Lindner, Hermann Kraus, Günter Siekiera, Klaus Ulbrich

Nikolausfahrt der Kanuabteilung

Am 3. Dezember fand die Fahrt vom RRV-Bootssteg zur Badebucht Etterzhausen statt, zu der von der Kanuabteilung auch die Ruderkameraden eingeladen waren. Nach dem Regenwetter in der Nacht waren wir alle freudig überrascht von dem schönen Wetter, als wir uns kurz vor 12 Uhr mittags beim Bootshaus trafen. Es schien die Sonne und für Anfang Dezember war die Temperatur recht mild, und so gingen 7 Kanuten im Einer-Kajak und 7 Ruderer im Dreier und Vierer aufs Wasser. Um ca. 12 Uhr paddelten die Kanuten los. Wir 3 „alten Herren“ im FIF folgten bald. Bei Mariaort musste wegen der Witterung die erste Zwiebelschicht der Bekleidung abgelegt werden. In Etterzhausen wurden wir von einer Graugans lautstark begrüßt (die fliegen auch nicht mehr in den Süden wegen des Klimawandels). Bei der Badebucht legten wir im FIF am Badesteg an, und stellten an Land an einem etwas windgeschützten Ort die mitgebrachte Camping-Sitzgarnitur auf. Mit einem Becher Glühwein begrüßten wir von Land die auf dem Wasser ankommenden Kanuten.

Mit den letzten Kanuten traf auch der Ruder-Vierer ein, so dass wir

alle beisammen waren. Romy, Tanja und Hella kamen mit dem Auto noch nach. Mit Glühwein (der z.T. auf mitgebrachten Camping-Kochern erhitzt wurde), Tee, Plätzchen, Stollen, Kuchen und Lebkuchen genossen wir ca. 1 Stunde das Beisammensein in der Adventszeit. Tanja's Hund Lena bekam Besuch von Hunden der Spaziergänger und so war um uns herum auch einiges Leben von gut erzogenen Vierbeinern. Nachdem sich der Himmel zugezogen hatte und der Wind unangenehmer wurde, paddelten bzw. ruderten wir wieder zurück zum RRV. Es war wieder mal eine schöne gemeinsame Aktion.
Mucky

Teilnehmer:

Die Kanuten im Einer-Kajak:

Alfons Völkl, Frauke und Henryk Frenzel, Thomas Timme, Gisela u. Ernst (BSG Siemens/Drachboot), Karsten Wegener (wird am 01.01.12 Mitglied)

Die Ruderer im Aqua Turbo:

Sabine Fischer, Tim Wild, Carolin Hübner, Daniel Baruth

Die 3 „alten Herren“ im FIF:

Jochen Müller, Fritz Eibl, Günter Siekiera (Mucky)

Abschlußfahrt der Ruderanfänger 2011

Abschlußfahrt der Ruderanfänger 2011 oder "Mit den Augen eines 2. Klässlers"

Ja ihr alten Hasen, sie sind wieder da, die 1. Klässler oder auch genannt Ruderanfänger im Breitensport. Jeder kennt sie, denn sie sind immer im Weg und machen alles falsch. Aber am Ende ihrer ersten Ruderversuche gibt es – man kann es kaum glauben – zum feierlichen Abschluß eine klitzekleine Wanderfahrt, oder auch ihre erste große Fahrt nach Etterzhausen zur Badebucht . 14km hin und zurück. Wow – richtig weit!!! Dieses Jahr, am 9. Juli, war es es soweit. 30 Teilnehmer: Anfänger – Ausbilder und gerne gesehen - die alten Hasen! (Leider waren die zur Abschlußfahrt der Anfänger alle verhindert). Tja - somit war Platz für die Letztjährigen - immerhin 2 an der Zahl. Ab in die Boote - der Nachbarverein hat großzügig ausgeholfen - und los gehts. Ohne Pause bis Mariaort - und dann – na ja natürlich sofort weiter – eigentlich fast ohne Pausen. Ruck-zuck sind wir in Etterzhausen und mit gemeinsamer Kraft liegen die Boote – 6 an der Zahl – am sicheren Ufer. Die gemeinschaftliche Stärkung im nahegelegenen Wirtshaus bringt die doch wohlverdiente Entspannung. Nach der wirklich ausreichenden Pause gehts dann wie-

der zurück auf Wasser. Jetzt sind es ja nur 7 km - das machen wir doch mit Links! Nach einigen Ruderpausen und meist ohne Blick für Flora und Fauna rudern wir "zu Hause" ein. Zu Hause?!? Tja – jetzt stellt sich für jeden Einzelnen die Frage – will ich wirklich in diesen Verein – will ich wirklich Rudern?! Entscheiden wird und muß das jeder für sich. (Dieses Jahr waren die Neuzugänge richtig wenig – und das liegt nicht an den Ausbildern!!) Aber wie so oft kann nur wachsen was gehegt und gepflegt wird. Nur mit der Unterstützung der alten Hasen, die Häsinen jedoch nicht ausgenommen, und jedem Einzelnen der einen Ruderanfänger auf den Weg bringt – Entschuldigung auf Wasser natürlich - kann ein Erstklässler , wenn auch er/sie will in die 2. Klasse versetzt werden. Das sollte jedenfalls unser aller Ziel sein und nicht nur die Aufgabe einiger weniger Übungsleiter. Und denkt euch nichts – es ist wie in der Schule – auch da fängt die Arbeit und der Fleiß erst an. Einen herzlichen Dank den Alt-eingesessenen und meiner Ausbilderin Sabine Eure Zweitklässlerin
Romy Reitinger

Zwei Feuerkörbe vor dem Bootshaus

Der Winter hat dieses Jahr auf sich warten lassen. Und so waren es tatsächlich zwei Boote (ein Dreier und ein Vierer), die zum Standardtermin am Samstag, den 17.12.2011 um 14:00 Uhr auf Wasser gingen.

Im Anschluss fand dann um 16:30 Uhr zum zweiten Mal der Feuerkorbabend statt. Etwa 20 Leute kamen, um sich um die beiden Feuerkörbe zu scharen, in denen wieder Mucky (Günter Siekiera) und Putzi (Gunter Artmann) in der Dämmerung ein knisterndes Feuer geschürt hatten. Zum Glück war es trocken und nicht zu windig.

Unter den reichhaltigen Spenden bei den Getränken und süßen Leckereien sind mir besonders ein klasse Quittenbrot von Brigitte und ein prima Schokoladenkuchen von Christine in Erinnerung geblieben. Doreths Käsegebäck war dann eine willkommene Abwechslung zu den süßen Sachen.

Ich habe diesen Spätnachmittag wieder sehr genossen: abseits vom Trubel der Adventsmärkte nach Lust und Laune nur ins Feuer zu schauen oder aber zu ratschen.

Ein kleines schönes Fest, zu dessen Gelingen alle beigetragen haben - Danke.

Sabine Fischer, Dezember 2011



Dreikönigs-Regatta 2012

Nachdem das Sturmtief Andrea am Vortag noch gewütet hat, aber dann doch abgezogen ist, hatten wir am 6. Januar beste Ruderbedingungen. Die Sonne lachte vom blauen Himmel und ein frischer Wind blies uns ins Gesicht, als wir uns um 13.00 Uhr im Verein trafen. Keine Frage, es wird gerudert. Wie so häufig waren wir Frauen sehr stark vertreten. In jedem der zwei Boote saß lediglich ein Quotenmann, nur Henryk Frenzel der Kanute kam ohne weibliche Unterstützung aus.

Zum Aufwärmen - und schon als Teil des Wettkampfs - hat sich Rosa einige Spiele im Gymnastikraum ausgedacht. Mit Luftballons und einer Stabübung mussten wir unsere Feinmotorik unter Beweis stellen. Die Gewinnermannschaft – Wilma Koemives, Steffi Kohlmeier, Jochen Müller und ich - konnte somit schon 2 Punkte einheimsen.

Danach ging es auf Wasser. Begleitet von Hugo und der Fotografin Evi auf dem Motorboot fuhren wir uns ein bisschen ein, bevor das Rennen bei der 500 m Marke begann. Da ein Teil meiner Mannschaft mit Steuerfrau Rosa Büchele das Startkommando überhörte, war die Konkurrenz – Steuerfrau Romy Reitinger, Helmut Deschan (RRK), Sa-

bine Fischer, Christine Peters und Irene Petri - eine Idee schneller und konnte leider diesen Vorsprung noch weiter ausbauen, so dass wir mit einer knappen Bootslänge später das Ziel erreichten. Doch jeder von uns hat gekämpft und sein Bestes gegeben. Leider gibt es dafür keine Beweisfotos, da es der Kamera auf dem Boot wohl zu kalt geworden war.

Die Kür der Sieger fiel dann salomonisch aus. Sabine hat Henryk, der außer Konkurrenz fuhr, gekrönt und auch die beiden Steuerfrauen Rosa und Romy, bekamen die fast echt goldene Kronen, denn die Sieger beim Rudern waren die Verlierer bei den Spielen. So kann's gehen!

Bestens vorbereitet von Romy saßen wir dann bei Kaffee und Kuchen und anderen Leckereien gemütlich beisammen. Jetzt hätte ich beinahe unsere Schlachtenbummler vergessen, Uwe mit Kindern, Putzi, Mucky und Dorothee Friedrichs (RRK) standen uns ebenfalls hilfreich zur Seite. Der Nachmittag ist dann im kleinen Kreis noch mit einem kreativen Brettspiel ausgeklungen. Vielen, vielen Dank an das Organisationsteam !!! Schön war's wieder! Vielleicht können wir im nächsten Jahr auf mehr männliche Unterstützung hoffen?!

Anneliese Ruhland

Langlaufcup 2012-Einzelstarter ungeschlagen

Pünktlich um 8 Uhr fuhr die riesige Mannschaft des RRV, bestehend aus Henrik Pahlitzsch, Robert Gessendorfer, Evi Häußler und Inge Häußler in Richtung Deggendorf, wo wir erstaunlich viel Schnee fanden. Um 10 Uhr starteten die Einzelläufer im Skaten, das bedeutet alle Regensburger. Henrik lieferte sich ein hartes Duell mit seinem Trainingspartner Luki Eberl aus Tutzing, der mit seiner Mannschaft auch im Schweizer Trainingslager war und besetzte den 1. Platz in der Klasse "Herren allgemein". Robert Gessendorfer wurde Erster unter den Junioren, Inge Häußler besetzte den 1. Platz in der Altersklasse 3 und Evi Häußler wurde ebenfalls Erste in der Altersklasse 1. Am Mittag gingen wir ins Wirtshaus essen und wärmten uns auf. Am Nachmittag kamen dann die Staffeln. Henrik Pahlitzsch und Evi Häußler gingen als Mix-Staffel an den Start und wurden Zweite. Robert Gessendorfer und Inge Häußler starteten ebenfalls als Mix-Staffel und besetzten den 4. Platz.

Nach dem Rennen gingen alle ins Wirtshaus und wohnten der Siegerehrung und der Tombola bei. Der RRV wurde Vierter der Gesamtwertung. Schließlich begaben wir uns auf den Rückweg nach Regensburg.

von Robert Gessendorfer



Langlaufcup 2012-Einzelstarter ungeschlagen



Nebel in der Zillertal-Arena: 14. Skicup der Ruderer

Während der Nebel in Garmisch am letzten Januarwochenende zur Absage des Skiweltcups führte, ging es in der Zillertalarena bei ähnlichen, nicht immer ganz fairen Sichtverhältnissen, durch die Stangen des Riesenslaloms.

Wie in den vergangenen Jahren fanden sich auch bei der 14. Auflage des Skicups Skifahrer und Boarder aller Altersklassen in den Startlisten wieder. Die mit 3 Jahren jüngste Starterin war Paula Dingeldey, die sich auch durch Stürze nicht aus der Ruhe bringen ließ und schließlich wohlbehalten das Ziel erreichte. Im Jahrgang 2006 war es mit Emma Dingeldey (RRV) eine Einzelstarterin, die sich in 1:25,67 einen kleinen Pokal sicherte, wobei sie nur knapp von der Siegerin der Jahrgänge 2004/05 geschlagen wurde.

Im Jahrgang 2003/04 kam Maja

Lingener mit der guten Zeit von 1:00,90 auf den zweiten Platz.

Den zweiten Platz bei den Damen holte sich Esther Dingeldey (Siegerin MW A) mit 41,67 sec.

Bei 15 Startern im Jahrgang 1996 setzte sich Moritz Faulhaber (MRSV; 45,81 sec) vor Felix Hannke vom RRV mit 46,70 sec durch, während im jüngeren Jahrgang der B-Junioren der Sieg mit Tim Cronenberg (54,42 sec) ebenso an einen RRVler ging wie bei den Junioren A mit Chris Rieß (44,37 sec). Die Gesamtsieger auf dem Board kamen mit Tommy Graf (1:00,55) und Simone Kellner (1:10,62) beide aus den Reihen des RRV. Sicherlich war Tommys schnelle Zeit nur auf sein windschnittiges Outfit (nur im RRV-Einteiler) zurückzuführen, auch wenn dies auf den Skiern noch nicht den erwünschten Erfolg brachte.

Nebel in der Zillertal-Arena: 14. Skicup der Ruderer

Vor der Siegerehrung fand traditionsgemäß die Verlosung von Sachpreisen unter allen Teilnehmern. Als Hauptpreis gab es auch in diesem Jahr einen iPod touch, der auch einen glücklichen Gewinnerin fand. Die weiteren Gewinner der Sachpreise konnten sich über mehrere Pulsuhren, Preise von Peak Performance gesponsert von ToBefan Regensburg und vieles mehr freuen.

Für die Sieger der Altersklassen gab es wie immer T-Shirts, für die kleinen auch Medaillen und Pokale. Leider konnte sich auch in diesem Jahr der MRSV Bayern die meisten Punkte (333) sichern und wir landeten auf Rang 2 mit 208 vor dem RSC Rosenheim mit 104 Zählern. Der Wanderpokal für die beste Jugendmannschaft (Junioren und Kinder) ging mit 148 Punkten an den MRSV vor unserer Jugend sowie dem Waginger RV mit 103 bzw. 51 Punkten.

Vielleicht gelingt es uns ja im nächsten Jahr wieder einmal mit einem etwas größeren Team die Jugend- und Gesamtwertung zu gewinnen.

Vielen Dank an Magdalena für die gute Organisation im Jugendbereich und an alle Helfer (v.a. die gesamte Jugend), die uns tatkräftig an Start und Ziel sowie an der Strecke unterstützt haben.

Wir freuen uns auf nächstes Jahr...

Alex und Esther Dingeldey



Simone



Dominik



Das Jahr 1914 bescherzte uns eine Köstlichkeit.

Kurz nach der Jahrhundertwende bescherzte uns Johanna Händlmaier das Rezept zu der heute weltweit anerkannten Köstlichkeit - dem süßen Hausmachersenf und weiteren Senfspezialitäten.

Diese Spezialität wurde vorzugsweise für den Hausgebrauch und den Verkauf in den eigenen Metzgereien hergestellt und die Rezeptur immer bestens gehütet.

Erst als sich im Jahre 1963 Luise Händlmaier, die Schwiegertochter von Johanna, entschloß die familieneigenen Metzgereien zu verkaufen, fand sie genügend Zeit, sich ganz der Senfherstellung zu widmen. Viel Fleiß, noch mehr Handarbeit und wie schon gesagt - ein kleines Geheimnis - machen die Firma Händlmaier und ihre Spezialitäten zu dem, was Sie heute davon kennen.

LUISE HÄNDLMAIER GmbH & Co KG
Eschenbacher Straße 2 - D - 93057 Regensburg

Für jung und alt, groß und klein: Unsere Girokonten.

Transparent. Übersichtlich. Leistungsstark.
In 49 Geschäftsstellen, mit 87 Geldautomaten und mit 435 Beratern!

 Sparkasse
Regensburg

Paddeln – k(ein) Trendsport

Alfons mailte mir, ich soll doch bitte mal kurz zusammenschreiben, warum ich Kajaksport mache und wie ich dazu gekommen bin. Nun, die kurze Antwort lautet: „Weil es so schön „Out“ ist“.

Da mich diese Erkenntnis mehrere Sinnkrisen und Lebensentwürfe gekostet hat, komme ich wohl nicht um eine längere Antwort herum. Sport mache ich seit meiner frühen Jugend. Mit sechzehn Jahren begann mit Klettern in der Sächsischen Schweiz. Natürlich „Draußen“, natürlich in der Natur...

Mittlerweile habe ich, mit Ausnahme der Antarktis, alle Kontinente „beklettert“ und dabei viele wunderbare Landschaften und Leute kennen und schätzen gelernt. Klettern fand in der Regel an den schönsten Plätzen der Welt statt und man musste sich was einfal- len lassen, dorthin zu kommen und, vor allem, heil wieder zu- rück. Die Zeiten haben sich aber geändert, leider.

Der „Free Climber“ von heute hat „Instant Access“ auf „coole Locations“ wie zum Beispiel künstliche Kletterhallen. Sicherungsbunnys sind beliebig austauschbar und der Fun-Faktor ist das Maß aller Dinge. Diese Einsicht verursachte bei mir ein Stirnrunzeln bis weit

unter die Gürtellinie...

Seit Ende der 90er begann ich mich für Ausdauersport zu inter- essieren. Ich glaube, es war eine Wette die mich zum ersten Marathon nötigte. Laufen ist auch aktuell noch eine Leiden- schaft, die mir viel Spaß macht. Allerdings gern länger als 42km und abseits der durchgestylten Marathonszene.

Ende letzten Jahres saß ich dann, eher zufällig und völlig überfordert, in einem Rennkajak eines Freundes. Frust ist eine sagenhafte Triebfeder – keine vier Wochen später hatte ich auch so ein heißes Teil und der Stapellauf fand, bei leichtem Schneetreiben, an der Naab- mündung statt. Den Winter nutz- te ich, um mich mit all den neuen Sachen wie Bootstypen, Paddel, Bekleidung usw. zu befassen und auch, um mich nach Gleich- gesinnten umzuschauen, even- tuell einen Verein.

Die Internetrecherche, bezüglich Paddelvereinen (speziell im Raum Regensburg) ließ mich stutzen. Nette Fotogalerien mit „grauen Panthern“ soweit das Auge reicht! Liebevolle Berichte über Wanderfahrten mit detail- lierten Angaben zu Anzahl und Dauer von Zwischenmahlzeiten

Paddeln – k(ein) Trendsport

und der Farbe von Picknickdecken... Was lief da schief?

Im März schlug mein Paddel-Mentor aus Dresden vor, zu einem „Rennen“ nach Dessau zu fahren. Der dortige Junkers-Paddelverein hatte eine 36km-Rallye auf der Elbe geplant. Etwas skeptisch sagte ich zu. Die Veranstaltung war aber sehr schön und familiär, wir durften im Krafraum des (denkmalgeschützten) Dessauer Bootshaus übernachten. (O-Ton-Rennleiter: „Soll ich morgen früh was vom Bäcker mitbringen?“...) Über Ostern paddelten wir die Elbe bis nach Hamburg und übernachteten (noch ohne DKV-Ausweis) bei vielen Kanuvereinen. Klangvolle Namen wie „Paddlergilde“ oder „Faltbootabteilung“ ließen eine gewisse, wohlthuende Trendresistenz erahnen. Langsam begann ich zu verstehen, wie Wassersportvereine ticken. Auf jeden Fall habe ich auf dieser Fahrt viele interessante und tolerante Menschen kennengelernt.

Die andere Seite ist die Rennsportszene. Hier sind Leute unterwegs, die gern ein bisschen „fighten“, meist Individualisten. Lustig ist aber, dass man bei den Kanu-Marathons

immer wieder dieselben Gesichter sieht und, wie sich herausstellte, auch irgendwie eine große Familie ist. In der Region Oberpfalz war es allerdings nicht ganz so einfach, ein williges (Trainings)-Opfer zu finden. Über einen Bekannten lernte ich schließlich Henryk kennen und erlag seinem Werben (bezüglich Vereinsbeitritt).

Der RRV ist für mich mittlerweile mehr als ein Bootslicheplatz. Die Kanu-Abteilung ist ein gewachsener Wanderpaddlerverein dessen Altersstruktur, zu den jüngeren Jahrgängen hin, recht ausgedünnt ist. Vielleicht ändert sich das schlagartig, wenn „Faltbootfahren“ zum Mega-IN-Trend-Sport mutiert... Wollen wir's nicht hoffen!

Thomas Timme





**Deutschland
macht den
Nachtsicht-Test.
Machen Sie mit!
www.nachtsicht-test.de**

**Mehr sehen.
Auch bei Nacht.**

ZEISS Präzisions-Brillengläser mit iScription® Technologie:

- So einmalig wie der „Fingerabdruck“ Ihrer Augen und auf 1/100 Dioptrie genau
- Sie sehen klarer und gestochen scharf – auch bei Nacht und in der Dämmerung
- Sie nehmen Kontraste und Farben besser wahr

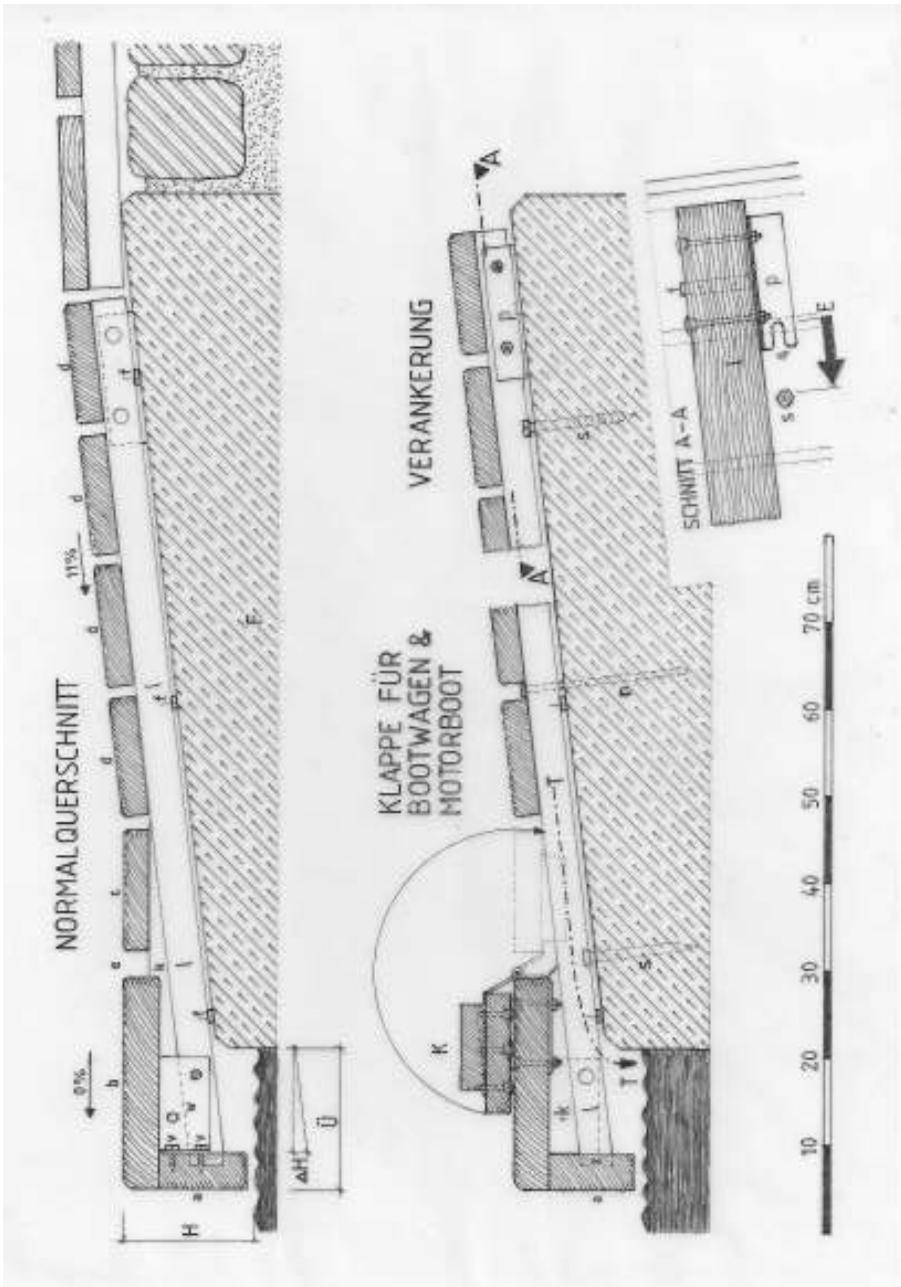
Mehr sehen. Mehr erleben.
ZEISS Präzisions-Brillengläser.



Führend in Präzisionsoptik seit 1846.

OPTIK
Grüßbacher

Malergasse 8 | 93047 Regensburg | 0941-56 07 14 | www.guessbacher.com



Steg-Renovierung

Das „verflixte siebte Jahr“ hatte unser letzter Steg(-belag) ja mit links überstanden und dann diese Zeitspanne glatt noch einmal verdoppelt.

Mit einigen kleinen Flickungen hat er immerhin 14 Sommer durchgehalten, der unterste Meter unseres Donauzugangs. Im Prinzip gar nicht sooo schlecht; wo sogar an unserem Balkon nach nur 10 Jahren der Zahn der Zeit schon deutlich nagt, obwohl er doch gut belüftet ist und bei weitem nicht so häufig begossen wird.

Wie schon der Vorgänger-Steg, besitzt auch der neue möglichst flache Konterlatten (l), um sich dicht ans Betonfundament (F) zu schmiegen und eine möglichst niedrige Kante zu erreichen. Die untersten zwei Bretter (b+c) sind aber auch diesmal mittels Keilauflagen (k) waagrecht gehalten – gegen den „Rutschfaktor“ á la Otto. Ebenfalls beibehalten ist der Überstand (Ü) von 1½ Dezimetern inklusive Übergangskeil von Unterstrom her. Zum einen läßt sich damit die Kantenhöhe (H um ?H) und auch der Vorsprung lästiger geparkter Motorboote noch einmal minimal verringern und zum anderen – und das ist der

Hauptgrund – kann „kruschtiges“ Treibgut (T) noch ausgeschwemmt werden, obwohl ein Frontbrett (a) Bugbällen den vermutlich magnetischen Zugang in den Spalt zwischen Brettern und Beton verwehrt. Auch der „Eingriff“ (e), die breitere Fuge vor dem äußersten Brett ist wieder da; ebenso die Motorbootklappe (K), die natürlich auch Bootswagen stoppt und auf die auch der Klub so gerne zurückgegriffen hat. Um nicht so genau zielen zu müssen, hat sich letztere aber von 2 auf 3 Felder verlängert. Wie schon vor 14 Jahren sowie vor 6 Jahren in Penk ist auch der Neue der Wasserreinhaltung zuliebe „biologisch-dynamisch“, also „ohne chemische Konservierungsstoffe“. Nach ausgiebiger Trocknung und unter Inkaufnahme eines bescheidenen Heizwertes kann man mit ihm also in ungefähr einem siebtel Jahrhundert ohne Gewissensbisse ein Lagerfeuer schüren.

Auch beim alten geblieben ist das Material der Bretter: Lärche! Die Unterkonstruktion (l+k) jedoch ist inzwischen, wie auch schon beim Penker Steg, aus Eiche. Unter Wasser ungeschlagen, tut sie ihren Dienst hoffentlich auch im Grenzbereich zur

Steg-Renovierung

Luft. Weil der alte Belag doch schon an etlichen Stellen durchgetreten worden war, wurde die Stärke der normalen Bretter (c+d) um ca. 25% erhöht. Wegen der stärkeren Beanspruchung sind die beiden Bretter an der „Waterkant“ (a+b) zusätzlich um 1/3 verstärkt. Die Frontbretter (a) sind mit den Konterlatten (l) verzapft (z) und über Eisenwinkel (w) nur von hinten verschraubt (v), so daß sich hoffentlich kein Boot mehr an „herauswachsenden“ Schrauben oder Nägeln Schrammen zuzieht. Der Bretterbelag ist diesmal mit guten alten, schlichten und noch dazu billigen Nägeln befestigt (wie es sich auch in Penk bewährt hat); die reißen nicht so leicht ab wie „Spax“ (wenn dies keine besonders edlen – und teuren sind) und lassen sich auch im nachhinein noch versenken. Ein weiteres Novum ist die Verankerung durch Einschieben (E) von L-Profilen (p) mit Langlöchern (q) in „Schlüsselschrauben“ (s). So kann man die Stegtafeln zu Reparaturzwecken (oder wenn mal wieder jemand Schlüssel oder dergleichen zwischen den Fugen versenkt hat) einfacher lösen, ohne die Schrauben (s) mühsam aus dem Beton drehen zu müssen, wobei man sie – wie schon

mehrfach geschehen – auch ganz leicht abdrehen kann. Die Sicherung gegen unbeabsichtigtes Ausklinken, beispielsweise unter Auftrieb bei Hochwasser oder bei rabiaten (Motorboot-)Anlegemanövern, wird wiederum von 8-mm-Bolzen, genauer: Sparrennägeln (n) übernommen, die sich ohne große Umstände herausziehen lassen müßten.

Ebenfalls von Änderungen betroffen waren leider auch die Kosten von 489,99 €, was einer Ver-2,4-fachung gegenüber den 399,61 DM(!) von 1997 entspricht. Die 16,6% Steigerung bei Eisenteilen und Sonstigem war geradezu vernachlässigbar; wahrscheinlich dank diverser Einsparungen, wie etwa bei den Nägeln oder durch die Wiederverwendung der Füße (f) (Abstandhalter zum Beton). Richtig teuer geworden ist das Holz. Zum einen wegen der dickeren Bretter, zum anderen wegen der 10,6% teureren Eiche, aber hauptsächlich weil der Preis des (vergleichbaren) Lärchenholzes in 14 Jahren auf das 2,06-fache gestiegen ist; das entspricht einer deutlich überinflationären jährlichen Teuerung von 5,3%. Die verbaute Zeit hat sich in zahlreichen, meist kleineren Einsät-

Steg-Renovierung

zen auf 108 Stunden summiert. Gewiß keine Akkordarbeit, aber bei 5 Stegtafeln, von denen auch noch 1 anders ist als die 4 anderen, zählen ja schon 40% als Prototyp, bei welchem man ja auch nichts übereilen sollte. Der Ersatz von versehentlich verschnittenem Material wäre schließlich noch aufwendiger. Sicherlich hätte es auch Arbeitszeit gespart, wenn diese nicht auf so viele Häppchen (31 Einsätze unter 5 Std.) verteilt gewesen wäre, da ja für das Herichten und Aufräumen schnell mal je eine Viertelstunde draufgeht. Größere „Happen“ über 5 Stunden hätten aber andererseits zu etlichen Brotzeitforderungen an den Verein geführt. Was in der oben genannten Zeit noch fehlt, sind Planung und 5½ Stunden für Bestellschreiben, Holzverladung

und Einkäufe. Dabei ist auch noch **Dominik Weimann** zu erwähnen, welcher den Chauffeur beim Holztransfer abgegeben hat. Noch weniger sollte man **Ernst Scherbenske** vergessen, der in der „heißen“ Endphase vor der Regatta, in der die Zeit wie bei einem Flaschenhals immer knapper – bedrohlich knapper – wurde, beim Abbruch des alten Steges und bei der Endmontage des neuen mit über 10 Stunden sehr hilfreich assistiert und damit möglicherweise die Regatta gerettet hat. Den Helfern vielen Dank!

Nun aber endlich: Mit holzstaubigen Grüßen ein fröhliches Abend und Anlegen – aber bitte „mit ohne“ Schrammen!

Daniel Baruth



Rosas spezielle Rückengymnastik basiert auf der Bewegungslehre von **Amos Hetz**. Dieses Bewegungsverständnis fand Hetz in Israel. Später erweiterte er seine Erfahrungen durch Studien der Alexander-Technik, der Feldenkrais-Methode und der Eshkol-Wachmann-Bewegungsschrift. Ein Satz von Amos Hetz, den jeder Laie verstehen kann, sei hier wiedergegeben. ***“Der Körper ist, was er ist. Das Einzige, was wir tun können, ist der Versuch, zu ergründen, was Bewegung bedeutet und diese kontinuierlich fortzusetzen“***. Wir glauben, wenn man dies beachtet, kann es gelingen, den Alterungsprozess des Körpers leichter zu verkraften. Wir sind die jüngsten Teilnehmer (natürlich nicht was das Alter angeht) an dieser Donnerstagabend-Gymnastik und waren von Anfang an begeistert. Zu Beginn der Rückenschule liegen wir mit geschlossenen Augen auf Matten und versuchen, ruhig zu werden, in uns hinein zu hören und – was enorm wichtig ist – richtig zu atmen. Unserer Meinung nach ein entscheidendes Element dieser Stunde ist die beruhigende Stimme von Rosa, mit der sie uns die verschiedenen Übungen erläutert. Man bekommt wieder ein Gefühl für seinen Körper und lernt, die einzelnen Körperteile und Muskeln zu

spüren. Hektische Bewegungen sind ein absolutes Tabu dieser Rückengymnastik. Gerade in unserem Alter spürt man beispielsweise immer deutlicher, wie schwierig es ist, vom Boden aufzustehen. Dies geschieht hier durch drehende, langsame Bewegungen und man staunt, wie gut das Aufstehen dann gelingt. Hilfsmittel für die Übungen sind Bälle, Stühle und Stäbe, mit letzteren zu arbeiten macht besonders viel Spaß (siehe Foto). Wunderschön ist auch die Relax-Musik, die Rosa aussucht und in deren Genuss wir immer wieder kommen. Diese Musik gibt den Übungen eine besondere Leichtigkeit. Wir beide haben natürlich noch viele Koordinationsprobleme, aber Rosa ist immer sofort helfend zur Stelle. Am Schluss der Stunde fühlt man sich entspannt, viel lockerer als vorher und – was noch viel wichtiger ist – niemals erschöpft! Leider ist der Winterkurs nun zu Ende und Alfred bedankte sich herzlich im Namen aller Teilnehmer bei Rosa für ihr Engagement, für die vielen Stunden, die sie uns schenkt. Wir freuten uns sehr über ihre Zusage, die Rückenschule auch im kommenden Herbst wieder durchzuführen.

Adi + Brigitte

Rosas Rückenschule



Arbeiten mit Ball und Stab



Haltungskorrektur

Am Donnerstag, den 26. Juli 2012 um 19 Uhr
ist es wieder soweit:

**Sommerfest im RRV
"American Dream"**

Wir laden alle Mitglieder, Unterstützer und
Freunde des Regensburger Rudervereins
ganz herzlich zum Sommerfest
mit großem Buffet und Bar ein.

Buffet (ohne Getränke):
10 Euro pro Person
6 Euro Kinder & Jugendliche (bis 16 Jahre)

ANMELDUNG:
bitte bis spätestens Donnerstag, 19. Juli 2012
per mail an esther@dingel.org oder in die
Liste im Verein eintragen.
Die Teilnehmeranzahl ist auf 120 begrenzt.

Unser FSJ Mann

Hallo. Mein Name ist **Dominik Rieß**. Ich habe im letzten Jahr Abitur am Pindl-Gymnasium in Regensburg gemacht. Ich bin seit 4 Jahren im Verein und fahre seit 3 Jahren Rennen.

Nun sind schon 6 Monate vergangen, seitdem ich meine Stelle als FSJ'ler im September angefangen habe. Die Zeit vergeht wie im Flug. Hier zeige ich ihnen kurz, woraus meine Woche besteht:

Jeden Montag bringe ich zuerst einigen Schülern der Clemont-Ferrand-Schule das Rudern bei und anschließend einigen Schülern der Bischoff-Manfred-Müller-Schule.

Am späteren Nachmittag kommt noch das Jugendtraining der 10-14 Jährigen dazu. Danach darf ich mich beeilen um für das Schwimmtraining am Abend im Hallenbad die Karten zu verkaufen. Dienstags assistiere ich den Trainern bei der Ausbildung der Kinder – sowohl im Krafraum als auch auf Wasser. Am Abend leite ich zusammen mit Alex das Team Rowing. Mittwochs ist wieder eine Schüler-Gruppe der der Bischoff-Manfred-Müller-Schule zu betreuen Im Anschluss folgt das Juniorenttraining, bei dem ich die Trainer unterstütze und mir so manche Ratschläge und Tipps hole. Donnerstags folgt das wöchentliche Anleitersgespräch und anschließend bin ich in der Von-

der-Tann Halle beim Basketball und Volleyball spielen anzutreffen. Freitags leite ich das Schülerrudern der Pindl - Schulen mit 25 Teilnehmern. Anschließend helfe ich wieder beim Kindertraining und zu guter letzt trainiere ich noch unsere Jugendlichen die nicht im Leistungssport tätig sind. Darüber hinaus erledige ich auch noch unzählige organisatorische Dinge und begleite unsere Rennmannschaften auf Regatten. In einigen Wochen kommt auch noch die Anfängerausbildung sowohl von Erwachsenen wie auch Kindern dazu. Naturgemäß war im Winter etwas weniger Arbeit für mich vorhanden. Dies wird sich in de Sommersaison aber sehr schnell ändern: Besonders Jugendtraining, Regattawochenenden und Anfängerkurse werden meine Zeit in Anspruch nehmen. Auch sind Wanderfahrten und Trainingslager schon geplant. Für Fragen und Wünsche stehe ich gerne zur Verfügung. Wer mich nicht persönlich im Bootshaus antrifft, kann mich gerne über Mail (dominikriess@gmx.de) erreichen. Bis einschließlich 31.8.2012 stehe ich noch für sie zur Verfügung.

Dominik

Mannschafts-Kilometer 2011

Platz	Name	Kilometer		
1	Christl Schmidt	4048	36	Matthias Daum 641
2	Fritz Eibl	2768	37	Magdalena Prantl 633
3	Dominik Rieß	2402	38	Dominik Weimann 619
4	Daniel Baruth	2251	39	Anfänger 3 617.6
5	Christoph Rieß	2161		Marie Gradl 615.1
6	Jochen Müller	1942		Alena Gradl 608.2
7	Mario Hartmann	1932	40	Tanja Hartmann 585
8	Christl Koch	1612	41	Ferdinand Gremmer 557
9	Jakob Troidl	1554	42	Rolf Plöcker 549
10	Andreas Arendt	1523	43	Fritz Pohmann 544
10	Benedikt Sonnleitner	1523	44	Ragnar Dönaу 540.5
12	Elias Kraus	1422	45	Andreas Hartmann 530
13	Sabine Fischer	1416	46	Svenja Spiegl 524.2
14	Günter Siekiera	1282	47	Thomas Hauser 513
15	Simone Kellner	1218	48	Reiner Becker 512
16	Jannis Meierhöfer	1217	49	Steffi Arendt 488
17	Anfänger 1	1185.1	50	Inge Häußler 477
18	Robert Gessendorfer	1136	50	Theodor Häußler 477
19	Valentin Rupprecht	1068	52	Judith Gerstl 468
20	Norbert Hartmann	1062		Gast RRK 2 465
	Gast RRK 1	1057	53	Anneliese Ruhland 465
21	Anfänger 2	830.1	54	Rosa Büchele 463
22	Tim Cronenberg	821	55	Constantin Weinem 454
23	Olav Digutsch	817	56	Martha Hopper 444
24	Julian Spiegl	806.1	57	Thomas Graf 428
25	Alfred Schönberger	781	58	Paulina Kaiser 421.9
26	Dieter Schütze	771	59	Anfänger 4 409
27	Jan Schehler	741.5	59	Valentin Prantl 409
28	Gertraud Eibl	741	61	Mane Pahlitzsch 400
29	Clemens Brummer	739	62	Toni Ruppenthal 369
30	Veronika Nißl	733		Gast aus and. Verein 1 367
31	Helmut Müßig	728	63	Leo Kraus 359
32	Johannes Troidl	716.4	64	Moritz Stiebler 354
33	Gunter Artmann	708	65	Gundula Heuser 352
34	Peter Bauer	696	66	Isabella Bogner 351
35	Claudia Berzl	648	67	Tim Wild 348.5
			68	Carolin Hübler 341

Mannschafts-Kilometer 2011

Gast KJP 1	337	103	Monika Krauch	158	
69	Dirk Götschmann	335	104	Ruth Landstorfer	157
70	Silka Roßmanith	333	105	Sandra Bäuml	148
71	Monika Lorenz	331	106	Evi Häußler	140
72	Julia Weber	328	107	Anfänger 5	136
73	Stephan Maurer	312		Helmut Deschan (RRK)	136
74	Wolfgang Ibel	301	108	Daniela Tuchbreiter	136
75	Romy Reitinger	296.4	109	Wilfried Reuder	135
76	Doreth Rothmüller	294	110	Ralph Stengel	134
77	Jeannina Eberwein	281	110	Hugo / Karl Straube	134
78	Christine Peter	278	112	Bärbel Ulbrich-Prantl	133
79	Franziska Hollnberger	272.4	113	Anne Liebenow	132
80	Ute Dannenberg	268	114	Anfänger 6	131
81	Ronny Rahm	267		Gast KJP 2	129
82	Michael Schmidler	266	115	Johannes Eiba	127
83	Frank Fahrholz	265	116	Titie Jordache	127
84	Eva Nitschmann	257	117	Lars Kühn	122
85	Doreth Ulbrich	254		Gast RRK 4	113
86	Max Bink	252	118	Wilma Kömives	110
87	Hans Klausmann	238	119	Raphaela Herzog	108
88	Renate Piehorsch	234	120	Franziska Jell	107.5
89	Dagmar Alzinger	219	121	Teresa Hofmann	104
90	Heri Greiff	217	122	Anfänger 7	103
90	Isabel Kunert	217	123	Meike Owen-Dellith	97
92	Irene Petri	213		Gabi Houdeau	96
93	Jakob Bauer	212	124	Claudia Zerrmayr	95
94	Irmgard Ibel	202	125	Susi Pohmann	93
95	Petra Hager	194		Gast KJP 3	91
96	Maximilian Bauer	186	126	Gast RRK 5	91
97	Gernot Einöder	184	127	Moritz Kühn	90
98	Eva-Maria		128	Uwe Lingener	89
	Sperger-Smolarczyk	171	129	Anfänger 8	85.5
99	Bettina Heider	170		Gast aus anderem Verein 2	85
100	Hanspeter Kilger	170	130	Magdalena Treutwein	85
101	Tim Weinem	167.5	131	Petra Obernhuber	84
102	Robert Lorenz	159	132	Alexander Dingeldey	83
	Gast RRK 3	158	133	Ole Hansen	81

Mannschafts-Kilometer 2011

134	Ulrike Zweck	76	163	Detlev Schöppe	37
135	Peter Oberhuber	75	166	Adi Bäumel	36
136	Felix Hanneke	74		Ruth Bürckstümmer (RRK)	36
137	Elfriede Bürckstümmer	70	166	Steffi Kohlmeier	36
138	Lars König	69	166	Marvin Winterstein	36
	Gast aus and. Verein 3	66		Frederik Vogel	35.4
139	Henrik Pahlitzsch	65		Michael Hilpoltsteiner	35
139	Jochen Scherrer	65	169	Michael Häußler	35
139	Karin Taiber	65	170	Chrostopher Hartung	34
142	Balthasar Dusch	64	171	Esther Dingeldey	32
143	Dana Gebhardt	62		Brigitte Lindenstruth-Folwill	32
143	Stephan Greiff	62	172	Anna-Selina Hochmuth	31
145	Alexander Nobiling	61	172	Helge Schöppe	31
146	Lilo Woellert	60		Laura Fromberger	30.6
147	Ursula Scherm	59		Gast aus and. Verein 4	30
148	Kerstin Knittel	58	174	Gast aus and. Verein 5	30
	Andrea Ruhland	58		Ayodele Babalola	29.4
149	Dorle		175	Stephanie Schedl	28
	Kotzbauer-Daum	54.5		Bernhard Seitz (RRK)	28
150	Bernd Rakow	52	176	Marvin Pollinger	27.4
151	Klaus Jell	50	177	Gast KJP 5	27
152	Robert Buchmann	48	177	Michael Schindler	27
152	Lucas Jockel	48		Maximilian Knott	26.4
	Gast KJP 4	47	179	Michael Mohnlein	26.4
154	Benedikt Dirscherl	47	180	Andrea Rüttgers	26
155	Henrik Owen	46	180	Oliver Mario Weglinski	26
156	Leonid Menz	45	180	Franziska Zehender	26
156	Achim Przymusinski	45		Ernestine von Montgelas	25.1
158	Melina Trebeß	44.5	183	Christoph Setescak	25.1
159	Petra Roth-Bauer	44	183	Josephine Wachsmuth	25.1
	Raph. Gruber	43	185	Niko Stellner	25
160	Rafael Brantl	42	185	Johannes Zweck	25
	Stefan Hackermeier	42	187	Eva Bürckstümmer	24
161	Oliver Schicho	39	187	Benedikt Höh	24
162	Philipp Schwind	37.4		Klaus Jell (neu)	24
163	Martin Bogner	37		Nils Wilke	22.4
163	Michael Schönberger	37	189	Heimo Hinterer	22

Mannschafts-Kilometer 2011

189	Armin Kling	22	204	Bernhard Zehender	12
	Isabelle Peter	21.6	204	Christiane Zehender	12
191	Leo Tippelskirch von	21	204	Ferdinand Zehender	12
192	Gast KJP 6	19		Julian Brandl	11
192	Gast KJP 7	19		Brigitte Folwill	11
194	Luis Almesberger	18	211	Nils Lingener	11
194	Clara Hanneke	18		Kathrin Zach	10.5
194	Ernst Holler	18		Bernd Brantl	10
194	Maja Lingener	18	212	Christian Hanneke	10
	Doris Listl	18		Bauer Peter	10
194	Jelka Schehler	18	212	Constanze Steindl	10
194	Michael Speth	18		Karoline	
200	Barbara Zehender	17		Montgelas von	10
	Sebastian Kellringer	16		Michael Dotzler	9
201	Michael Löffler	16	214	Matthias Koss	9
	Felix Machander	16	215	Andreas Babl	8
	David Wörle	16	215	Jessica Böttcher	8
	Felix Spormann	15	215	Franz Ernst	8
	Gast 1	14		Eva-Maria Fritsche	8
	Klaus jell	14		Ulla Lindenmayr	8
202	Roland Lederer	14	215	Lukas Lohner	8
	Ben Maxwell	14	215	Markus Ortmann	8
	Eva sperger	14		Wilfried Reuderer	8
202	Anna-Celine Sternberg	14		Thomas Schweigert	8
	Susanne Alt (neu)	12	220	Alexander Ammelounx	7
	Florian Basche	12	220	Ludwig Botzler	7
204	Regina Dürr	12	220	Jonas-Amin Boussaid	7
	Fahrholz Frank	12	220	Bernhard Gieseler	7
	Gabi houdeau	12		Lucas jockel	7
	Gabi Huodeau	12	220	Moritz Mosel	7
	Peter Komaroff (RRK)	12		Fabian Nietz	7
204	Olaf Krause	12	220	Valentin Scholtz-Rauten-	
204	Jakob Lichtenberg	12		strauch	7
	Andrea Ruhland	12		Cfm	6
204	Michaela Schießl	12		Julia Hagen	6
	Greiff Stephan	12	226	Katharina Kruger	6
	Karin Taiber (neu)	12	226	Anna-Maria Ortmann	6

Mannschafts-Kilometer / Boot Kilometer 2011

- 226 Max Trebeß 6
Rafael Gruber 5.4
- 229 Thomas Brandl 5
Lorand d'Ouvenou 5
Michaela Hampel 5
Mathias Koss 5
- 229 Johannes Lammel 5
- 229 Birgit Rödl 5
Oliver Weglinski 5
Carmelo Pérez Álvarez 5
- 232 Angelika Bach 4
- 232 Sebastian Brunner 4
- 232 Tristan Bullard 4
- 232 Florian Koller 4
Sonja Mahrer 4
- 232 Julia Schauer 4
Markus Schmid 4
Christopher Harto 3.4
- 237 Noel Hekking 3
- 237 David Knoell 3
Max Knott 3
- 239 Fabian Deml 2
Nils Wilke 2
- gesamt (314) --- 81794.1



Platz Boot Kilometer

- 1 Na Sowas 3907
- 2 Leihboote RRK 1797
- 3 FiF II 1792
- 4 Trau di 1570.6
- 5 Aqua Turbo 1341.1
- 6 Goldene Entn 1236
- 7 Winner 1220
- 8 Napapijri 1122
- 9 Emslander 1056
- 10 Diamant 1052
- 11 Ecco 1014
- 12 Wassermann 1007.9
Amelie 904.5
- 13 Charivari 885
- 14 Velo-Club 759.5
- 15 Daisra 702
- 16 Happy Hunter 700
- 17 Renate 693
- 18 Titie 662.4
- 19 Gucki 660
- 20 Walhalla Kalk 633
- 21 Elbe 627
- 22 Knacker 626
- 23 Spethsi 608
- 24 Hermann Engl 584.2
- 25 Fürst Albert 554
- 26 Donaunixen 536.9
- 27 Maria Theresia 531
Uni Nr.16 527
- 28 I bin a Sparkassler 494
- 29 Schnobs 482
- 30 Muckl 481
- 31 Donauwalzer 477

Boot Kilometer 2011

32 Sparkasse 3 471
33 Isy 449
34 Xantia 443
35 Wöhrl 432
36 Luise 412
37 Moritz Viehbacher 404
38 Donauwellen 401
 Uni Nr. 15 375
39 Heimat 339.9
40 Leihboote sonst. Vereine 338
41 Charly 314.4
42 Adi Stoll 298.4
43 Flower Power 283.1
44 Toni Neumann 262
45 Strietzl 257
46 Old Fritz 247
47 Prinz Johannes 246
48 Wirbelwind 228
49 Ralf Thienel 221
50 Sparkasse Regensburg 208.5
51 Franz 183
 Uni Nr. 13 178
52 Bileam 172
53 Friedrich Saltner 158.4
54 Quamvis 146
55 Pangolin 141
56 Gambrinus 125
57 Gerhard Viehbacher 117
58 No Fear 87
59 Peter-Michael kg 78
60 Elch 67
61 Mary Poppins 55
62 Martin 51
63 Pumuckl 43
63 Generali 43
65 Floh 36
 Uni Nr. 14 32

66 Tasmanischer Teufel 32
67 Motorboot alt 26
68 Diogenes 22
69 Leo 18
 Uni Gig 4x+ 18
70 Eidachsel 16
71 Christina 13
72 Hector 12
73 Alden 10
--- gesamt (80) --- 40840.8



Was die Ruderer so alles treiben!

ES wird nicht nur gerudert, gepaddelt und gewandert, sondern es treffen sich bis jetzt noch vier Ruderer, die auch noch das Deutsche Sportabzeichen und das Bayerische Sport-Leistungsabzeichen machen. Was ist bei den Sportabzeichen zu tun? Schwimmen, Weitsprung, Laufen, Kugelstoßen, eine Ausdauerübung (wir haben 10 km Rudern gewählt). Wer sind wir? Conrad Herbert, Klausmann Hans, Siekiera Günter (Mucky), Artmann Gunter (Putzy). Die 10 km Rudern müssen in einem Vierer gerudert werden. Die Besetzung waren Hans, Mucky und zur Verstärkung waren noch Matthias und Jochen dabei. Ich (Putzy) habe es mir bequem gemacht und habe gesteuert (das Steuern zählt aber nicht als Leistung). Ich bin extra 20 km geradelt. Für das Bayerische Abzeichen sind die Übungen etwas schwerer. Was haben wir erreicht? Herbert hat das Sportabzeichen schon 33 x gemacht und es damit in Gold mit Zahl bekommen.

Hans hat das Sportabzeichen in Silber und das Bayerische in Gold bekommen. Mucky und Putzy haben beide das Abzeichen in Gold bekommen. Für das Jahr 2012 haben sich schon weitere Interessenten angemeldet. Jeder ist herzlich willkommen.

Artmann Gunter

Noch einmal ein Rückblick zur Ordnung in den Bootshallen:

Mein Artikel in der 1. Ausgabe des Kielschweins 2011 hatte folgenden Hintergrund: An einem Rudertag wurde ich von einem Jugendlichen angesprochen ihm zu helfen, seinen Einer in die Bootshalle zu tragen. Zuerst habe ich gedacht, wenn einer rudern will, sollte er auch sein Boot tragen können. Der Jugendliche konnte sein Boot tragen, aber es war unmöglich das Boot alleine im Bootslager abzuliegen, da es ein sehr verschachtelter Lagerplatz war/ist. Ich hatte darauf hingewiesen, wie viele alte Boote wir haben, mit denen keiner mehr rudert. Es gibt ja bei uns im Ruderverein eine Liste, welche Boote gefahren werden. Mein Vorschlag:

Alle alten Boote (hauptsächlich Einer und Doppelzweier) die in den letzten zwei Jahren nicht mehr gerudert wurden zu verkaufen, zu verschenken oder zu verschrotten.

Damit hätten wir wieder genug Platz in den Boots- und Skulllagern und es wäre für alle leichter ihre Boote alleine ins Bootslager zu bringen. Es hat sich ja schon etwas getan. Ein Zweier und ein Vierer wurden schon verkauft. Nochmal: Wenn sich im Verein keiner findet der in den Hallen aufräumt, ich würde es jederzeit übernehmen.

Artmann Gunter

WIR BERATEN UND BETREUEN SIE
VON DER IDEE BIS
ZUM FERTIGEN PRODUKT



Peter Marquardt e.K.
Prinzenweg 11a
93047 Regensburg
Tel. 0941 59512-0
Fax 0941 59512-22
info@hm-druck.de
hm-druck.de

DRUCK

www.enoteca-italiana.de

Authentische Weine aus Italien

Andreasstrasse 10
93059 Regensburg

 0941- 86 507
0941-79 95 560
0173-66 51 830



NEUE
Öffnungszeiten

Freitag
14.00 - 19.30
Samstag
10.00 - 18.00
und nach
Vereinbarung

Vom Stammtisch

Ein ganz normaler Stammtischdonnerstag im Januar 2012

Ich komme in den Verein! An einem Tisch in unserem Vereinslokal sitzen einige unserer Männer heiter und angeregt im Gespräch. Sie wirken zufrieden nach der sportlichen Betätigung am Ergometer. Andere haben die gesundheitssportliche Einheit bei Rosa noch vor sich, oder wieder andere kommen erst um 20 Uhr um mit Hugo zu trainieren. Die Paddler sitzen in froher Runde beieinander und unterhalten sich. Um einen anderen Tisch sitzen Ruderer und ehemaligen Ruderer und ich merke, dass sie sich gerne treffen. Ich erfahre was von den tollen Wanderungen, die mit Adi und Brigitte jeden Mittwoch organisiert sind und aus den Gesprächen

kann ich auch Freude und Stolz über ein neues Enkelkind spüren. Es geht nicht nur ums Rudern, obwohl mich auch herumgegebene Fotos ehemaliger Rennrunderer erreichen. Und wenn einer eine Reise tat, dann kann er was erzählen und zeigen, wie unser Alfred, der seine Erlebnisse mit uns teilte. Alle konnten richtig dabei sein auf dem Schiff, das ihn zur Donaumündung und zurück bis nach Linz brachte. Das ist was Schönes am Vereinsleben! Mich machte dieser Abend glücklich! Unsere Wirtsleute sind nett, die Getränke gepflegt! Hier entstehen die kreativen Dinge und die eine oder andere schöne oder gewagte Tour für uns alle! Jeden Donnerstag gibt es den Stammtisch im Verein und alle sind willkommen!

Silka



Wir gratulieren zum Geburtstag...

...leider nur im gedruckten Kielschwein verfügbar.

Wir gratulieren zum Geburtstag...

...leider nur im gedruckten Kielschwein verfügbar.

Wir gratulieren zum Geburtstag...

...leider nur im gedruckten Kielschwein verfügbar.

Rudern macht Spaß...



© Bild: GMH

...und das Warten
auf das Ende des
Trainings auch.

Speth

Blumenkunst am Stadtpark
Prüfening Str. 9
93049 Regensburg
Tel. 09 41 / 2 97 83-0
www.blumenkunst-speth.de

RRV Mitgliederstruktur

Mitgliederstruktur am 1.1.2012

Alter	Rudern männlich	Rudern weiblich	Kanu männlich	Kanu weiblich	Gesamt
0 bis 6 Jahre	0	3	0	0	3
7 bis 14 Jahre	47	14	0	0	61
15 bis 18 Jahre	38	16	0	0	54
19 bis 26 Jahre	22	7	1	1	31
27 bis 40 Jahre	19	29	0	4	52
41 bis 60 Jahre	57	41	8	3	109
über 60 Jahre	36	25	7	5	73
	219	135	16	13	383

Anmerkung:

Die Kanuabteilung hat 36 Mitglieder, davon sind 7 gleichzeitig Ruderer und deswegen in der Hauptabteilung erfasst.



Pure Luxury. Since 1921.

Schoeffel 



seit 1946
JUWELIER
SIEBEL

KOHLENMARKT 2
D-93047 REGENSBURG
TEL. 0941/52247 - FAX 0941/562947

Erkennbar am echt goldenen Signet.
Cottler, Kofler-Zustreifer.

Termine

Mai 12

5.5.-6.5.	Internationale DRV-Junioren-Regatta, München	Oberschleißheim
12.5.-13.5.	Bamberger Jubiläums-Regatta	Bamberg
17.5.	Vatertagsfahrt Krachenhausen-Regensburg	Rgb, Naab
19.5.-20.5.	Kölner Junioren-Regatta	Köln
19.5.-20.5.	Heidelberger Ruder-Regatta	Heidelberg
29.5.-	BRJ Talentförderlehrgang JuM	

Jun 12

-3.6.	BRJ Talentförderlehrgang JuM	
2.6.-3.6.	Regatta Samen	Samen, CH
3.6.-10.6.	Wanderfahrt Marne Eparnay bis Joinville	Mame, F
9.6.-10.6.	Bad Lobensteiner Ruder-Regatta	Bleilochstausee
16.6.-17.6.	Nürnberger Kurzstreckenregatta	Nürnberg
21.6.-24.6.	Deutsche Jugendmeisterschaften	Essen
21.6.-24.6.	Deutsche Jahrgangsmesterschaften	Baldeneysee
28.6.-1.7.	Bundeswettbewerb Jungen- und Mädchen	Wolfsburg

Jul 12

07.07.	"Rudern gegen Krebs"	Mannheim
14.7.-15.7.	Wanderfahrt Donau Jochenstein bis Linz	Donau
20.7.	Landesentscheid "Jugend trainiert für Olympia"	Oberschleißheim
21.7.-22.7	Bayrische Landesmeisterschaften	Oberschleißheim
26.7.	Sommerfest 19:00	Rgb, RRV
28.7.-	Olympische Regatta	London, GB

Aug 12

- 5.8.	Olympische Regatta	London, GB
--------	--------------------	------------

Sept 12

22.9.-23.9.	Landshuter Kurzstreckenregatta	Isar
29.09.	Roseninsel Achter Langstreckenregatta	Starnberg

Okt 12

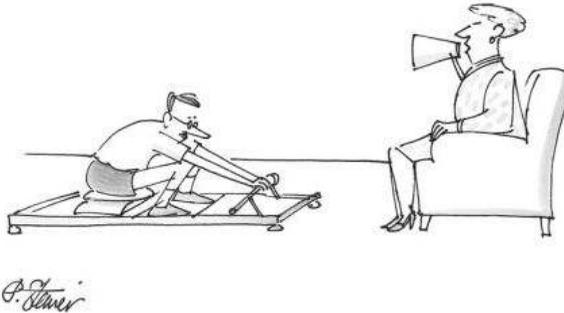
13.10.-14.10.	Ländervergleichskampf Ruderjugend	Trier oder
	Baden-W./Bayern/Hessen/Rheinland-Pfalz	Wiesbaden
20.10.	BRV Leistungstest Langstrecke	Erlangen
27.10.	Langstreckenregatta Ruperti Pokal	Waging

Nov 12

23.11.-24.11.	Fortbildung "Passauer Ruderhebst"	Passau
---------------	-----------------------------------	--------

Impressum

Bitte berücksichtigen Sie bei Ihren Einkäufen unsere Inserenten!



Email Newsletter des RRV:

In unregelmäßigen Abständen gibt es Rundmails mit aktuellen Hinweisen auf Veranstaltungen und Rudertermine!

Wer gerne auf den Mailverteiler möchte, bitte Sabine Fischer kontaktieren!

Weitere Informationen: u.a. Aufnahmeantrag, Adressen-, Bankverbindungsänderungen, Vereinsbekleidung: www.regensburger-ruderverein.de

Impressum:

Regensburger Ruderverein von 1898 e.V.
Redaktion: Prof. Dr. Hans Klausmann
Dr. Alexander Dingeldey (1. Vorsitzender),
Bootshaus: Messerschmittstr. 2 • 93049 Regensburg
Telefon Bootshaus: 0941/25826 (Fam. Scherbenske)
www.regensburger-ruderverein.de
Bankverbindung Konto Nr. 210 393 BLZ 750 500 00 Sparkasse Regensburg

Die Vereinszeitung wird den Mitgliedern kostenlos zugestellt.
Die Redaktion übernimmt keine Verantwortung für die Richtigkeit der Artikel.
Alle Artikel geben ausschließlich Meinung des Verfassers wieder.

Beiträge bitte in reinem Text (unformatierte Textdatei) an:
kielschwein@regensburger-ruderverein.de

Rechtschreibfehler sind in unregelmäßigen Abständen absichtlich in die Texte gesetzt worden und dienen der Belustigung der Leser!

Adressen - Ansprechpartner

1. Vorsitzender	Dr. Alexander Dingeldey Clermont-Ferrand-Allee 28 93049 Regensburg vorsitzender@regensburger-ruderverein.de	0941-56 59 11 Fax 0941-56 59 12
Stv. Vorsitzender (Sport)	Dr. Uwe Lingener Nürnbergstr. 367f 93059 Regensburg sport@regensburger-ruderverein.de	0941-85 00 29 55
Stv. Vorsitzender (Finanzen)	Ragnar Dönaу Schwandorferstr. 1 93059 Regensburg finanzen@regensburger-ruderverein.de	0941-830 54 40
Leiter Kanuabteilung	Alfons Vökl faltboot@regensburger-ruderverein.de	0941-24465
Beisitzer (Verwaltung)	Herbert Greiff verwaltung@regensburger-ruderverein.de	0941-22398
Beisitzerin (Schulen/Jugend)	Barbara Ulbrich-Prantl barbara.ulbrich-prantl@web.de	0941-2 80 27 67
Vertreter Ältestenrat	Herbert Conrad	0941-42643
Ehrenvorsitzende	Helmut Lederer Prof. Klaus Ulbrich	0941-34861 08825-95 20 16
Jugendleiterin	Magdalena Prantl jugend1@regensburger-ruderverein.de	0941-28 02 767
Stellvertretende Jugendleitung	Isabella Bogner jugend2@regensburger-ruderverein.de	0941-81 376
Breitensportausbild.	Daniel Baruth daniel.baruth@web.de breitensport@regensburger-ruderverein.de	0157-81749937
Ruderwartin	Silka Roßmanith silka.rossmanith@regensburger-ruderverein.de Anneliese Ruhland	09405-95 67 89 0941-45601
Vergnügungswartin	Dr. Esther Dingeldey esther.dingeldey@regensburger-ruderverein.de	0941-56 59 11 Fax 0941-56 59 12
Archivwartin	Sabine Fischer archiv@regensburger-ruderverein.de	0941-2 80 11 31
Wanderruderwart	dezeit nicht besetzt	
Wirtschaftswart	Karl Kölbl	0941-90514
	www.regensburger-ruderverein.de	

METALLDRÜCKEREI,- KUNSTGEWERBL. METALLARBEITEN

Frank Fahrholz

93059 Regensburg, Franziskanerplatz 6, Telefon 0941/84338

SPRING SUMMER STYLES 2012



NAPAPIZZI
GOOD STUFF



mode . schuhe . accessoires

PRE-OWNED
R95TH
TRAILBLAZER Original
Clothing & Apparel
MADE IN THE USA

PeakPerformance®

Luis Trenker
1882 - 1909
LUIS TRENKER



FIRE+ICE

TOBEfan Untere Bachgasse 10 93047 Regensburg Fon 0 941 - 530 67 www.tobefan.de
Öffnungszeiten: Montag bis Freitag 10 - 18.30 Uhr, Samstag 10.00 - 17.00 Uhr